

**UNIVERZITA KARLOVA, PEDAGOGICKÁ FAKULTA  
KATEDRA PEDAGOGIKY**

**Požadavky ke státní závěrečné zkoušce z oboru výchova ke zdraví**

**Studijní obor: Výchova ke zdraví se zaměřením na vzdělávání – bakalářské studium**

Státní bakalářská zkouška z výchovy ke zdraví má syntetizující charakter. Student má prokázat, že si osvojil učivo ze základních studijních předmětů, které v průběhu tříletého studia absolvoval. Má se orientovat v systému disciplín, které tvoří odborný základ oborového studia výchovy ke zdraví tak, aby osvědčil dovednost odborně analyzovat a řešit problémy související s podporou zdraví a ochranou bezpečí v rámci školní i mimoškolní výchovy. Má být připraven užít osvojené vědomosti, dovednosti a zformované postoje v praktické činnosti při realizaci programů podpory zdraví ve školách i v pozici odborných pracovníků mimo rezort školství a při svém dalším studiu v navazujícím magisterském programu.

Tematické okruhy jsou rozděleny do dvou souborů (okruhů). Student si vylosuje jedno z čísel 1 - 30 u každého souboru (okruhu).

Při přípravě na zkoušku student vychází z odborných informačních zdrojů, které byly zadány k prostudování v rámci požadavků v jednotlivých absolvovaných předmětech a uvedené v doporučené literatury.

**OKRUH A**

- 1. Energetická a nutriční hodnota potravy** (posouzení nutriční hodnoty stravy, energetická potřeba organismu, energetická hodnota jednotlivých živin, metabolismus základních živin).
- 2. Krev** (složení a funkce krve, krevní elementy, zástava krvácení, příznaky onemocnění krve, nejčastější onemocnění krevní složky).
- 3. Smyslové orgány** (obecná charakteristika, dělení receptorů, stavba a funkce zrakového a čichové ústrojí, nejčastější onemocnění vybraných smyslových orgánů).
- 4. Pohybový systém** (obecná stavba kostí, růst a spojení kostí, osifikace, věkové zvláštnosti kosterní soustavy, nejčastější příčiny a příznaky onemocnění kostí).

**5. Pohlavní systém** (stavba a funkce pohlavního systému muže a ženy, menstruační a ovulační cyklus, poruchy menstruačního cyklu, nejčastější příznaky a onemocnění pohlavního systému).

**6. Základy lidské sexuality** (objasnění pojmu; sexuální orientace; definice, diagnostická kritéria a dělení sexuální parafilií - včetně příkladů, prevence; sexuální dysfunkce - definice, klasifikace, příklady, terapie a prevence).

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

**8. Buňka a funkční morfologie tkání** (definice a stavba buňky, stavba a funkce tkáně, druhy tkání, stavba a funkce jednotlivých typů, regenerační schopnost tkání).

**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 dýchání, řízení dýchání, plicní objemy a kapacity, věkové zvláštnosti dýchací soustavy, příznaky respiračních onemocnění, příčiny respiračních onemocnění, akutní onemocnění dýchacích cest).

**11. Trávicí systém** (stavba a funkce GIT, vývoj dentice, jednotlivé části trávicí trubice, žlázy GIT, projevy a příčiny 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 - mozku a míchy, 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, dělení hormonů, mechanismus účinku hormonů, přehled žláz s vnitřní sekrecí včetně názvu hormonů a jejich funkce, vybrané onemocnění hormonální soustavy - poruchy činnosti štítné žlázy, poruchy růstu, onemocnění slinivky břišní).

**16. Ochrana člověka za mimořádných událostí** (termín mimořádná událost, dělení mimořádných událostí, vyhlášení mimořádných událostí, základní pokyny pro obyvatelstvo, činnost a dělení složek Integrovaného záchranného systému).

**17. Základní pojmy používané v souvislosti s hygienou a epidemiologií** (objasnění základních pojmů - imunologie a epidemiologie, patogen, inkubační doba, ohnisko nákazy a proces šíření nákazy, endemie, epidemie, pandemie, virulence; základní epidemiologické ukazatele; způsoby soužití mikroorganismů a lidského těla; klasifikace bakterií a virů 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; příznaky a nejčastější onemocnění svalového ústrojí; zdravotně orientovaná zdatnost x tělesná zdatnost).

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

**22. Fyziologický novorozenec** (definice fyziologického novorozence, činnost jednotlivých systémů v těle novorozence, 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, aplikované pohybové aktivity s ohledem na zdravotní oslabení, např. obezita, diabetes mellitus, srdeční vady, neurologická oslabení ...).

**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 dospělý věk a dětský věk, pitný režim, organizace zabývající se výživovými doporučeními).

**28. Výživa člověka v kontextu výchovy ke zdraví** (charakteristika potravin rostlinných a živočišných, změny nutriční hodnoty při kulinárním zpracování a skladování, způsoby skladování, fortifikace potravin, restituce živin).

**29. Sexuálně přenosné nemoci** (definice; klasifikace; příčiny; povinnosti zdrav. zařízení a pacienta; 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. Teorie zdrojů sociální patologie** (biologické, psychologické a sociologické teorie, základní vymezení, souvislosti a odlišnosti).
- 2. Geneze sociální patologie** (vymezení sociální patologie, sociální dysfunkce, typologie soc. patologií, anomie, normy deviace na pozadí kulturních vlivů, deviace a deviantní chování, sociální kontrola, klasifikace poruch chování, primární a sekundární deviace).
- 3. 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).
- 4. 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).
- 5. Psychosomatické přístupy ke zdraví a nemoci** (různá vymezení psychosomatiky, nespecifická psychosomatika, proces somatizace, somatoformní poruchy, somatizační porucha, kritika psychosomatických koncepcí).
- 6. Biologické a psychosociální teorie stresu** (stresory a jejich typy, stresová reakce, obecný adaptační syndrom, neurofyzologie stresové reakce, kognitivní, konativní a afektivní aktivita při stresu, model dvojího zhodnocování ohrožení, frustrace a reakce na frustraci).
- 7. Faktory ovlivňující zvládání stresu** (coping, copingové styly a strategie, příklady osobnostních faktorů ovlivňujících průběh stresové reakce, příklady situačních faktorů ovlivňujících průběh stresové reakce).
- 8. Sociokulturní podmíněnost životního způsobu a životního stylu** (vliv rodiny, vrstevnické skupiny, komunita, media, sociokulturní vlivy: individuální a skupinová identifikace, seberealizace).

- 9. Identita člověka a identita prostoru** (domov a bezdomoví, veřejný prostor, virtuální prostor, potřeba zakotvenosti a identity jedince v sociálním prostoru).
- 10. Teorie malých sociálních skupin** (znaky malé sociální skupiny, vznik středu skupiny, hodnoty, normy, členství ve skupině, typologie skupin, skupinová koheze a resilience).
- 11. Interpersonální percepce** (sociální percepce a interakce, sociální vlivy, sociální stereotypy, předsudky, sociální postoje, teorie jednání a chování, sociální interakce).
- 12. Interpretace lidské komunikace** (paradigma lidské komunikace, verbální a neverbální komunikace, základní premisy komunikace, média, teorie lidského chování a komunikace, dysfunkční komunikace).
- 13. Principy a cíle sociálně psychologického výcviku** (dílčí metody aplikované v sociálně psychologickém výcviku, včetně psychohygieny, tvorba pozitivního psychosociálního klimatu ve skupině dětí a mládeže).
- 14. Teorie rodiny, vývoj a znaky rodiny** (sociologické teorie rodiny: rodina jako základní jednotka nerovnosti, sňatkový trh, sociální a kulturní determinanty výběrového párování).
- 15. Rodinné a partnerské soužití** (problémy současné rodiny a jejich příčiny; variabilita partnerského a rodinného soužití v kontextu sociokulturních změn; populační vývoj v ČR po roce 1989: základní charakteristika a prognózy).
- 16. Interpretace personalizace a socializace v kontextu soudobé postmoderní společnosti** (základní paradigmaty socializace, proces individualizace, personalizace a jeho důsledky na sociální soudržnost, příčiny a projevy mezigeneračních rozporů).
- 17. Mezilidská nesnášenlivost** (formy mezilidské nesnášenlivosti a xenofobie; příčiny a prameny konfliktů v oblasti kultury a náboženství; stigmatizace osob).
- 18. Pojetí a význam sociální práce** (pojetí a zaměření sociální práce, vztah sociální pracovník a klient, specifikace práce s cílovou skupinou, etapy sociální práce, sociální poradenství, šetření v rodině, mediace, supervize).

- 19. Vybrané otázky ze sociální pediatrie** (definice a okruhy soc. pediatrie; základní pojmy používané v sociální pediatrii; vybrané demografické údaje; attachment; privace; deprivace; práva dítěte - mezinárodní či národní dokumenty, Úmluva o právech dítěte – základní charakteristika, definice dítěte, princip 3 P, opční protokoly).
- 20. Závislost a patologická závislost** (pojem závislost, rozdíly mezi závislostí a patologickou závislostí, druhy patologické závislosti, příčiny vzniku patologické závislosti, diagnostická kritéria závislosti, prevence).
- 21. Problematika migrace ve světě, situace v ČR** (druhy a příčiny migrace; dopady migrace; EU imigrace a azylové řízení).
- 22. Zdraví a jeho determinanty v návaznosti na program Zdraví 21, Zdraví 2020** (determinanty zdraví, vlivy na zdravotní stav populace, zdravotnictví a péče o zdraví, zdravotní gramotnost, projekty podpory zdraví na celostátní a komunitní úrovni).
- 23. Sociálně právní ochrana dětí** (základní principy ochrany dětí a mládeže, cílová skupina, poskytovatelé SPOD, opatření dle zákona o soudnictví ve věcech mládeže).
- 24. Základní právní pojmy** (právní norma, hierarchie, veřejné x soukromé právo, účastníci právních vztahů, způsobilost, zastoupení, legislativní proces, ústavní pořádek).
- 25. Náhradní rodinná péče** (základní principy, jednotlivé formy náhradní rodinné péče a jejich specifikace, předadopční péče, právně volné dítě, právní následky).
- 26. Základní principy rodinného práva** (manželství a registrované partnerství, uzavření manželství a registrovaného partnerství, práva a povinnosti manželů, zánik manželství).
- 27. Rodinné právo – poměry mezi rodičem a dítětem** (materství a otcovství; povinnosti dětí a rodičů; druhy vyživovací povinnosti; zvláštní opatření při výchově dítěte - preventivní, výchovná a sankční opatření).

- 28. Výkon ústavní a ochranné výchovy ve školských zařízeních** (základní účel ústavní a ochranné výchovy, typy zařízení poskytující ústavní či ochrannou výchovu a jejich bližší specifikace).
- 29. Alternativní možnosti péče o děti vyžadující zvýšenou péči** (zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc, zařízení pro preventivně výchovnou péči, předběžné opatření, probační a mediační služba).
- 30. Žáci s odlišným mateřským jazykem v českém školství. Inkluzivní škola** (legislativní rámec problematiky, přijímání žáků a inkluze žáků s OMJ do škol, systém pomáhajících organizací).

Platné od 1.10. 2018