

STÁTNÍ ZÁVĚREČNÁ ZKOUŠKA V BAKALÁŘSKÉM STUDIJNÍM PROGRAMU VÝCHOVA KE ZDRAVÍ SE ZAMĚŘENÍM NA VZDĚLÁVÁNÍ

Název předmětu zkoušky: Výchova ke zdraví

Student/ka si vylosuje jednu otázku z okruhu A, a jednu otázku z okruhu B.

Okruh A

- 1. Energetická a nutriční hodnota potravy** (rozdíly v nutriční hodnotě rostlinné a živočišné stravy; energetická potřeba organismu; energetická hodnota jednotlivých živin; dělení poživatin).
- 2. Krev** (složení a funkce krve; krevní elementy; zástava krvácení; příznaky a nejčastější onemocnění krve).
- 3. Smyslové orgány** (obecná charakteristika; dělení receptorů; stavba a funkce zrakového a čichové ústrojí; nejčastější onemocnění vybraných smyslových orgánů).
- 4. Pohybový systém** (obecná stavba kosti; růst a spojení kostí; osifikace; věkové zvláštnosti kosterní soustavy; nejčastější příčiny a příznaky onemocnění kostí).
- 5. Pohlavní systém** (stavba a funkce pohlavního systému; menstruační a ovulační cyklus; poruchy menstruačního cyklu; nejčastější příznaky a onemocnění pohlavního systému).
- 6. Základy lidské sexuality** (objasnění pojmu; genderová identita a preference; LGBT +, sexuální parafilie – diagnostická kritéria, dělení sexuální parafilií – včetně příkladů; terapie, prevence).

7. Fyziologie těhotenství a porod (oplození; fetální oběh; placenta – plodové obaly a plodová voda; růst a vývoj plodu; porod; laktace).

8. Buňka a funkční morfologie tkání (základní stavební a funkční jednotky organismu; stavba a funkce buňky a tkáně; druhy tkání; stavba a funkce jednotlivých typů tkání; regenerační schopnost tkání, stavební hierarchie v organismu).

9. Oběhová soustava (stavba a funkce srdce; řízení činnosti srdce; cévní systém; oběhový systém – malý a velký krevní oběh; onemocnění srdce a cév a jejich prevence; příznaky srdečního onemocnění).

10. Dýchací systém (stavba a funkce dýchacího systému; krevní oběh plic; mechanika a řízení dýchání; plicní objemy a kapacity; příčiny a příznaky respiračních onemocnění; akutní onemocnění dýchacích cest).

11. Trávicí systém (stavba a funkce GIT; jednotlivé části trávicí trubice; žlázy GIT; metabolismus základních živin; příčiny a příznaky onemocnění GIT; nejčastější onemocnění GIT).

12. Soustava vylučovací (stavba a funkce vylučovacího systému; tvorba moči a její složení; řízení činnosti ledvin; patologické změny ve vyprazdňování moči; příznaky onemocnění vylučovacího systému; selhání ledvin).

13. Centrální nervová soustava (význam NS jako integrační soustavy; stavba NS; stavba a funkce centrální nervové soustavy; krevní zásobení; limbický systém; degenerativní onemocnění nervové soustavy).

14. Periferní nervová soustava (vznik a přenos vzruchu; stavba a funkce periferní nervové soustavy; epilepsie a jiná záchvatová onemocnění).

15. Hormonální soustava (vztah nervové a hormonální soustavy; přehled žláz s vnitřní sekrecí včetně názvů hormonů a jejich funkce; nejčastější onemocnění hormonální soustavy).

16. Označování potravinářských výrobků (rozdíly v označování výrobků balených – zabalených – nebalených; údaje uvedené povinně na obalech výrobků; vymezení pojmů: datum použitelnosti; datum minimální trvanlivosti).

17. Základní pojmy používané v souvislosti s hygienou a epidemiologií (objasnění základních pojmů – imunologie a epidemiologie; patogen; inkubační doba; proces šíření nákazy; stupně výskytu infekčních onemocnění; základní epidemiologické ukazatele; nejčastější vyvolavatelé onemocnění v lidském organismu).

18. Kůže; přídatné kožní orgány (stavba a funkce kůže; kožní žlázy; kožní deriváty; příznaky a příčiny kožních chorob).

19. Smyslové orgány (základní charakteristika; stavba a funkce sluchového; statokinetického a chuťového ústrojí; nejčastější onemocnění vybraných smyslových orgánů).

20. Svaly lidského těla (obecná stavba a funkce; dělení – dle typu svalové tkáně; dle typu pohybu; svalové skupiny a jejich představitelé; příznaky a nejčastější onemocnění svalového ústrojí).

21. Lidská reprodukce (antikoncepce – definice; rozdělení, jednotlivé metody a jejich příklady; spolehlivost; umělé přerušování těhotenství; umělá reprodukce – příčiny; diagnostika; léčba; prevence; náhradní mateřství).

22. Základy neonatologie (klasifikace novorozence; činnost jednotlivých systémů v těle novorozence; novorozenecký screening; prevence a preventivní péče v neonatologii; nejčastější onemocnění).

23. Specifika stravovacího režimu dětí předškolního a školního věku (významné nutrienty v tomto věku; pohybové aktivity předškolních a školních dětí; problémy hypokinetického způsobu života; onemocnění vybrané skupiny související s výživou).

24. Pohybový systém (kostra člověka; typy kostí; obecná stavba kostních spojů; přehled kloubů v lidském těle; nejčastější příznaky a příčiny onemocnění kloubů).

25. Vliv výživy na zdraví člověka (onemocnění související s nesprávnou výživou – příčiny vzniku; projevy; diagnostika; komplikace; omezení; léčba; prevence a vzájemné vazby mezi těmito onemocněními).

26. Alternativní výživové směry (základní charakteristika alternativních výživových směrů; zhodnocení alternativní výživy z hlediska působení na zdraví člověka; vhodnost alternativní výživy pro jednotlivé skupiny obyvatel).

27. Výživová doporučení pro obyvatele ČR (zhodnocení výživové situace u obyvatel ČR; výživová doporučení pro dospělé a dětský věk; pitný režim; organizace zabývající se tvorbou výživových doporučení).

28. Vybrané poživatiny, jejich úprava a význam ve výživě člověka (změny nutriční hodnoty poživatin rostlinného a živočišného původu při kulinárním zpracování a skladování; způsoby skladování; dělení skladů; fortifikace potravin; nutrifikace potravin; restituce živin).

29. Sexuální dysfunkce a sexuálně přenosné nemoci (definice; klasifikace; příčiny; příklady; povinnosti zdrav. zařízení a pacienta; terapie a prevence).

30. Imunitní systém (složky imunitního systému; vývoj imunity ve vztahu k věkovým zvláštěnostem; specifická a nespecifická imunita; očkování; poruchy funkce imunitního systému).

Okruh B

1. Pojetí a význam sociální práce (pojetí a zaměření sociální práce; přístup sociálního pracovníka ke klientovi; specifikace práce s cílovou skupinou; etapy sociální práce; sociální poradenství; šetření v rodině; předběžné opatření; spolupráce školy a soc. pracovníka).

2. Vybrané otázky ze sociální pediatrie (definice a okruhy soc. pediatrie; základní pojmy používané v sociální pediatrii; attachment; privace; deprivace; práva dítěte – mezinárodní či národní dokumenty; Úmluva o právech dítěte – základní charakteristika; definice dítěte; princip 3 P; opční protokoly).

3. Sociálně právní ochrana dětí a alternativní možnosti péče o děti vyžadující zvýšenou péči (základní principy ochrany dětí a mládeže; cílová skupina; poskytovatelé SPOD; některé služby sociálně-právní ochrany dětí, zařízení pro preventivně výchovnou péči ve školských zařízeních).

4. Základní právní pojmy (znaky právního řádu; právní norma; hierarchie dle právní síly; veřejné x soukromé právo; účastníci právních vztahů; způsobilost; zastoupení; ústavní pořádek; tvorba zákona).

5. Náhradní rodinná péče (základní principy a obecná pravidla; jednotlivé formy náhradní rodinné péče a jejich specifikace; předadopční péče; právně volné dítě; mezinárodní spolupráce; právní následky; baby boxy a utajené porody).

6. Základní principy rodinného práva (vznik a zánik manželství; práva a povinnosti manželů; mateřství a otcovství; povinnosti dětí a rodičů; zvláštní opatření při výchově dítěte – preventivní; výchovná a sankční opatření).

7. Výkon ústavní a ochranné výchovy ve školských zařízeních; zákon o soudnictví ve věcech mládeže (základní účel ústavní a ochranné výchovy; typy zařízení poskytující ústavní či ochrannou výchovu a jejich bližší specifikace; specifika a opatření dle zákona o soudnictví ve věcech mládeže).

8. Zdraví a jeho determinanty v návaznosti na národní a mezinárodní dokumenty (národní a mezinárodní dokumenty; determinanty zdraví; vlivy na zdravotní stav populace; zdravotní gramotnost; projekty podpory zdraví na celostátní a komunitní úrovni; zásady tvorby projektů).

9. Postoje (definice pojmu; hlavní psychologické funkce a principy utváření postojů; vztah postojů a reálného chování; teorie kognitivní disonance ve vazbě na změnu postojů).

10. Teorie sociálního srovnávání; implicitní teorie schopností a akademický self-koncept (sociální srovnávání v kontextu interakcí ve školní třídě; koncept implicitní teorie schopností dle Carol Dweck; akademický self-koncept: definice pojmu, vazba na postoje, well-being a vzdělávací aspirace; souvislost mezi sebepojetím a výkonem dětí).

11. Sociální poznávání a teorie atribuce (specifika sociálního poznávání; kognitivní zkreslení při formování dojmů o druhých lidech – vybrané příklady a popis efektu centrálních rysů; pojmy kognitivní lakomec a motivovaný taktik; podstata atribučních procesů, tři základní dimenze popisu atribucí a příklady vztahující se k oblasti vzdělávání).

12. Sociální vlivy a skupinové chování (paradigma minimálních skupin a jeho význam pro porozumění chování ve skupinách; výzkumy konformity a poslušnosti, jejich kritika a aktuální přínos).

13. Agrese a prosociální chování (definice pojmu agrese; integrativní pohled na agresi, příčiny agresivního chování: situační faktory; biologické faktory; osobnostní faktory, faktory ovlivňující inhibici agresivního chování; vliv socializace a klimatu třídy na agresi; efekt přihlížejících – vývoj konceptu, představy o pomáhajících, aktuální pojetí a faktory posilující ochotu pomáhat).

14. Rizikové chování – definice pojmu, výchozí teorie (definice rizikového chování; rozdíl mezi deviací a patologií; obsah teorie psychologické, biologické a sociologické, ke každému proudu konkrétní příklad teorie a její relevanci pro školní prostředí).

15. Rizikové chování ve školním prostředí (příklady rizikového chování ve školním prostředí v návaznosti na metodiku MŠMT; obsah a funkce karty ohroženého dítěte).

16. Rizikové chování ve vývojové perspektivě (vývojový kontext rizikového chování zejména ve vztahu k delikvenci v adolescenci, související rizikové a protektivní faktory; souvislost problematiky rizikového chování se společenskými nerovnostmi).

17. Závislostní chování (vymezení pojmu závislost, patologická závislost; dělení závislostního chování dle předmětu závislosti; prevence a její rozdělení; aktivity školy a školských zařízení směřující k prevenci rizikového chování).

18. Závislostní chování spjaté s látkami ve společnosti tolerovanými (vymezení pojmu látky společností tolerované; rizika spjatá s užíváním alkoholu a nikotinu u dětí a dospívajících; možnosti prevence k předcházení užívání těchto látek u dětí a mladistvých).

19. Závislosti nelátkové (vymezení pojmu nelátkové závislosti; nejčastěji se vyskytující nelátkové závislosti u dětí a dospívajících; možnosti prevence k předcházení těchto závislostí u dětí a mladistvých).

20. Systémový přístup ke zdraví člověka (různá pojetí zdraví; vymezení rozdílu mezi biomedicínským a sociomedicínským přístupem; holistické pojetí zdraví; dimenze zdraví; kvalita života vztažená ke zdraví).

21. Nemoc v životě člověka (různá pojetí nemoci; příklady teorií nemoci; procesuální charakter nemoci; kognitivní reprezentace nemoci; postoje člověka k vlastní nemoci; bolest jako průvodní fenomén nemoci).

22. Psychosomatické přístupy ke zdraví a nemoci (různá vymezení psychosomatiky; nespecifická psychosomatika; proces somatizace; somatoformní poruchy; somatizační porucha; kritika psychosomatických koncepcí).

23. Biologické a psychosociální teorie stresu (stresory a jejich typy; stresová reakce; obecný adaptační syndrom; neurofyzilogie stresové reakce; kognitivní, konativní a afektivní aktivita při stresu; model dvojího zhodnocování ohrožení; frustrace a reakce na frustraci).

24. Faktory ovlivňující zvládání stresu (coping; copingové styly a strategie; příklady osobnostních faktorů ovlivňujících průběh stresové reakce; příklady situačních faktorů ovlivňujících průběh stresové reakce).

25. Charakteristika jednotlivých teorií životního způsobu a hlavní představitelé těchto směrů (životní způsob a životní styl; strukturální funkcionalismus; postmarxismus; konzumní životní styl; postmodernismus).

26. Životní úroveň (struktura životní úrovně; minimální mzda; životní minimum; existenční minimum; nezaměstnanost a faktory přispívající ke vzniku nezaměstnanosti; aktuální situace v ČR).

27. Podpora zdraví a bezpečí ve škole z pohledu učitele výchovy ke zdraví (zdraví jako hodnota; motivace dětí ke zdravému životnímu stylu; podpora zdraví a zdravého životního stylu ve škole).

28. Didaktické zásady a jejich aplikace ve výchově ke zdraví (obecné didaktické zásady; význam didaktických zásad ve výuce a jejich aplikace ve výchově ke zdraví).

29. Pedagogická komunikace jako součást sociální kompetence učitele výchovy ke zdraví (druhy komunikace; pedagogická komunikace; zásady efektivní komunikace se žáky při výuce výchovy ke zdraví).

30. Výchova ke zdraví ve formálním i neformálním vzdělávání, neziskové organizace působící v oblasti podpory zdraví a prevence (RVP ZV; vzdělávací oblast, význam VkJ v kurikulu, neformální vzdělávání; příklady možností neformálního vzdělávání v oblasti zdraví; vybrané příklady neziskových organizací působících v oblasti podpory prevence a jejich význam).