

# FC5805 Výchova ke zdraví

---

podzim 2019

Vyučující: Mgr. Irena Plucková, Ph.D.

Katedra fyziky, chemie a odborného vzdělávání

## Tematické okruhy

### **FC5805 Výchova ke zdraví (prezenční studium)**

výuka úterý 9:00 – 9:50 uč. 7

---

- 1) Zdraví - pojetí a definice
- 2) Dokumenty: Zdraví 21, RVP ZV (Výchova ke zdraví), atd.
- 3) Problematika biomedicínská (výživa, pohyb, kouření, reprodukční zdraví...)
- 4) Problematika psychosociální (zátěžové a krizové situace, nejčastější psychické poruchy, návykové chování a závislost, poruchy příjmu potravy...)
- 5) Mimořádné události, první pomoc
- 6) Programy podpory zdraví realizované na SŠ

# Podmínky pro udělení zápočtu:

## Prezenční studium

1. Možnost 2x chybět bez uvedení důvodů. Jinak dle domluvy.
2. Zpracování prezentace min. 8 slidů k zadanému tématu a jeho prezentace na společném semináři. (Sdílení v [odevzdáárně předmětu](#) s ostatními kolegy.)

**Témata pro zpracování seminární práce formou PPT (pro prezenční i kombinovanou formu studia):**

1. Zdraví a jeho pojetí v obecné rovině osobnostní a společenské
2. Ekologicko-sociální model zdraví a zdraví jako jedna ze základních lidských hodnot
3. Program MZ ČR – Zdraví 21
4. Výchova ke zdraví na ZŠ, SŠ, SOŠ, SOUŠ
5. Zdraví - výživa (stravovací omezení) – pohyb – dospívající jedinec
6. Stravování ve školských stravovacích zařízeních a jejich vliv na zdraví mládeže
7. Poruchy příjmu potravy u mládeže na SŠ
8. Mimořádné události – povodně, zima a náledí atd.
9. První pomoc v různých život ohrožujících situacích
10. Zátěžové a krizové situace a jejich vliv na duševní i tělesné zdraví dospívajícího jedince

## Zajímavé odkazy a zdroje informací

<http://www.portal.cz/scripts/detail.php?id=28940>

[http://prakt.upol.cz/zdravi\\_holcik.php](http://prakt.upol.cz/zdravi_holcik.php)

[http://www.mzcr.cz/dokumenty/zdravi-pro-vsechny-v-stoleti\\_2461\\_1101\\_5.html](http://www.mzcr.cz/dokumenty/zdravi-pro-vsechny-v-stoleti_2461_1101_5.html)

[http://www.ped.muni.cz/z21/knihy/2011/38/texty/sbornik\\_cze.pdf](http://www.ped.muni.cz/z21/knihy/2011/38/texty/sbornik_cze.pdf)

[http://www.ped.muni.cz/z21/2010/seminare\\_2010/sborniky/podnety.pdf](http://www.ped.muni.cz/z21/2010/seminare_2010/sborniky/podnety.pdf)

HAVLÍNOVÁ, Miluše. *Program podpory zdraví ve škole :rukověť projektu Zdravá škola. 2., rozš. vyd. Praha: Portál, 2006. 311 s. ISBN 80-7367-059-3.*

[http://www.vychovakezdravi.cz/download/file/Zdrava\\_stredni\\_skola\\_Chrudim.pdf](http://www.vychovakezdravi.cz/download/file/Zdrava_stredni_skola_Chrudim.pdf)

<http://www.vychovakezdravi.cz/clanky/zdrava-skola.htm>