

# Obsah

Předmluva k českému vydání.....	11
<b>I. Přetížená škola a proč se mluví o finském zázraku .....</b>	<b>15</b>
1.1 Dobré zprávy z výzkumu vývoje .....	15
1.2 Nahromaděná očekávání společnosti vůči škole .....	17
1.3 Co je ve Finsku jiné?.....	19
1.4 A jak je to na waldorfských školách? .....	22
<b>2. Vývoji odpovídající vyučování versus výkonnostní cíle .....</b>	<b>27</b>
2.1 Co stimuluje tělesný a duševní rozvoj?.....	27
2.2 Humanizace – výzva pro 21. století, ale jak? .....	29
2.3 Proč je možné ze školy onemocnět.....	32
2.4 Bez odvahy a iniciativy to nejde – jak se to naučit? .....	34
2.5 „Všechno má svůj čas“ – proč nám chybí trpělivost? .....	35
2.6 Které waldorfské prvky najdeme na „veřejných“ školách?.....	35
2.7 Jak je to s vědeckou průkazností? .....	36
<b>3. Zdraví pro tělo, duši a ducha – co to znamená v denní praxi vyučování? .....</b>	<b>39</b>
3.1 Salutogeneze aneb centrální role citového života ve výchově .....	39
<i>Učit se z lásky. Ale jak? – Kdo koho vychovává v sebevýchově? – Anthroposofie – kulturní bohatství – Salutogeneze a smysl pro koherenci v kontextu waldorf- ské pedagogiky</i>	
3.2 Duševní zdraví – a sociální kompetence.....	45
3.3 Tělesné zdraví – „cítit se fajn“, jde to bez drog?.....	47

3.4	Duchovní zdraví – jak lze vyučovat bez ideologie? .....	49
3.5	Sociální zdraví – jak se podaří kvadratura kruhu?.....	51
3.6	Kvality pedagogického postoje podporujícího zdraví.....	53
<b>4.</b>	<b>Otázka pojetí člověka a jeho významu pro výchovu podporující zdraví.....</b>	<b>61</b>
4.1	Sebepoznání – celoživotní výzva .....	61
4.2	Paracelsovo medicínské pojetí člověka.....	62
4.3	Teologicko-filosofické pojetí člověka Johanna Scota Eriugeny.....	64
4.4	Anthroposofické pojetí člověka .....	67
4.5	Porozumění v kontextu myšlení a pozorování .....	69
	<i>Činnost bytostných článků v raném embryonálním vývoji – „Quinta essentia“</i>	
<b>5.</b>	<b>Pět salutogenetických principů waldorfské pedagogiky.....</b>	<b>85</b>
5.1	Utváření okolí a péče o smysly ve vyučování .....	87
	<i>Každý orgán se utváří působením své funkce – Dvanáct smyslových modalit – Smyslová činnost a vývoj mozku – Možnosti podpory a poškození smyslového vývoje – Péče o smysly ve vyučování – Péče o smysly v sebevýchově – Od smyslového sebeprožívání ke spirituální sebezkušenosti – Otázka reinkarnace a smyslu smyslového světa</i>	
5.2	Péče o biorytmy k podpoře seberegulace .....	100
	<i>Otázky k rozvrhu hodin – Biologické hodiny a centrální regulátory rytmického uspořádání</i>	
5.3	Poučení z chyb – cesta k autenticitě.....	118
	<i>Dva příklady – Co je vývojově přiměřený trest?</i>	
5.4	Osobnostní rozvoj pomocí iniciativy a vlastního působení.....	122
	<i>„Zvládnout sám“ – Nalezení a překonání sebe sama – Od provizorního ke skutečnému sebevědomí</i>	
5.5	Prožívání současné společnosti – jak se stavím ke globálnímu vývoji lidstva? .....	125
<b>6.</b>	<b>Pedagogický zákon – antropologické východisko k pochopení osudu.....</b>	<b>129</b>

<b>7. Výchova pro zdraví ve druhé půli života</b> .....	135
7.1 Otázka názoru .....	135
7.2 K praktickému provedení .....	138
<i>Předškolní léta a první školní roky až k devátému roku života — Školní léta až k patnáctému roku života — Vyšší stupeň až do jednadvacátého roku života</i>	
<b>8. Šance a rizika „deficitního člověka“</b> .....	145
8.1 Proč je vývoj člověka tak náchylný k poruchám? .....	145
8.2 Mýtus o pádu do hříchu a o krádeži ohně.....	145
8.3 Svobodné rozhodnutí a sebeurčení.....	147
8.4 Hledání pravdy a utváření společenství .....	148
<b>9. Věkové milníky vývoje a jejich rezonance ve waldorfském učebním plánu</b> .....	151
9.1 První rok života: pozornost a ovládnutí těla.....	154
9.2 Druhý rok života: naslouchání a osvojení si řeči .....	158
9.3 Třetí rok života: zkušenost sebe sama v myšlení a zážitek já .....	160
9.4 Všeobecná hlediska anthroposofické nauky o člověku k prvním třem letům života .....	163
9.5 Čtvrtý rok života: rytmus a chuť k opakování.....	166
9.6 Pátý rok života: fantazie – mé myšlení určuje, jak to má být.....	168
9.7 Šestý rok života: objevení věčnosti.....	173
9.8 Hlediska z anthroposofické nauky o člověku ke čtvrtému až sedmému roku života .....	175
9.9 Sedmý rok života: schopnost abstraktního myšlení a otázka školní zralosti .....	178
9.10 Osmý rok života: učení z paměti je zábavné .....	180
9.11 Devátý rok života: pocit osamění, „metavědomí“ a „metamemory“ .....	183
9.12 Hlediska z anthroposofické nauky o člověku k osmému až desátému roku života.....	185
9.13 Desátý rok života: nový pohled na svět – příroda a láska ke zvířatům, technika, záliby, přátelé .....	188

---

9.14	<b>Jedenáctý rok života: nový vztah k řeči</b> .....	190
9.15	<b>Dvanáctý rok života: dokončené dětství a otázka, co bude nyní</b> .....	193
9.16	<b>Třináctý rok života: překročení hranic a prožívání hněvu a bezmoci</b> ..	195
9.17	Hlediska z anthroposofické nauky o člověku k jedenáctému až čtrnáctému roku života .....	196
9.18	<b>Čtrnáctý rok života: moc touhy a polarita citů</b> .....	200
9.19	<b>Patnáctý rok života: Kdo je za mě odpovědný?</b> Ty mi nemáš co říkat! Probouzení vlastního svědomí .....	202
9.20	<b>Šestnáctý rok života: najít vlastní cestu –</b> vlastní odpovědnost a smysl pro povinnost .....	204
9.21	<b>Sedmnáctý rok života: naučit se žít s utrpením světa</b> .....	206
9.22	<b>Osmnáctý rok života: odvaha k budoucnosti</b> .....	208
9.23	<b>Devatenáctý rok života: potřebné činy</b> .....	210
9.24	Hlediska z anthroposofické nauky o člověku k patnáctému až devatenáctému roku života .....	211
9.25	<b>Dvacátý rok života: sbírání zkušeností</b> .....	213
9.26	<b>Dvacátý první rok života: jak je těžké se rozhodovat</b> .....	214
9.27	Hlediska z anthroposofické nauky o člověku k devatenáctému až jednadvacátému roku života .....	216
<b>10.</b>	<b>Sexualita a identita</b> .....	<b>221</b>
10.1	Transgender a asexualita .....	221
10.2	Homosexualita .....	222
10.3	Ego a partner.....	223
10.4	Zacházení s pornografií.....	224
10.5	Sexuální perverze .....	225
10.6	Otázky osudu .....	227
10.7	Osvěta ve škole .....	229
10.8	Hlediska z anthroposofické nauky o člověku k odlišnostem muže a ženy .....	230
<b>II.</b>	<b>Eurytmie – a proč je tak důležitá</b> .....	<b>237</b>

---

<b>12. K učebnímu plánu svobodného náboženství .....</b>	<b>245</b>
<b>13. Výuka techniky a učení pomocí digitálních přístrojů .....</b>	<b>251</b>
13.1 Uchopení mediální pedagogiky .....	252
13.2 Vývojově orientované mediální kurikulum waldorfské pedagogiky ..	253
<i>Přímá a nepřímá mediální pedagogika — K pojmu „médiá“ — Mediální zralost versus mediální kompetence — Odborná oblast mediální pedagogiky — Média ve škole: přednost produkování před konzumací</i>	
13.3 Technický rozvoj a palčivé otázky dneška.....	259
<i>Ke vztahu člověka a stroje — Jak využít šance nové svobody? — Zájem o svět a člověka se nerozvine sám od sebe — Přehled doporučení k učebnímu plánu</i>	
<b>14. Zdraví pedagogů .....</b>	<b>269</b>
14.1 Nebezpečí vyhoření v pomáhajících profesích.....	269
14.2 Pedagogické ctnosti .....	269
14.3 Stát se dobrým kamarádem přirozeného vývoje .....	271
14.4 Jak se stane práce v kolegiu zdrojem sil .....	271
14.5 Sedm podmínek zdravého vývoje.....	272
14.6 Zdraví podporující příprava na vyučování .....	276
14.7 Napojení na „pravé já“ .....	279
<b>15. Činnost školního lékaře a úlohy školních psychologů, sociálních pracovníků, školních zdravotních sester, pečovatelů a terapeutů .....</b>	<b>283</b>
Poděkování.....	288
Použitá literatura .....	289
Webové stránky .....	308
Seznam obrázků .....	309