

## OBSAH

Přemluva . . . . .	9
Úvod. . . . .	13
I. Východiska podpory zdraví ve škole. . . . .	19
Interakční pojetí zdraví (filozofie činnosti ŠPZ) . . . . .	20
Pojetí zdraví a podpora zdraví . . . . .	21
Podpora zdraví . . . . .	24
Škola a zdraví. . . . .	26
Změny v pojetí vzdělávání . . . . .	27
Podpora zdraví jako součást školního kurikula . . . . .	31
Integrované principy činnosti ŠPZ . . . . .	39
Respekt k potřebám jednotlivce v celku společnosti a světa. . . . .	42
Rozvíjení komunikace a spolupráce . . . . .	51
Rizika ohrožující pohodu a zdraví ve škole: Nepřiměřené zátěže . . . . .	55
Mechanismus zátěže. . . . .	56
Charakter reakcí na zátěž . . . . .	58
Příznaky stresu. . . . .	65
Nepřiměřené zátěže a stres ve škole . . . . .	65
Zdroje zátěže ve škole. . . . .	69
Podpora odolnosti vůči nepřiměřeným zátěžím a stresům . . . . .	75
II. Obsah programu podpory zdraví ve škole. . . . .	81
Pohoda prostředí . . . . .	82
1. Pohoda věcného prostředí . . . . .	88
2. Pohoda sociálního prostředí . . . . .	94
3. Pohoda organizačního prostředí . . . . .	103
Zdravé učení . . . . .	119
4. Smysluplnost. . . . .	124
5. Možnost výběru, přiměřenost . . . . .	136
6. Spoluúčast, spolupráce . . . . .	155
7. Motivující hodnocení. . . . .	166
Otevřené partnerství. . . . .	173
8. Škola – model demokratického společenství. . . . .	180
9. Škola – kulturní a vzdělávací středisko obce . . . . .	196

III. Tvorba projektu školy pro podporu zdraví . . . . .	205
Postup práce při tvorbě projektu školy pro podporu zdraví . . . . .	206
Evaluace projektu školy pro podporu zdraví . . . . .	229
IV. Síť škol podporujících zdraví . . . . .	
Evropská síť škol podporujících zdraví . . . . .	244
Realizace evropského programu Zdravá škola v České republice . . . . .	251
Ukázka plánu činnosti školy podporující zdraví . . . . .	254
Národní projekt Zdravá mateřská škola a jeho síť . . . . .	263
Slovníček . . . . .	267
Literatura . . . . .	271