

## OKRUHY OTÁZOK NA RIGORÓZNU SKÚŠKU

**Predmet:** Teória zdravia  
**Typ predmetu:** Povinný predmet  
**Komisia:** Šport pre zdravie

1. a) Historické východiská ku vzniku teórie zdravia  
b) Zdravie a jeho definícia z vývojového hľadiska
2. a) Determinanty zdravia, kvalita života a zdravie, úrovne kvality života  
b) Prístupy k chápaniu starostlivosti o zdravie: holistický, dynamický, sociálny, komunitné a globálne zdravie, orientačné ukazovatele zdravia
3. a) Zdravotné skupiny v jednotlivých podsystemoch športu  
b) Zdravie a zdravotné skupiny v telovýchovnej a športovej činnosti
4. a) Globálna stratégia zdravia pre všetkých do roku 2020 (21 cieľov)  
b) Procesy určujúce zdravie, činitele podporujúce zdravie, procesy obnovy zdravia
5. a) Výzvy WHO k starostlivosti o zdravie – Zdravie 21. priority podpory zdravia  
b) Podpora zdravia ako súčasť procesu starostlivosti o zdravie, prevencia chorôb v podpore zdravia (primárna, sekundárna, terciárna prevencia)
6. a) Podpora zdravia v spoločenskom kontexte, (financie, tvorba legislatívy, viaczornosť, vzdelanosť)  
b) Spoločenské východiská k „podpore zdravia“, Európska stratégia zdravia, Ottawská charta podpory zdravia, analýza dokumentov WHO o zdraví a podpore zdravia
7. a) Projekty na podporu zdravia v SR (Národný program podpory zdravia, Školy podporujúce zdravie, Zdravé mestá, Zdravé pracoviská)  
b) Podpora zdravia ako celoživotný proces
8. a) Životný štýl, jeho štruktúra, faktory životného štýlu, projekty a aktivity na podporu zdravého životného štýlu  
b) Riziká nevhodného životného štýlu (sedavý spôsob života, stres, fajčenie, alkohol, drogy...)
9. a) Pohybová aktivita v prevencii neinfekčných ochorení  
b) Výživa ako faktor podpory zdravia
10. a) Zdravotná výchova v učebných programoch škôl, metódy a formy zdravotnej výchovy  
b) Vzdelávacia oblasť Zdravie a pohyb v štátnom vzdelávacom programe (moduly)
11. a) Podpora zdravia a kvalita života  
b) Indikátory kvality života, metódy hodnotenia kvality života
12. a) Pohybová aktivita v prevencii a liečbe metabolických ochorení (obezita, cukrovka)  
b) Národný program prevencie nadváhy a obezity

13. a) Pohybová aktivita v prevencii a liečbe ochorení pohybového systému  
b) Pohybová aktivita v prevenciu chybného držania tela školskej populácie
14. a) Pohybová aktivita v prevencii a liečbe srdcovocievnych ochorení  
b) Životné prostredie a šport
15. a) Rizikové zdravotné správanie a možnosti jeho ovplyvnenia  
b) Zdravotné riziká psycho-sociálnych faktorov

### Literatúra

1. BLAHUŠOVÁ, E.: *Wellness – fitness*. Praha: Karolinum, 2005, 84 s.
2. BRONIŠ, M. 1995. *Zdravotná výchova a podpora zdravia*. In: Školy podporujúce zdravie. Bratislava : ŠPZ, 1995.
3. GULIŠ, G. 2001. *Národný program podpory zdravia – úlohy štátnej správy a samosprávy*. In: *Integrácia v športe pre všetkých*. Bratislava : SZ RTVŠ 2001, s. 19-27.
4. JURKOVIČOVÁ, J. 2005. *Vieme zdravo žiť?* Bratislava: LF Univerzita Komenského.
5. KAPLAN, R., SALLIS, J. F. PATTERSON, T. L. 1996. *Zdravie a správanie človeka*. Bratislava: SPN, 440 s. ISBN 80- 08 -00332-4.
6. KOMPOLTOVÁ, S. a kol. 2002. *Enviromentálna výchova*. Smerovanie k trvalej udržateľnosti. Bratislava : ŠPÚ, 2002, 80 s.
7. ICF. 2001. Geneva : World Health Organization, 2001. <http://www3who.int/icf/onlinebrowser/searche/cfm>.
8. LABUDOVÁ, J. 2012. *Teória zdravia a podpora zdravia*. Bratislava : Univerzita Komenského v Bratislave, 2012, 177 s.
9. LABUDOVÁ, J., NEMČEK, D., ANTALA, B. 2012. *Pohyb pre zdravie*. Bratislava : SZ RTVŠ, 2012, 104 s.
10. VAĐUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. 2005. *Kvalita života. Teoretická a metodologická východiska*. Brno : MU, 2005. s. 143. 1 vyd., ISBN 80-210-3754-7.