**KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY A VÝCHOVY KE ZDRAVÍ PdF MU**

**Okruhy otázek ke státnírigorózní zkoušce**

Okruhy ke státní rigorózní zkoušce z disciplín BIOLOGICKO - ZDRAVOVĚDNÝCH

**1. Zdraví** - definice, vývoj definic zdraví, modely zdraví, zdraví v holistickém pojetí. Jednotlivé složky zdraví. Determinanty zdraví (vnitřní a vnější faktory) a jejich podíl na zdraví. Definice nemoci, příčiny vzniku nemocí, stádia nemocí. Nejčastější příčiny nemoci a úmrtí v ČR a ve světě. Zdraví ve vzdělávacích dokumentech v ČR - analýza Rámcových vzdělávacích programů s ohledem na implementaci problematiky podpory zdraví a výchovy ke zdraví.

**2. Životní styl -** rizikové a protektivní faktory ovlivňující životní styl. Rizikové chování a syndrom rizikového chování. Aktivní přístup v péči o zdraví. Význam prevence (všeobecné, selektivní a indikované). Prevence v jednotlivých oblastech životního stylu: primární, sekundární a terciární. Rizika a následky neadekvátního životního stylu. Nemoci vázané na životní styl (neinfekční epidemie). Národní a mezinárodní studie životního stylu dětí a dospívajících (např. ESPAD, HBSC aj.)

**3. Podpora zdraví** - organizace podporující zdraví (WHO - historie a princip zřízení, fungování, řízení). Státní správa ochrany veřejného zdraví v ČR: orgány ochrany veřejného zdraví, legislativa. Spolupráce jednotlivých resortů (např. MŠMT, MZČR). Programy podporující zdraví (např. Zdraví 2020). Škola podporující zdraví - síť škol, princip práce, certifikace. Příklady preventivních programů a projektů podporujících zdraví na školách.

**4. Ochrana veřejného zdraví** - systémové opatření v boji proti infekčním a neinfekčním nemocem. Ochrana člověka za mimořádných událostí (druhy mimořádných událostí, varovné systémy, informační tok, postup evakuace). Problematika první pomoci při náhlé poruše zdraví úrazové i neúrazové etiologie.

**5. Problematika výživy -** nutriční specifika a stravovací režim dětí od kojeneckého věku až po adolescenci. Výživové potřeby dospělé populace s ohledem na výživová doporučení pro obyvatele ČR. Problematika výživy u seniorů. Hydratace organismu a pitný režim.

**6. Problematika výživy -** hodnocení stavu výživy pomocí antropometrických a dalších metod. Výživa jako nástroj prevence vzniku neinfekčních epidemií. Nemoci vázané na stravovací zvyklosti. Poruchy příjmu potravy (mentální anorexie a bulimie, tzv. moderní poruchy příjmu potravy).

**7. Problematika reprodukčního zdraví a sexuální výchovy** - téma ve vzdělávacích kurikulárních dokumentech. Role a osobnost pedagoga v této oblasti. Rizikové sexuální chování dospívajících - příčiny, projevy, důsledky a možná prevence. Soudobé poznatky a jejich využití ve výuce v problematice antikoncepce, pohlavně přenosných chorob a řešení neplánované gravidity.

**8. Problematika reprodukčního zdraví a sexuální výcho**vy - sexuální zneužívání a týrání dětí (syndrom CSA) - prevence, příčiny, projevy, důsledky a řešení. Problematika sexuálního chování - sexuální norma a její formování v průběhu času; sexuální deviace a delikvence - příklady a legislativa.

**9. Problematika závislostí a závislostního chování** - definice a znaky závislosti. Teorie vzniku závislostí. Rizikové skupiny pro rozvoj závislosti. Rizikové a protektivní faktory rodiny. Vymezení sociálního selhání a jeho příklady. Možné rizikové chování vázané na látkovou i nelátkovou závislost. Problematika závislosti na návykových látkách - legálních a ilegálních (dopad v oblasti bio-psycho-sociální). Přístupy k prevenci a kontrole zneužívání návykových látek ve světě.

**10. Problematika závislostí a závislostního chování** - závislosti na osobě, ideologii, chování, činnosti, předmětech atp. - příklady, odborná terminologie, projevy nelátkových závislostí, dopady v oblasti bio-psycho-sociální, možná terapie. Vymezení sociální prevence. Prevence v rámci MŠMT. Preventivní programy ve školách. Prevence závislostního chování v resortu neziskových organizací - příklady.

**11. Vývojové zákonitosti člověka** - periodizace života jedince. Základy humánní genetiky. Gametogeneze. Charakteristika prenatálního vývoje. Faktory ovlivňující prenatální vývoj. Perinatální období. Charakteristika období novorozence, kojence, batolete a dítěte předškolního věku.

**12. Postnatální vývoj** - charakteristika vývojových období mladšího a staršího školního věku. Vývojové zvláštnosti v období puberty - faktory ovlivňující nástup puberty, hormonální řízení puberty, fyzické změny v pubertě. Specifika pubertálních změn s ohledem na pohlaví. Charakteristika období adolescence, dospělosti a stáří. Příčiny stárnutí. Fyziologické projevy stárnutí, involuční změny. Dynamika vývoje v demografické struktuře obyvatelstva a její dopad na zdravotní, kulturní, sociální a ekonomickou oblast.

**Doporučená Literatura:**

BĚTÁK, Luděk. *Prevence sociálně patologických jevů ve škole*. Vyd. 1. V Brně: Masarykova univerzita v Brně, 1997.

BLATTNÁ, Jarmila. *Výživa na začátku 21. století, aneb, O výživě aktuálně a se zárukou*. Praha: Nadace NutriVIT, 2005. ISBN 8023962027.

CANGELOSI, James S. *Strategie řízení třídy: jak získat a udržet spolupráci žáků při výuce*. Vyd. 5. Překlad Milan Koldinský. Praha: Portál, 2009. Pedagogická praxe (Portál). ISBN 9788073676506.

ČÁP, Jan. Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy. Praha: ISV nakladatelství, 1996. 304 s. ISBN80-85866-15-3

DRAPELA, Victor J. *Přehled teorií osobnosti*. 6. vyd. Překlad Karel Balcar. Praha: Portál, 2011. ISBN 9788026200406.

ELLIOTT, Michele. *Jak ochránit své dítě*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2000. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 8071784192.

FIALOVÁ, Ludmila, Libor FLEMR, Eva MARÁDOVÁ a Vladislav MUŽÍK.*Vzdělávací oblast Člověk a zdraví v současné škole*. Vydání první. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Nakladatelství Karolinum, 2014. ISBN 978-80-246-2885-1.

FONTANA, David. *Psychologie ve školní praxi: příručka pro učitele*. Vyd. 4. Překlad Karel Balcar. Praha: Portál, 2014. ISBN 9788026207412.

HAVLÍNOVÁ, Miluše. *Program podpory zdraví ve škole: rukověť projektu Zdravá škola*. 2., rozš. vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 8073670593.

HELLER, Jiří a Olga PECINOVSKÁ. *Závislost známá neznámá*. Vyd. 1. Praha: Grada, 1996. ISBN 8071692778.

HENDL, Jan a Lubomír DOBRÝ. *Zdravotní benefity pohybových aktivit: monitorování, intervence, evaluace*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. ISBN 978-80-246-2000-8.

HŘIVNOVÁ, Michaela. *Základní aspekty výživy*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2014. ISBN 9788024440347.

TÄUBNER, Vladimír a Kamil JANIŠ. *Na pomoc studentům a učitelům v sexuální výchově*. Vyd. 1. Hradec Králové: Gaudeamus, 1998. ISBN 8070411945.

JANIŠ, Kamil a Dagmar MARKOVÁ. *Příspěvek k základům sexuální výchovy*. Vyd. 1. Hradec Králové: Gaudeamus, 2007. ISBN 9788070416211.

KEBZA, Vladimír. *Psychosociální determinanty zdraví*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2005. ISBN 8020013075.

KELNAROVÁ, Jarmila. *První pomoc I: pro studenty zdravotnických oborů*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2012. Sestra (Grada). ISBN 9788024741994.

KELNAROVÁ, Jarmila. *První pomoc II: pro studenty zdravotnických oborů*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2013. Sestra (Grada). ISBN 9788024742007.

KOLÁŘ, Michal. *Bolest šikanování*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2005. ISBN 8073670143.

KOTULÁN, Jaroslav. *Zdravotní nauky pro pedagogy*. 3. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2012. ISBN 9788021057630.

KRCH, František David. *Poruchy příjmu potravy*. 2., aktualiz. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2004. Psyché (Grada). ISBN 802470840X.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2009. ISBN 9788073675684.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 8024712849.

LAZAROVÁ, Bohumíra. *První pomoc při řešení výchovných problémů: poradenské minimum pro učitele*. Vyd. 1. Praha: Agentura Strom, 1998. Škola 21. ISBN 8086106004.

VLAŠÍN, Mojmír, Petr LEDVINA a Aleš MÁCHAL. *Desatero domácí ekologie*. Vyd. 6., přeprac. Brno: Ekologický institut Veronica, 2012. ISBN 9788087308219.

MACHOVÁ, Jitka. *Biologie člověka pro učitele*. Vyd. 1. V Praze: Karolinum, 2002. ISBN 8071848670.

MACHOVÁ, Jitka. *Biologie člověka pro speciální pedagogy: celostátní vysokoškolská učebnice pro studující oboru učitelství pro školy pro mládež vyžadující zvláštní péči a studující oboru vychovatelství pro osoby vyžadující zvl. péči*. 1. vyd. Praha: SPN, 1993. Učebnice pro vysoké školy (Státní pedagogické nakladatelství). ISBN 8004237959.

MACHOVÁ, Jitka a Jana HAMANOVÁ. *Reprodukční zdraví v dospívání*. Vyd. 1. Praha: H & H, 2002. ISBN 8086022943.

MACHOVÁ, Jitka a Dagmar KUBÁTOVÁ. *Výchova ke zdraví*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024753515.

MARÁDOVÁ, Eva. *Rodinná výchova: Zdravý životní styl I*. 2. vyd. Praha: Fortuna, 2000. ISBN 807168712X.

MARÁDOVÁ, Eva. *Rodinná výchova: Zdravý životní styl II*. 2. vyd. Praha: Fortuna, 2010. ISBN **80-7168-643-3**

MARÁDOVÁ, Eva. *Ochrana dětí v každodenní práci školy*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2007. ISBN 978-80-86991-33-7.

MARÁDOVÁ, Eva. *Vybrané kapitoly z didaktiky výchovy ke zdraví*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 9788072906628.

MARÁDOVÁ, Eva, Leoš STŘEDA a Tomáš ZIMA. *Vybrané kapitoly o zdraví*. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2010. ISBN 978-80-7290-480-8.

MARHOUNOVÁ, Jana a Karel NEŠPOR. *Alkoholici, feťáci a gambleři*. Vyd. 1. Praha: Empatie, 1995. Společensko-vědní řada. ISBN 8090161898.

MATOUŠEK, Oldřich a Andrea MATOUŠKOVÁ. *Mládež a delikvence: možné příčiny, struktura, programy prevence kriminality mládeže*. Vyd. 3., aktualiz. Praha: Portál, 2011. ISBN 9788073678258.

MUFSON, Susan a Rachel KRANZ. *O týrání a zneužívání*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1996. Linka důvěry. ISBN 8071061948.

MUŽÍK, Vladislav, Petr VLČEK et al. *Škola a zdraví pro 21. století, 2010: škola, pohyb a zdraví : výzkumné výsledky a projekty*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita ve spolupráci s MSD, 2010. ISBN 978-80-7392-147-7.

MUŽÍK, Vladislav (ed.). *Výživa a pohyb jako součást výchovy ke zdraví na základní škole: příručka pro učitele*. Brno: Paido, 2007. ISBN 9788073151560.

NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Vyd. 4., aktualiz. Praha: Portál, 2011. ISBN 9788073679088.

NEVORAL, Jiří. *Výživa v dětském věku*. Vyd. 1. Jinočany: H & H, 2003. ISBN 8086022935.

PASCH, Marvin. *Od vzdělávacího programu k vyučovací hodině*. Vyd. 2. Praha: Portál, 1998. ISBN 8073670542.

PETTY, Geoffrey. *Moderní vyučování*. 6., rozš. a přeprac. vyd. Překlad Jiří Foltýn. Praha: Portál, 2013. ISBN 9788026203674.

PIKE, Graham. *Globální výchova*. Praha: Grada, 1994. ISBN 8085623986.

PORTERFIELD, Kay Marie. *Jak se vyrovnat s následky traumatu*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1998. Linka důvěry. ISBN 8071062626.

PORTERFIELD, Kay Marie. *O sektách*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997. Linka důvěry. ISBN 8071062332.

PÖTHE, Petr. *Dítě v ohrožení*. 2., rozš. vyd. Praha: Nakladatelství G plus G, 1999. ISBN 8086103218.

PRESL, Jiří. *Drogová závislost: může být ohroženo i vaše ditě?*. 2. rozš. vyd. Praha: Maxdorf, 1995. Medica. ISBN 808580025X.

ŘÍČAN, Pavel. *Agresivita a šikana mezi dětmi: jak dát dětem ve škole pocit bezpečí*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1995. Pedagogická praxe. ISBN 8071780499.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem: [vývojová psychologie] : přepracované vydání*. 3. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 9788026207726.

SIGMUND, Erik a Dagmar SIGMUNDOVÁ. *Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. ISBN 978-80-244-2811-6.

SINGULE, František. *Současné pedagogické směry a jejich psychologické souvislosti*. 1. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1992. Odborná literatura pro veřejnost. ISBN 8004261604.

SMRČKA, Ferdinand a Jan FIŠER. *ABC rodinné výchovy ; uspořádal Ferdinand Smrčka*. 2. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1974. Knihy pro rodiče (SPN).

ŠIŠKOVÁ, Tatjana (ed.). *Výchova k toleranci a proti rasismu: [multikulturní výchova v praxi]*. Vyd. 2., aktualiz. Praha: Portál, 2008. ISBN 9788073671822.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Krize: psychologický a sociologický fenomén*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2004. Psyché (Grada). ISBN 8024708884.

ŠULOVÁ, Lenka. *Jak učit výchovu k manželství a rodičovství?*. 1. vyd. Praha: Grada, 1995. ISBN 8071692182.

UZEL, Radim. *Sexuální výchova*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. ISBN 8086991695.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Současná psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2014. ISBN 9788026206965.

VOJTÍK, Vladimír, Jitka MACHOVÁ a Václav BŘICHÁČEK. *Poruchy vývoje dětí a mladistvých a jejich projevy v rodině a ve škole: (příručka pro pedagogy a rodiče)*. 1. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990. Obory speciální pedagogiky.

VOKURKA, Martin a Jan HUGO. *Velký lékařský slovník*. 9., aktualiz. vyd. Praha: Maxdorf, c2009. Jessenius. ISBN 9788073452025.

*Výživa a potraviny: časopis Společnosti pro výživu*. Praha: Výživaservis s. r. o. ISSN 1211846x.

ZDRAVÍ 2020 – Národní strategie ochrany a podpory zdraví a prevence nemocí. Dostupné z: http://www.mzcr.cz/Verejne/dokumenty/zdravi-2020-narodni-strategie-ochrany-a-podporyzdravi-a-prevence-nemoci\_8690\_3016\_5.html.

ZVĚŘINA, Jaroslav. *Sexuologie (nejen) pro lékaře*. Brno: CERM, 2003. ISBN 8072042645.

VUP. Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů v základním vzdělávání. Praha: VUP, 2005.

Metodická příručka – Výchova ke zdraví. ŠVP (Fortuna,2006)

[www.viscojis.cz](http://www.viscojis.cz)

[www.vyzivaspol.cz](http://www.vyzivaspol.cz)

www.vychovakezdravi.cz

[www.pav.rvp.cz](http://www.pav.rvp.cz)

[www.efsa.europa.eu](http://www.efsa.europa.eu)

[www.bezpecnostpotravin.cz](http://www.bezpecnostpotravin.cz)

www.szu.cz/manual-prevence-v-lekarske-praxi

[www.rvp.cz](http://www.rvp.cz)

[www.ec.europa.eu/health-eu](http://www.ec.europa.eu/health-eu)

[www.szu.cz](http://www.szu.cz)

<http://www.zdravcentra.cz/cps/rde/xchg/zc/xsl/3141_1335.html>