

Obsah

Předmluva	7
Učení jako práce žáků	8
Poučky o lidské práci	8
Obecné rysy pracovního procesu promítnuté do pedagogického procesu základní školy	12
Specifičnost pedagogického procesu	13
Soudobé podmínky a předpoklady pro pedagogický proces	14
Poznatky spojené s hygienou učení a hygienou vyučování	17
Učení jako životní projev	17
Obecné vývojové zákonitosti	18
Biologický pohled na učení	21
Fyziologické pochody umožňující učení	25
Somatický, psychický a sociální vývoj dětí školního věku	52
Zátěž dětí ve škole	69
Zátěž v systému dítě — škola	69
Dva škodlivé typy zátěže dětí	71
Charakter odpovědi na zátěž	72
Zdroje zátěže dětí ve škole	78
Osobní předpoklady dítěte a rizika zátěže	81
Fyziologické a hygienické zásady pedagogického procesu	92
Biologické kolísání funkcí	92
Vyučovací hodina a délka vyučovacího dne	96
Obtížnost některých úkonů	99
Režim práce a odpočinku	106
Význam učitele pro hygienu pedagogického procesu	109
Pohyb a tělesná výchova	117
Pracovní vyučování	129
Hygienické požadavky na školní prostředí	134
Umístění školy	134
Kmenová učebna	135
Odborné pracovny	137
Školní nábytek	137
Venkovní prostory	140
Osvětlení	141

Tepelná pohoda	144
Hluk	144
Tělovýchovná zařízení	146
Prostory pro pracovní vyučování	147
Zdravotní důsledky působení zátěžových faktorů pedagogického procesu	149
Vady držení těla	149
Vady zraku	149
Zvýšený výskyt přenosných onemocnění	149
Funkční poruchy z přetížení centrální nervové soustavy	150
Obecné hygienicko-pedagogické zásady vyučování na základních školách	159
Literatura	163