

OKRUHY TÉMAT

1. Zdraví: jeho pojetí a definice
2. Dokumenty: Zdraví 21, RVP ZV (výchova ke zdraví)
3. Výživa, výživová pyramida, její vliv na zdraví člověka
4. Pohyb a jeho vliv na zdraví člověka
5. Kouření a jeho vliv na zdraví člověka
6. Drogy a jejich vliv na zdraví člověka
7. Reprodukční zdraví
8. První pomoc
9. Zátěžové a krizové situace aneb jak zvládat stres
10. Nejčastější psychické poruchy a jak se s nimi vypořádat
11. Návykové chování a závislosti a jak jim předcházet
12. Poruchy příjmu potravy
13. Zdraví životní styl a jak si díky jemu nejdéle udržet zdraví
14. Sociální determinanty zdraví
15. Prostředí školy z hlediska výuky ke zdraví (klíma školy, atmosféra výuky)

