

OBSAH

Pod'akovanie	6
Predslov	8

NEUROGENÉZA DETSKÉHO MOZGU OD ŠIESTEHO ROKU ŽIVOTA PO DVANÁSTY ROK ŽIVOTA

Ako sa mení detský mozog	14
Situácia č. 1 Ranné vstávanie	25
Situácia č. 2 Cesta do školy	32
Situácia č. 3 Stravovacie návyky	39
Situácia č. 4 Kamarátske vzťahy	48
Situácia č. 5 Konflikty s učiteľmi	57
Situácia č. 6 Voľnočasové aktivity	64
Situácia č. 7 Domáce úlohy	72
Situácia č. 8 Finančná gramotnosť	80
Situácia č. 9 Absencie v škole	88
Situácia č. 10 Stres a úzkosť	96
Situácia č. 11 Digitálne technológie a učenie sa	105
Situácia č. 12 Preceňovanie sa a podceňovanie sa	115

Situácia č. 13 Riskovanie	125
Situácia č. 14 Spätná väzba	133
Situácia č. 15 Relaxácia	142
Situácia č. 16 Fyzická aktivita	151
Situácia č. 17 Exekutívne funkcie	161
Situácia č. 18 Podmieňovanie	170
Situácia č. 19 Socializácia	179
Situácia č. 20 Učebné štýly	188
Situácia č. 21 Atmosféra a klíma	196
Situácia č. 22 Trauma	205
Situácia č. 23 Samostatnosť	214
Situácia č. 24 Kreativita	222

Čo podporovať a čomu sa vyhnúť

Podpora zdravého vývinu mozgu dieťaťa v školskom veku	232
Čomu sa vyhnúť v školskom veku	240

ZÁVER

Zoznam použitej literatúry	252
----------------------------	-----