



Žadatel

Institut dalšího vzdělávání, Univerzita Hradec Králové



Údaje o žadateli

Institut dalšího vzdělávání Univerzity Hradec Králové (IDV UHK) byl založen na počátku roku 2005 jako univerzitní pracoviště s cílem poskytnout komplexní nabídku kurzů dalšího vzdělávání, ať již svými silami, nebo ve spolupráci s partnery. Vzdělávání je určeno každému, kdo cítí potřebu se dále vzdělávat a má za sebou již určitou praxi. Kurzy probíhají v moderně vybavených nově rekonstruovaných prostorech IDV UHK.

Projekt

**Výchova ke zdraví a zdravému životnímu stylu**



VÝCHOVA KE ZDRAVÍ  
A ZDRAVÉMU  
ŽIVOTNÍMU STYLU

Výše rozpočtu  
a dotace

1 473 050 Kč  
1 473 050 Kč

Popis projektu

V rámci tohoto projektu Institutu dalšího vzdělávání Univerzity Hradec Králové vzniká deset nových vzdělávacích kurzů orientovaných na rozvoj a podporu zdraví člověka. Projekt je určen pro pedagogické pracovníky, pracovníky ve zdravotnictví, ale i další zájemce. Do všech kurzů se mohou hlásit uchazeči o další vzdělávání na vysoké škole, kteří mají minimálně dokončené středoškolské vzdělání s maturitou. Kurzy jsou zaměřeny na teoretické seznámení s novinkami a základními principy podpory zdraví a zdravého životního stylu. Obsahují i praktické aplikace jednotlivých faktorů a součástí ovlivňujících zdraví člověka, aplikaci prevence a naplňování zdravého a kvalitního života, který je jednou z podmínek zlepšování pracovní výkonnosti a úspěchu ve společenském uplatnění. Značná pozornost je věnována ekologii s důrazem na ovlivnitelné a neovlivnitelné faktory životního prostředí působících na zdraví a kvalitu života člověka. Teoretické otázky jsou promítnuty do praktických cvičení a seminářů v oblasti vybraných ukazatelů zdraví, výživy, výběru a kombinací vhodných pohybových aktivit z hlediska různých parametrů, jako např. objem, intenzita, frekvence aj., a dále z hlediska zdraví a nemoci. Teoretickou i praktickou část výuky zabezpečují přední odborníci v oboru z České republiky i ze zahraničí. Hlavním garantem projektu je prof. MUDr. Karel Martiník, DrSc., vědecký pracovník, vysokoškolský učitel, lékař, odborník na aplikovanou fyziologii, metabolismus a výživu. Cílem kurzů je seznámit přibližně 300 frekventantů s jednotlivými oblastmi lidského zdraví, zdravého životního stylu a rovněž se začleněním nových teoretických aspektů do programu celoživotního vzdělávání. Stěžejní témata výuky jsou zaznamenávána pomocí zařízení MediaSite pro záznam a přenos přednášek. Videozáznam přednášek lze tímto způsobem zpřístupnit na webových stránkách projektu.

V rámci projektu byly vytvořeny tyto vzdělávací kurzy:

1. Kurz I: Ovlivnění zdravotního stavu výživou
2. Kurz II: Ovlivnění zdravotního stavu dětí a dospívajících výživou
3. Kurz III: Ovlivnění zdravotního stavu výživou ve stáří
4. Kurz IV: Ovlivnění civilizačních nemocí výživou
5. Kurz V: Ovlivnění cukrovky, vysokého cholesterolu, vysokého tlaku výživou
6. Kurz VI: Ovlivnění obezity a nadváhy výživou
7. Kurz VII: Zdraví a zdravý životní styl – nové aspekty vědy aplikované do praxe
8. Kurz VIII: Základní aspekty zdraví a pohybové aktivity člověka
9. Kurz IX: Zdraví a jeho fyziologické aspekty
10. Kurz X: Civilizační nemoci – vznik, zásadní způsoby jejich ovlivnění a cíle prevence

Vlastní výuka v kurzech je organizovaná od března 2007 v prostorách Institutu dalšího vzdělávání UHK. Účastníkům kurzů z jiných krajů je možné zabezpečit ubytování na kolejích UHK za finančních podmínek stanovených pro příslušný akademický rok.

Doba trvání

prosinec 2006 – červen 2008

Foto



Kontaktní osoba

Ing. Lenka Žáčková

Organizace

Institut dalšího vzdělávání Univerzita Hradec Králové

E-mail, www stránky

lenka.zackova@uhk.cz, <http://web.uhk.cz/zdravi/>

Telefon

493 331 567

Zdroj spolufinancování  
projektu

Operační program Rozvoj lidských zdrojů,  
opatření 3.2

