Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2013 Zuzana Vávrová

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra výchovy ke zdraví

Zpracování a edukační účinnost webových stránek katedry výchovy ke zdraví na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity

Bakalářská práce

Autor: Zuzana Vávrová
Studijní program: Specializace v pedagogice
Studijní obor: Výchova ke zdraví
Vedoucí práce: doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.

České Budějovice, duben 2013

University of South Bohemia in České Budějovice
Faculty of Education
Institute of Health Education

Processing and Educational Effectiveness of the Website of the Department of Health Education on Faculty of Education in the University of South Bohemia

Bachelor Thesis

Author: Zuzana Vávrová
Study program: Specialization in Education
Field of study: Health Education
Supervisor: Assoc. Prof. Milada Krejčí, PhD.

České Budějovice, April 2013

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Zuzana Vávrová

Název bakalářské práce: Zpracování a edukační účinnost webových stránek katedry výchovy ke zdraví na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity

Pracoviště: Katedra výchovy ke zdraví, Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Vedoucí bakalářské práce: doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.

Rok obhajoby bakalářské práce: 2013

Abstrakt:

Bakalářská práce se zabývá tématem předávání vědomostí z oblasti vzdělávání ke zdraví pomocí internetových stránek katedry a jejich efektivitou. Pro lepší pochopení předmětu výchovy ke zdraví jako takového je podstatné nahlédnutí do jeho historie. Tento dnes již dobře známý obor má své kořeny v mezinárodním programu pro podporu zdraví Světové zdravotnické organizace „Zdraví 21- zdraví pro všechny do 21. století." Česká republika je jedním z účastníků, kteří se k realizaci programu aktivně zapojili. Během předávání poznatků z oblasti zdravého životního stylu a podpory zdraví se objevila myšlenka školených odborníků. Na tomto základě rovněž vznikla na PF JU Katedra výchovy ke zdraví. U jejího zrodu stála paní doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc. se svolením paní docentky jsem využila jejích bohatých zkušeností a některé poznatky a připomínky k vývoji výchovy ke zdraví jsem zahrnula do krátkého rozhovoru. Výrazným prvkem bakalářské práce je pohled na předávání informací elektronickou cestou za pomoci internetu a obecné hodnocení edukační účinnosti vzdělávacích webových stránek za pomoci stanovených kritérií. Já jsem podle těchto kritérií posoudila existující webové stránky katedry výchovy ke zdraví. Na základě analýzy použitých zdrojů jsem sestavila nestandardizovaný dotazník. Explorace byla provedena u studentů 1. a 2. ročníku katedry výchovy ke zdraví. Cílem výzkumu bylo získat názory na vizuální a obsahové zpracování webových stránek katedry výchovy ke zdraví a podněty na jejich vylepšení. Průzkumem se potvrdily také výzkumné předpoklady, že internetové stránky pravidelně navštěvuje alespoň 80 % respondentů a dále, že nejméně 50 % z nich je hodnotí kladně.

Klíčová slova: výchova ke zdraví, vzdělávání, webové stránky, edukační účinnost webových stránek, zdraví, internet, hodnocení

Bibliographic identification

Name and Surname: Zuzana Vávrová

Title of Bachelor Thesis: Processing and Educational Effectiveness of the Website of the Department of Health Education on Faculty of Education in the University of South Bohemia

Department: Health Education, Faculty of Education, University of South Bohemia in České Budějovice

Supervisor: Assoc. Prof. Milada Krejčí, PhD.

The year of defence: 2013

Abstract:

The thesis illustrates the effectiveness of the website used at the Health Education Department at the University of South Bohemia, as the way how to deliver knowledge from the field of theory to the field of health education. It is essential to look into the history to understand the subject of the health education. The roots of well-known health campaign arise from the international program "Health 21 – health for all in the 21st century", that has been designated by World Health Organization. The Czech Republic is one of the countries actively involved inthe implementation of the program. The idea to trained health oriented professionals appeared during the brainstorming process exchanging information about healthy lifestyles and health promotion. Based on the outcome, the idea to establish Department of Health Education at PF SU also appeared. Mrs. Doc. PaedDr. Milada Krejci, PhD., is the founder of Department of Health Education at University of South Bohemia, andthe credit should go to her. In a short interview with Mrs. Doc. PaedDr. Milada Krejci, PhD, i took advantage of her opulent experience, and used some of her insights regarding development of health education in the thesis. The significant element of the work is to look at the transmission of electronic information using the Internet, and evaluate the effectiveness of educational websites based on the fixed criteria. The existing website of the Department of Health Education was compared in accordance with these criteria. Based on the analysis of the essentials, i have compiled a non-standard questionnaire. The survey was done by the 1st and 2nd year students of the Department of Health Education. The aim of the research was to gather the opinions on visual, and contents of the processing data of the Health Education Website, that may help to enhance web-site. The research also acknowledge, that the Health Education Website is regularly attended by 80 % of the students at least, and there are just above 50 % of them, who appraised the website positively.

Keywords: health education, education, websites, educational effectiveness of websites, health, internet, review

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma: „Zpracování a edukační účinnost webových stránek katedry výchovy ke zdraví na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity“ zpracovala samostatně pod odborným dohledem doc. PaedDr. Milady Krejčí, CSc., pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě – v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných pedagogickou fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích, dne 24. 4. 2013 Zuzana Vávrová

Poděkování:

Děkuji doc. PaedDr. Miladě Krejčí, CSc. za odborné vedení, cenné rady, její ochotu a všestrannou pomoc při vypracování mé bakalářské práce. Dále děkuji všem, kteří mě podporovali.

OBSAH

1 ÚVOD 9
2 TEORETICKÁ ČÁST 11
2.1 Úvod do vzdělávací oblasti „výchova ke zdraví“ 11
2.2 Zdraví pro všechny do 21. století 14
2.3 Zdraví 21 15
2.4 Katedra výchovy ke zdraví na Jihočeské univerzitě 17
3 OBSAHOVÁ ANALÝZA WEBOVÝCH STRÁNEK 21
3.1 Obecné hodnocení edukační účinnosti webových stránek 21
3.1.1 Cílové publikum 22
3.1.2 Věrohodnost 23
3.1.3 Přesnost obsahu a nezaujatost 24
3.1.4 Aktuálnost 24
3.1.5 Oblast rozsahu a navigace 25
3.1.6 Přístupnost 26
3.1.7 Vizuální zpracování 26
4 VÝZKUMNÁ ČÁST 28
4.1 Cíl práce 28
4.2 Úkoly práce 28
4.3 Výzkumné předpoklady 28
5 METODOLOGIE VÝZKUMU 29
5.1 Charakteristika 29
5.2 Výzkumné metody 29
5.3 Deskripce webových stránek podle kritérií 31
5.4 Rozhovor s paní docentkou Krejčí 33
5.5 Analýza dotazníkového šetření 36
5.6 Výsledky a hodnocení otázek 37
5.6.1 Otázka č. 1 37
5.6.2 Otázka č. 2 39
5.6.3 Otázka č. 3 41
5.6.4 Otázka č. 4 43
5.6.5 Otázka č. 5 45
5.6.6 Otázka č. 6 48
5.6.7 Otázka č. 7 50
5.7 Interpretace výsledků dotazníkového šetření 52
5.8 Návrh úprav a inovace webových stránek katedry VKZ 53
6 ZÁVĚRY A DOPORUČENÍ 55
7 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ 9
8 SEZNAM PŘÍLOH 13

1 ÚVOD

V dnešní technické době si jen málokdo dovede představit svůj život bez počítačů. Jejich využití je všestranné. Využíváme je k práci, komunikaci, získávání informací anebo jen k pouhé zábavě. Ať už je důvod použití jakýkoliv, faktem zůstává, že komputer se stal nedílnou součástí našich životů. Především internetové připojení nám nabízí spoustu možností pro spojení do vzdálených míst a vyhledávání rozmanitých údajů z nepřeberného množství internetových domén. Záleží jen na zájmu každého jednotlivce, jaký druh údajů hledá a jak velká je jeho motivace pro získávání informací z webových stránek.

Právě velké množství internetových domén nutí jejich provozovatele zatraktivnit webové stránky a tím přilákat větší počet návštěvníků. Danou skutečnost si uvědomilo také odborné vedení katedry výchovy ke zdraví, a tak vznikla potřeba posoudit vizuální a výchovně vzdělávací působení webových stránek tohoto oddělení. Záměrem tedy bylo zjistit, jakým způsobem by se daly již fungující internetové stránky katedry výchovy ke zdraví vylepšit a celkově revitalizovat. Tato myšlenka se stala i námětem pro moji bakalářskou práci. Téma jsem si vybrala proto, že studuji obor výchovy ke zdraví a sama využívám webové stránky katedry výchovy ke zdraví. Především mě oslovila možnost určitým způsobem ovlivnit web své katedry a dále mě přitahovalo zjišťování názorů ostatních studentů. Byla jsem zvědava, jak jednotliví lidé vnímají jednu konkrétní skutečnost. Dále mě zajímalo, jakým způsobem lze hodnotit edukační účinnost, protože do té doby jsem se s tímto problémem nikdy nesetkala. Z těchto několika prostých důvodů jsem si proto zvolila bakalářskou práci, která se zabývá zpracováním a hodnocením edukační účinnosti webových stránek katedry výchovy ke zdraví na pedagogické fakultě Jihočeské univerzity.

Cílem práce je získat takové informace, které umožní stanovit použitelná doporučení na rozšíření vzdělávacího působení internetových stránek i na úpravu jejich zpracování. Nejprve proto bylo nutné seznámit se blíže se dvěma základními tematickými oblastmi. Zaprvé se jedná o problematiku studijního oboru výchova ke zdraví. S tím je neoddělitelně spojen i celkový pohled na oblast zdraví a jeho soudobá interpretace. Zadruhé je to okruh informací ohledně fungování internetu, způsob předávání vědomostí elektronickou cestou a v neposlední řadě efektivita webových stránek. Do úvodní části jsem proto zahrnula stručný historický vývoj předmětu výchovy ke zdraví, dále důležité momenty ovlivňující hlavní zásady tohoto

předmětu a především sféru jeho zájmu. Součástí popisu je tedy přehled nejpodstatnějších témat výchovy ke zdraví a jejich edukační vliv. Následuje souhrn základních poznatků ze světa internetu. Zahrnula jsem do něj základní informace o jeho vzniku a rychlém rozvoji. Kromě toho tato část líčí, za jakým účelem vznikají webové stránky a jakým způsobem mohou být hodnoceny. Protože konkrétně hodnocení webových stránek je obsahem mé bakalářské práce, navrhla jsem v teoretické části určitá posudková kritéria, podle kterých lze obecně zhodnotit účinnost webových stránek.

Analýzou příslušných odborných zdrojů a po bližším obeznámení s tématem bakalářské práce jsem ve výzkumné části pokračovala stanovením úkolů práce pro další činnost. Prvořadé pro mě bylo dostat se k použitelným údajům, na jejichž základě bych mohla zhodnotit edukační účinnost a zpracování webových stránek katedry výchovy ke zdraví. Rozhodla jsem se proto získat je přímo od studentů, a to formou dotazníkového šetření. Ve spolupráci s mojí vedoucí práce jsem vytvořila dotazník, který jsem následně distribuovala mezi respondenty. Pomocí vybraných statistických metod jsem vyplněné dotazníky posoudila. Výsledky explorace mi posloužily ke zhodnocení zpracování a edukační účinnosti webových stránek. Získané poznatky jak z teoretické, tak výzkumné části jsem shrnula do závěrečných doporučení.

Při svém zkoumání jsem postupovala od širších všeobecných informací ke konkrétním poznatkům, které mi umožnily uchopit evaluační záměr a jeho realizaci. Čerpala jsem především z odborné literatury a internetových stránek, které se věnují tématice zdraví, vzdělávání a zpracování webových stránek. Zdroje jsem volila jednak na doporučení vedoucí práce, dále pak podle odkazů v doporučené literatuře anebo vlastním aktivním vyhledáváním použitelných pramenů.

2 TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Úvod do vzdělávací oblasti „výchova ke zdraví“

Výchova ke zdraví se stává nedílnou součástí života českých občanů. Je zařazena již do rámcových vzdělávacích programů předškolního, základního a středoškolského vzdělávání. v nich jsou, přiměřeně věku žáků, předávány informace o správném životním stylu a udržení zdraví, prezentovaném jako stavu bio-psycho-sociální pohody. Dětem i dospívajícím jsou vštěpovány zásady, které využijí pro svůj zdravý život, ale zároveň vedou k pozitivním vazbám ve skupině, k rozvoji ekologického myšlení a k uvědomění si širších souvislostí a problémů naší Země. (MACHOVÁ, 2009)

Český edukační systém se řídí doporučeními shrnutými do tzv. Bílé knihy, která představuje národní program rozvoje českého vzdělávání. Je to dokument vytvořený v roce 2001 na základě vládního usnesení, koncepce vzdělávání Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, dále na základě rezultátů odborného posouzení českého školství v příslušném časovém období a výsledků, vyplývajících z veřejného dialogu vyhlášeného MŠMT. Tento spis je východiskem pro další řízení českého vzdělávacího systému. Svým obsahem podporuje transformaci záměrů i náplně předškolního, základního a středního školství. Kromě řady jiných návrhů, program národního vzdělávání upozorňuje na nutnost zařadit do výuky aktuální kulturní témata. Jedná se o problematiku života v multikulturní společnosti, životního prostředí a výchovu ke zdravému životnímu stylu. Zanesení námětu výchovy ke zdraví do programu národního vzdělávání stejně jako stále vzrůstající tendence zaměřené na rozvoj podpory zdraví u všech obyvatel ČR, přinesly s sebou potřebu vzdělávat také pedagogy. Inovace školních vzdělávacích programů proto vyžaduje od pedagogických pracovníků jasně danou úroveň dosaženého vzdělání. Pro učitele základních a středních škol je to vysokoškolské magisterské studium. Pro učitele mateřských škol, vychovatele, mistry odborného výcviku a volnočasové pedagogy to znamená studium vysokoškolské bakalářské. Bez vyškolených odborníků by se záměr výchovy ke zdraví nedal realizovat. Nejen učitelé však mohou předávat odborné znalosti z této problematiky. Na českých vysokých školách se v několika posledních letech objevil nový pedagogický obor „výchova ke zdraví“, který se přímo specializuje na předávání souhrnných znalostí o podpoře zdraví svým studentům. Tento jev jasně vypovídá, jak důležitá je odborná znalost kompletního pohledu na zdravý životní styl. (MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, 2001)

Společně s rodinnou výchovou je to školní edukace, kdo má v procesu vytváření struktury zdravotního vzdělávání a propagaci zdraví nenahraditelnou úlohu. Tyto dvě instituce jsou základní pilíře v budování zdravotního vzdělávání obyvatel. Rodičovské vzorce chování učí potomky získávat převážně hygienické, stravovací a pohybové návyky. Rodina také člověku poskytuje základní zdravotní znalosti a povědomí o důležitosti zdraví, avšak v různém rozsahu. Na školská zařízení pak přechází úkol předávat komplexní informace o zdraví a o adekvátním chování, které zdraví posiluje. Poskytované vědomosti by svým rozsahem měly zahrnovat nejmodernější a vědecky ověřené výsledky z okruhu biologického, psychologického i sociálního zdraví. Současné globální podmínky s sebou také přinášejí výskyt problematických oblastí zdraví. Jedná se o výsledek života v postindustriální společnosti. Na tyto konkrétní problémy je třeba pohlížet jako na dlouhodobé a ve své podstatě celoživotní cíle vzdělávacího rozvoje v odvětví veřejného zdraví. Za klíčový moment rozvoje inovativních pohledů na zdraví a zdravotního vzdělávání ve společnosti se považuje propojení poznatků z oblasti zdraví i nemoci se sociálními, morálními a ekologickými hledisky. Cílem je nasměrování lidí k novému postoji na způsob života, který bere v úvahu nejen zodpovědnost za vlastní zdraví, ale také za vytváření zdravého a udržitelného životního prostředí. (BIAŁAS, 2011)

Tato myšlenka, která chápe zdraví jako výsledek propojení znalostí z mnoha oborů, je potvrzena rovněž přesvědčením mnoha odborníků. Experti se dnes stále více přiklánějí k názoru, že pojem zdraví v sobě zahrnuje také sociální a kulturní aspekty. Zde je vidět rozdíl od předešlého vědeckého pojetí. v minulosti totiž bývalo zdraví chápáno spíše jako biologický pojem. To je pozitivní zjištění, avšak objevují se nové a jak bylo výše zmíněno globální problémy v našem společenství. Častým jevem, který se začal ve společnosti vyskytovat, je neschopnost průměrných občanů postihnout vědecký a technický progres v celé jeho šíři. Následkem toho lidé pociťují světonázorové prázdno a nejistotu. Jsou zahlceni neustálým pokrokem, rozvojem a všemožnými inovacemi. Mezi těmito stísňujícími pocity zapomněli myslet na sebe, své zdraví i životní okolí, ať už sociální nebo přírodní. v souvislosti s touto skutečností je důležitým cílem vzdělávání v oblasti zdraví naučit studenty samostatně přemýšlet. Výsledkem toho by měla být jejich schopnost řešit vzniklé komplikace takovým způsobem, který bude přispívat k utváření příznivého kulturního systému, ohleduplného nejen k lidskému zdraví, ale také k přírodě a životnímu prostředí. (ŠMAJS, 2011)

Musím souhlasit, že dnešní překotná doba vyvíjí obrovský tlak na lidskou bytost a do značné míry z ní vytváří pouhého konzumenta. Já sama mnohdy pociťuji, že jsem vykonavatelem nesmyslných a zbytečných úkolů, které jsou pro mě bezvýznamné, až nezdravé. My lidé jsme ale zahlceni prací, neustále něco musíme. Nemáme čas na to, abychom naše kvapné tempo zpomalili anebo si vytvořili prostor na zamýšlení. Třeba nad tím, jak se odpoutáváme od přirozenosti. Může to být způsobeno vlivem reklamy, ovlivňováním masovými prostředky, rychlým postindustriálním vývojem nebo jinými projevy konzumního stylu života. Ať už je důvod jakýkoliv, způsob takové existence musí nutně vést k negativním pocitům, nejistotě, duševní nepohodě anebo se projeví určitou nemocí. Především byl potvrzen zvýšený nárůst duševních poruch a nemocí. Uvádí se že, až 11% mužů a žen v EU má již zkušenosti s nějakou duševní poruchou. Zejména depresivní stavy a sebevražedné pokusy se stávají rozšířeným projevem mentální disharmonie. Tento znepokojivý fakt byl vzat v potaz na konferenci „Together for Mental Health and Wellbeing“ v Bruselu 2008, kde byl vyzdvihnut nenahraditelný vliv duševní pohody nejen na zdraví člověka, ale i na zvýšení jeho sociálního potenciálu, čímž je potažmo podporován rozvoj celé společnosti. (KREJČÍ, 2001)

Přestože výskyt mentálních problémů je alarmující, jedná se pouze o jedno téma z mnoha v oblasti zdraví, která se v dnešní vyspělé civilizaci objevují jako problematická. Spousta jich má spouštěcí mechanismus v nevhodném životním stylu. Ten je důsledkem nedostatku znalostí anebo lhostejnosti v oblasti zdraví. Jednu část při řešení tohoto problému představuje výchova ke zdraví. Zde se obloukem vracíme zpět k úvodní části. Tím, že výchova ke zdraví již byla zahrnuta do programu národního vzdělávání a je realizována v celém edukačním systému od mateřských škol až po kultivaci odborníků v této problematice, dala Česká republika jasně najevo, jak jí záleží na blahu jejích obyvatel. Jedná se tedy o ucelený a propojený systém. Škola navazuje na poznatky, které si dítě přináší z rodiny a obohacuje je o vědecky podložené informace o zdraví jako bio-psycho-sociálním celku. Formulace cílů vzdělávání je koncipována takovým způsobem, aby se žáci uměli sami rozhodovat pro chování podporující lidské zdraví, aby si osvojili kladný postoj ke své existenci a uměli realizovat v životě takové činnosti, které zajistí životní pohodu nejen jim, ale celému společenství včetně přírody. (MACHOVÁ, 2009)

Závěrem této kapitoly lze konstatovat, že obor výchovy ke zdraví zabírá značně široké území. Jeho pole působnosti v moderním pojetí obsahuje poznatky z řady

vědeckých disciplín a využívá znalostí, které značně přesahují rámec jednostranného biologického pohledu na lidské zdraví. V tom spatřuji podstatu výchovy ke zdraví. Vytváří pomyslnou spojnici mezi všemi výzkumnými hledisky, názory a postoji odborníků. Výsledkem je pak holistické pojetí, které chápe vitalitu jako projev vyváženosti bio-psycho-sociálních aspektů jedince. Akcent na významnost oboru projevila naše země tím, že jej zahrnula do celonárodního programu vzdělávání na všech jeho úrovních a je také aktivním účastníkem při realizaci dalších projektů podporujících zdravý způsob života.

2.2 Zdraví pro všechny do 21. století

Předmět „výchova ke zdraví“ vznikl na základě programu Světové zdravotnické organizace „Zdraví 21 – zdraví pro všechny do 21. století“. Program v sobě zahrnuje aktuální požadavky a principy strategie v péči o zdraví. Na mezinárodní konferenci v roce 1998 byla přijata Světová deklarace zdraví, v níž se členské státy zavazují prosazovat a realizovat politiku Zdraví pro všechny do 21. století. Protože Česká republika patří mezi 51 států Evropského regionu Světové zdravotnické organizace, jsou pro ni zásady a ustanovení také závazná. (MACHOVÁ, 2009)

Dle zmíněného dokumentu, si členské státy uvědomily nejen nutnost změn ve zdravotních soustavách jednotlivých regionů, podle specifických oblastních požadavků, ale zejména nezbytnost změnit celkově postoj v přístupu k lidskému zdraví. Světová zdravotnická organizace tím, že začala propagovat chápání pojmu zdraví v širokém slova smyslu, zapojila do podpory zdravého životního stylu mnoho humanitních oborů. Vnímala a vnímá stále projev vitality jako výsledek dokonalé souhry mezi tělesnou, duševní a sociální stránkou lidského života. Nejedná se tedy už primárně jen o dosažení tělesného zdraví, také upozornila na vzájemnou a širokou propojenost mezi jednotlivými oblastmi lidského života, ovlivňující jeho kvalitu. Stěžejní témata, na která Světová zdravotnická organizace upozornila, se stala předmětem diskusí a jednání mezi příslušnými odborníky. Výsledná stanoviska spolu s doporučeními pro realizaci byla shrnuta do programu „Zdraví pro všechny do 21. století“. Za hlavní témata byla označena následující:

– dostupnost zdravotnických služeb pro všechny obyvatele pocházející z různých sociálních a ekonomických vrstev

– zkvalitnění poskytovaných zdravotních a sociálních služeb

– využívání nejnovějších vědeckých poznatků v lékařské praxi
– plošná propagace prevence nemocí a úrazů
– vytváření příznivého životního prostředí

Důvody zaměření na tato témata byly podmíněny různými fakty. Především Evropský region představuje obrovskou a kulturně rozmanitou oblast, což se přirozeně odráží také v socioekonomické nerovnosti. Tyto odlišnosti mezi jednotlivými členskými státy, odrážely ještě následky po pádu totalitních režimů, které se nepodařilo do té doby odstranit. Přesto se nejednalo o problémy v tak velkém rozsahu jako například u rozvojových zemí. Ve většině částí této velké oblasti fungovala infrastruktura dopravní, komunikační i veřejných sítí a služeb. Přesto však bylo potřeba rozdíly sjednotit a dát všem obyvatelům stejné možnosti. Jakým způsobem provést toto sjednocení, je v tomto dokumentu přesně popsáno. Jsou zde jasně vymezené cíle, postupy a doporučení, jak společné záměry realizovat. Tento systém je velice účinný, protože všechny členské státy se zavázaly naplňovat ideje spisu Zdraví 21. Některým státům se daří postupovat rychleji a jiným pomaleji, ale důležité je, že se jejich kroky ubírají stejným směrem. (ZDRAVÍ 21, 2000)

Naše země je rovněž od počátku aktivně zapojena do plnění programu Zdraví 21 – zdraví pro všechny do 21. století. Na tomto základě byly vládou České republiky vytvořeny a přijaty dva dokumenty, které zabezpečují realizování programu na místní úrovni. Jedná se o „Dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR Zdraví pro všechny v 21. století“ a „Akční plán zdraví a životního prostředí ČR.“ (MACHOVÁ, 2009)

2.3 Zdraví 21

Plán „Zdraví 21 pro všechny v 21. století“ je obsáhlý soubor činností, jejichž plněním se Česká republika zavázala postupně a neustále zlepšovat zdravotní stav svých obyvatel s přispěním všech složek společnosti. v tomto spise je ustanoveno jednadvacet základních úkolů. Jejich způsob formulace je však spíše vyjádřením souhrnné oblasti, na kterou se daný bod zaměřuje. Podle aktuálních okolností mohou být měněny strategie a způsoby dosahování dílčích i vytyčených cílů, protože se jedná o volný dokument. Jeho základní ideou však zůstává ochrana občanů před nejrůznějšími typy onemocnění a podpora vitality a zdravého životního stylu. Tento záměr vyplynul ze současné situace, kdy nejvyšší míru úmrtnosti v naší zemi zapříčiňují nemoci

oběhové soustavy, nádorová onemocnění a následky tragických událostí. Všechny jmenované důvody vysoké mortality lze z velké části ovlivnit správným přístupem k vlastnímu životu. (PROGRAM ZDRAVÍ 21, 2002)

Velký důraz je při realizaci projektu kladen na správnou výživu. Špatně vyvážený jídelníček a nadměrná spotřeba nevhodných živin má za následek řadu civilizačních onemocnění. Například přílišná konzumace potravin s vysokým obsahem tuku vede hned k několika tělesným obtížím. v prvé řadě způsobuje nadváhu až obezitu, která zatěžuje náš kloubní aparát, dále se tuk ukládá ve stěnách cév, což vede k nedostatečné funkci krevního řečiště a vzniku srdečně-cévních potíží. Nehledě na to, že vysoké procento lipidů v těle připravuje člověka o intelektuální schopnosti a psychickou svěžest. Podobný scénář má i vznik dalších onemocnění jen s tím rozdílem, že spouštěč je jiný. Například ke vzniku diabetu mellitu dochází nejčastěji po dlouhodobé a nadměrné konzumaci potravin s vysokým glykemickým indexem. Existuje řada dalších nemocí, jejichž příčinu vzniku můžeme hledat v nesprávné výživě. Rozvoji takových obtíží lze účinně předcházet vhodným stravováním. (STRUNZ, 2000)

Problém správné výživy není pouze otázkou jednotlivců, ale celé společnosti. Cílem pro dosažení žádoucích změn ve stravování českých občanů je podstatná podpora státu. Ta může mít praktickou podobu v tom, že příslušné vládní orgány zajistí dostatečně pestrou nabídku nezávadných potravin. Zároveň také budou uskutečňovat pozitivní potravinovou strategii ve veřejném a především školním stravování. Teoretická forma podpory pak představuje efektivní rozšiřování zásad zdravé výživy mezi všechny sociální skupiny.(ZDRAVÍ 21, 2000)

Dalším bodem při snižování výskytu výše zmíněných zdravotních komplikací je dostatečný pravidelný pohyb. Ten by se měl pěstovat už od dětských let a člověk by si měl udržet aktivitu až do stáří. Bohužel skutečnost je jiná. v dnešní době trpí nedostatkem pohybu nejen dospělá populace, ale také děti i mládež. Chabá fyzická aktivita ve společnosti je také výsledkem podmínek, které si daná kultura určitým způsobem nastaví. V souladu s cíli Světové zdravotnické organizace by mělo dojít ke změně. Jednotlivé státy by si měly uvědomit rozhodující vliv tělesných cvičení na kvalitu života a podporovat jeho rozvoj. Hodnota pohybu je nejen v tom, že udržuje dobrou tělesnou kondici, má rovněž velký význam na psychické a sociální stránky lidského života. Především se zlepšují mentální schopnosti a duševní odolnost. Člověk například při sportování ale i jiných tělesných cvičeních zažívá pocity sebedůvěry,

uspokojení, radosti a zábavy. Co se týče sociální oblasti, člověk nabývá zkušeností se skupinovou dynamikou, zdokonaluje si schopnost spolupracovat s ostatními a při tom vnímá pocit sounáležitosti. (SLEPIČKA, 2009)

Často zmiňovaným termínem v souvislosti s nedostatkem pohybu je hypokinetický syndrom. Ten se projevuje nervozitou, neklidem, sníženou schopností soustředit se a ovládat své projevy. Je to důsledek absence pohybových aktivit, které jsou nahrazeny sedavým způsobem života a konzumní společností. Dalším důvodem nedostatku pohybu u lidí může být různá míra osobních předpokladů pro tělesná cvičení. v případě, že lidé nejsou příliš zdatní anebo mají jiný důvod, proč se nevěnují fyzickým činnostem, pro ně existují adekvátní pohybové aktivity. Jsou to tělesná cvičení respektující individuální schopnosti každého jedince včetně jeho nedostatků v mobilitě. Jedná se tedy o jakoukoliv motorickou činnost přiměřenou věku, pohlaví, dovednostem, schopnostem, zkušenostem, potřebám a dalším subjektivním požadavkům konkrétního jedince. Díky adekvátním pohybovým aktivitám mohou všichni lidé bez rozdílu rozvíjet svoji fyzickou zdatnost. (KREJČÍ, 2011)

Z charakteristiky jednotlivých cílů národního programu rozvoje zdraví českých obyvatel vyplývá řada dílčích úkolů pro všechny sociální složky. v jednotlivých oblastech veřejného působení jsou stanoveny konkrétní strategie a metody, jakými lze dosahovat vytyčených záměrů. Jedním z takových postupů je šíření vědomostí z oblasti zdravého životního stylu mezi všechny sociální skupiny. Veřejná propagace takových informací má přispět k uvědomění si hodnoty vlastního zdraví a vyvolat u občanů změnu chování tak, aby se sami na základě získaných poznatků rozhodovali pro zdraví podporující jednání.

2.4 Katedra výchovy ke zdraví na Jihočeské univerzitě

Počátek Katedry výchovy ke zdraví na PF JU se datuje k roku 2008, ale její kořeny sahají hlouběji. Vznik katedry byl vlastně výsledkem formování existujícího a úspěšně se rozvíjejícího samostatného oddělení výchovy ke zdraví na Pedagogické fakultě JU. Toto oddělení bylo zřízeno již v roce 2005 na základě návrhu, který vypracovala paní docentka Krejčí. Ve svém projektu zdůvodnila potřebu vzniku takto zaměřeného sektoru a nastínila hlavní záměry. Oddělení bylo projektováno v souladu s požadavky odborné veřejnosti, která poukazovala na nutnost krajských změn ve školství, co se týče podpory edukační oblasti zdraví. Tato pohnutka byla zároveň v souladu s dlouhodobým

zájmem Jihočeské univerzity k perspektivnímu vývoji. Cíle oddělení se týkaly především rozvoje studijního oboru výchovy ke zdraví, zpřístupnění studia také posluchačům univerzity třetího věku, začlenění vzdělávání z oblasti zdraví i do dalších studijních oborů na PF JU anebo vytvoření poradny pro zdravý životní styl. Vznik oddělení výchovy ke zdraví byl v souladu se stále vzrůstajícími požadavky Evropské unie i s národním programem Zdraví 21, zaměřeným na podporu lidského zdraví a kultivaci vyškolených odborníků. Na základě studia by měli absolventi získat potřebné pedagogické, psychologické stejně jako didaktické znalosti, díky kterým by byli způsobilí pro vedení určitých skupin lidí k zájmu o vlastní zdraví. (KREJČÍ, 2005)

Zahájením činnosti oddělení se otevřela možnost rozvoje nového a velice zajímavého oboru. Díky tomu pak vznikla samostatná Katedra výchovy ke zdraví. Celý proces zrodu nového oboru na PF JU by však nebyl možný bez nadšení a zaujetí lidí, kteří se pustili do realizace plánů. Byli to lidé, kteří si velice dobře uvědomovali hodnotu zdraví a kteří měli potřebné zkušenosti z oblasti péče o lidské zdraví, aby je mohli předávat svým studentům.

Cílem studia je především seznamovat studenty s novodobými poznatky o pozitivním způsobu života a rozvíjet v nich schopnosti výchovné, diagnostické, intervenční, společenské a manažerské tak, aby byli způsobilí pro práci v oblasti podpory zdraví. Teoretickou základnu vzdělávání na katedře Výchovy ke zdraví tvoří biologické, psychologické a pedagogické disciplíny. Stěžejní témata výuky korespondují s významnými body programu národního rozvoje zdraví, které jasně formulují žádoucí změny v přístupu lidí k vlastnímu zdraví. Jedná se zejména o:

– podporu rozvoje pohybových aktivit v běžné populaci
– definování specifických znaků zdravého stravování s ohledem na věk
– redukování stresu
– pěstování zdravých vztahů ve skupině, pozitivní přístup k životu
– zvyšování reprodukčních schopností
– snižování zneužívání návykových látek
– vhodná prevence nemocí a úrazů.

Absolventi mohou uplatnit své dovednosti jak při práci s jednotlivými klienty, tak se skupinami lidí různých věkových kategorií a sociálních vrstev v poradenských centrech zdravého životního stylu, při práci s dětmi a mládeží ve volnočasových

zařízeních, v domovech pro seniory i jiných sociálních zařízeních anebo se mohou uplatnit při rozvoji a plánování zdravých regionálních životních podmínek. Pole působnosti je značně široké. Roku 2008 byly nově akreditovány další dva studijní obory. Jedná se o bakalářské studium „Výchova ke zdraví se zaměřením na vzdělávání“ a následné magisterské studium „Výchova ke zdraví v učitelství pro základní školy“. Jak je uvedeno v prohlášení katedry, tyto dva obory reagují na změněné podmínky v národním programu vzdělávání. Jsou to změny, které kladou důraz na vzdělávání mladých lidí v oboru výchovy ke zdraví zaneseném přímo ve vzdělávacích programech jednotlivých typů škol a výchovných zařízeních. Akreditované obory výchovy ke zdraví profilují své absolventy takovým způsobem, aby splňovaly požadované profesní nároky, stanovené národním programem českého vzdělání. Absolventi studia jsou oprávněni pro práci v různých typech škol, školských zařízeních, domovech dětí a mládeže, volnočasových zařízeních, diagnostických a nápravných ústavech. (PF JU, on-line)

Ve stejném roce tedy roku 2008 vzniklo jako doplňující a podporující pracoviště Katedry výchovy ke zdraví Akademické centrum zdravého životního stylu a poradenství. Toto pracoviště má stejné cíle jako výchova ke zdraví. Hlavní ideou tedy je podílet se na zkvalitnění tělesné, duševní i sociální stránky života obyvatel. Činnost akademického centra je zaměřena především na prevenci. Hlavní náplní je šíření informací o zdravém životním stylu, a to formou přednášek, pořádáním seminářů nebo kurzů, které se mohou specializovat na konkrétní problematiku. Nejdůležitější aktivitou tohoto střediska je práce s klienty. Ti mohou využívat jeho poradenských služeb. Jedná se především o doporučení, jak účinně předcházet vzniku zdravotních obtíží anebo jakým způsobem postupovat na zmírnění již existujících komplikací. Jsou to rady například při bolestech kloubního aparátu, snížené mobilitě, nadváze, cukrovce, hypertenzi, při pocitech únavy, při úzkosti, stresu, syndromu vyhoření a dalších projevech nezdravého způsobu života. Klient obdrží nejen určitý harmonogram pro zmírnění obtíží, ale zároveň mu centrum nabídne možnost aktivní realizace. Ta přichází formou nabízených rekondičních aktivit v jednotlivých modulech. Klienti se mohou účastnit adekvátních pohybových aktivit, uvolňovacích technik nebo seminářů o zdravé výživě. Významný prvek činnosti akademického centra také tvoří výzkumná práce. Jedná se především o bádání v oblasti holistického pojetí zdraví a na základě výsledků explorace vytvářet nové preventivní i kompenzační struktury. Centrum využívá spolupráce nejen s českými odborníky, ale vítá i zahraniční spolupráci. Mezi výzkumné

oblasti patří především tématika výživy, potažmo problémů spojených s nezdravým stravováním. Úspěšně realizovanými projekty jsou například „Být obézní je normální?“ anebo „Pozitivní efekty rozvoje sebekontroly a sebeúcty na snížení nadváhy prostřednictvím jógového tréninku“. Aktuální téma, na které se centrum zaměřuje v současnosti, je oblast kvality psychického zdraví a duševní hygieny. (PF JU, on-line)

3 OBSAHOVÁ ANALÝZA WEBOVÝCH STRÁNEK

Svět internetu se stal velice využívaným virtuálním prostorem pro rychlejší komunikaci a sdělování informací. Jednotné označení webová stránka může však být trochu zavádějící, neboť v běžné mluvě anebo spíše laicky řečeno, je webovou stránkou vše, co je k nalezení na internetové síti. Word Wide Web (doslovně přeloženo světově široká síť) je gigantická soustava spletená z nepřeberného množství navzájem spojených dokumentů. Ty mohou obsahovat cokoliv. Od psaného textu, hudebního záznamu anebo videozáznamu, přes obrázky, fotografie a grafické projevy až po určité specifické programy. Tento různorodý materiál je uložen na webových serverech, což jsou komputery neustále připojené na internetovou síť. (A2B, on-line)

Všechny dokumenty uložené na webovém serveru mají svoji přesnou adresu, obsahující název webové stránky, označení internetové domény a přesné pojmenování konkrétního dokumentu. Webové stránky si uživatelé mohou prohlížet za pomoci různých prohlížečů. Některé stránky často mění svoji náplň a obnovují aktuální informace, takovým říkáme dynamické. Ty, které se mění málo nebo zůstávají stejné, se nazývají statické. Řekla bych, že webové stránky katedry výchovy ke zdraví jsou někde mezi tím. Některé informace, jsou stálé a neměnné, jako například informace o historii vzniku katedry, profilu absolventa nebo popis jednotlivých předmětů, jiné údaje se musí podle potřeby aktualizovat a měnit v závislosti na jejich vývoji. (PĚLUCHA, 2012)

Účel, kvůli kterému webové stránky vznikají, je různý. Mohou to být stránky s obchodním a komerčním využitím, stránky reklamní, informační, zábavné, zájmové, vzdělávací nebo osobní webové stránky jednotlivců či skupin. Zaměření stránek je různorodé, ale při jejich tvorbě je vždy prioritní si uvědomit, jaký je jejich smysl a pro koho jsou určeny. (WEINMANOVÁ, 2004)

3.1 Obecné hodnocení edukační účinnosti webových stránek

Schopnost internetu účinně předávat informační obsah široké veřejnosti, je v současné době nejpoužívanějším prostředkem pro distribuci vzdělávacích dokumentů. Vědomostní materiál bývá publikován na různých webových stránkách a ty můžeme typologicky rozdělit podle toho, jaký je jejich účel. Některé weby mohou být orientované pouze na šíření vědomostní náplně, jako například encyklopedie nebo tematicky zaměřené internetové stránky. Dalším typem je web výukový, který

představuje elektronickou formu určitých nejen školských zařízení např. galerií, muzeí nebo vědeckých ústavů. Třetím typem je web, zaměřen obzvláště na spolupráci s uživateli a na efektnější propojení mezi jednotlivými účastníky vzdělávacího procesu. Zveřejněný edukační obsah má charakter subvence. Tento druh internetových stránek také patrně nejlépe odpovídá zaměření webových stránek katedry výchovy ke zdraví. (SLAVÍK, 2012)

Existují různá evaluační měřítka pro hodnocení internetových stránek, která lze aplikovat na specifické weby. Například internetové obchody hodnotí svoji úspěšnost mírou prodeje nebo počtem uživatelů, kteří stránku navštívili. Hlavní rozdíl mezi hodnotícími hledisky je ten, že některá poskytují kvantitativní a jiná kvalitativní údaje. Podle tohoto rozlišení spadá problematika hodnocení edukační účinnosti webových stránek do oblasti posouzení kvality. Pro získávání jakostních údajů se používá nejčastěji rozhovor, dotazníkové šetření, analýza textových dokumentů a pokusné situace. Takto nabyté poznatky slouží badateli k poznání konkrétní skutečnosti, jak ji subjektivně vnímají jednotliví účastníci. Vyhodnocením dosažených informací lze získat komplexní pohled na zkoumaný jev a jeho interpretací stanovit závěrečný posudek. (REICHEL, 2009)

Při svém zkoumání a hledání způsobu, jak hodnotit edukační vliv webových stránek, jsem objevila práci kanadských pedagogů Kelly Boklaschuk a Kevina Caisse, která se zabývá přímo tímto tématem. Přestože se jedná o starší publikaci, nenalezla jsem v ní nejucelenější pohled na tematiku hodnocení edukační účinnosti vzdělávacích webových stránek. Jsou zde stanovena kritéria pro hodnocení dané problematiky, kterých jsem se rozhodla přidržet také v mé bakalářské práci. Jedná se o tyto hodnotící prvky: c*ílové publikum, věrohodnost*, *přesnost obsahu* a *nezaujatost*, *aktuálnost*, *oblast rozsahu a navigace*, *přístupnost a vizuální zpracování*. (BOKLASCHUK–CAISSE, 2001)

3.1.1 Cílové publikum

Prvořadým úkolem pro efektivní působení každé webové stránky je, aby si tvůrci jasně vymezili charakteristiky klientů, které chtějí oslovit. Především se jedná o stanovení věkového rozmezí cílové skupiny, oblast zájmu uživatelů, genderové odlišnosti a nejvyššího dosaženého vzdělání uživatelů. Na základě získaných odpovědí by pak měli tvůrci přistupovat ke způsobu, formě a míře náročnosti publikovaných informací.

Pro určitou vzdělávací webovou stránku to znamená, předávat pouze takový edukační materiál, který se shoduje s akademickou úrovní cílového publika, aby studenti těmto informacím dobře porozuměli a mohli využít při svém sebevzdělávání. (WEINMANOVÁ, 2004)

3.1.2 Věrohodnost

Explozivní rozmach internetové sítě sebou přinesl možnost, dostat se k enormnímu množství nejrůznějších informací. Je to obrovský veřejný prostor využívaný k sociální komunikaci, získávání znalostí, obchodování, zábavě a prezentaci. Může tam v podstatě kdokoliv, cokoliv uveřejnit. To může být výhoda i nevýhoda. Z hlediska vzdělávání lze za příznivé považovat především ten fakt, že internet umožňuje rychlou a snadnou komunikaci se studenty. Pedagogové proto hodně využívají možnost publikace studijního materiálu na webu, který mohou průběžně doplňovat nebo obnovovat. Kladnou stránkou věci také je, že podoba edukačního obsahu nemusí být pouze textová, ale nabývá různých multimediálních forem. Internet tedy v dnešní době hraje v oblasti vzdělávání dost zásadní roli. Je ale nutné si uvědomit, že ne všechny podklady lze považovat za věrohodné. Student se musí při svém hledání spolehlivých učebních materiálů, řídit podle určitých znaků důvěryhodnosti. Tímto znakem je v první řadě uvedení autora publikovaných informací společně s jeho kvalifikací a záměrem, který ho vedl k uveřejnění daného dokumentu. Je to nejen z důvodu autorských práv, ale také proto, aby uživatel měl možnost vyhledání dalších publikací od konkrétního člověka. Z hlediska aktuálnosti by měl mít veškerý informační materiál, uveden datum svého vzniku a průběžně by měl být doplňován o data aktualizací. Pro seriózní vzdělávací prameny je samozřejmá formální a obsahová korektnost. (SLAVÍK, 2012)

Podle pravidel přístupného webu má mít uživatel vždy možnost, obrátit se na správce webu ať už s případnými dotazy nebo připomínkami. Funkční kontakt na odpovědného člověka, který má webové stránky na starosti, by měl být uveden v samostatné webové záložce a dosažitelný z každé webové strany. Tato stránka by rovněž měla informovat uživatele o míře přístupnosti konkrétního webu. To znamená upozornit návštěvníky na ty body, které pravidla dostupnosti nesplňují. Uveřejnění kontaktních údajů je pro existenci jakýchkoliv webových stránek velice užitečná věc. Uživatelé mohou svými komentáři poukazovat jak na nedostatky, tak na pozitiva. Je to vlastně určitá zpětná reakce, která přispívá ke zlepšování webových

stránek. Účelná komunikace mezi uživateli a tvůrci stránek je aspekt, který přispívá nejen k oživení webu, ale především vede ke zvýšení jeho věrohodnosti. (DRUSKA, 2006)

3.1.3 Přesnost obsahu a nezaujatost

Přesnost předkládaného vzdělávacího obsahu se do jisté míry vztahuje k jeho věrohodnosti. Jedná se především o uvádění správných údajů ohledně autora jednotlivých publikací, ale pro větší přesnost je užitečné uvádět i další informace. Například jeho nejvyšší získané vzdělání, profesní působení nebo dosažené úspěchy. Rozhodně je také přínosné, upozornit čtenáře na tvůrcovu další publikační činnost, příslušnost k určitým organizacím nebo institucím. To vše zvyšuje prestiž a podporuje edukační hodnotu sdíleného obsahu. Studenti si mohou udělat ucelenější obrázek o původu studijních materiálů. Důležité je, aby náplň publikované učební látky byla v souladu se zaměřením webových stránek. U vzdělávacího obsahu by mělo být také jasně vymezeno, jaký je jeho účel, pro koho je určený nebo k čemu slouží. Z hlediska korektnosti uveřejněné látky je vyžadována jazyková i mluvnická přesnost a zpracování textu podle příslušných norem. Dále by náplň vzdělávacích materiálů uveřejněných na konkrétních webových stránkách neměla obsahovat politické, komerční, genderové, etnické, sociální nebo jakékoliv jiné předsudky, natož projevy nenávisti nebo neúcty. Měly by být laděny neutrálně a objektivně. Pokud se některý vzdělávací web ztotožňuje s určitým přesvědčením, měl by však tyto informace podávat takovým způsobem, aby si student mohl utvořit svůj vlastní názor o dané problematice. Orientace webu by měla být patrná již v úvodu a následně shrnuta do konkrétních cílů. Například webové stránky katedry výchovy ke zdraví se ztotožňují se zásadami zdravého životního stylu a podporují změny chování u lidí tímto směrem. Vědomosti z této oblasti publikované na webu by však měl být koncipovány tak, aby studenti i jiní uživatelé měli možnost vytvoření vlastního úsudku. Na webových stránkách mohou být také zmínky anebo odkazy na určitá sdružení, která tematicky souvisejí. Záleží pak na každém, zda se bude o danou problematiku zajímat hlouběji. (BOKLASCHUK–CAISSE, 2001)

3.1.4 Aktuálnost

Tento bod je velice důležitý z hlediska funkčnosti webových stránek. Studijní materiály publikované vzdělávacím webem, mají na rozdíl od tištěných dokumentů tu výhodu, že je vyučující mohou aktualizovat v závislosti na momentální situaci. Jakmile

se vyskytnou nové podklady pro určitý předmět, má pedagog možnost rychle inovovat učební látku a studenti mají neustále přístup k čerstvým informacím. Proto by každý příspěvek měl mít zřetelně uvedeno datum svého vzniku anebo poslední aktualizace, aby si uživatel mohl udělat obrázek o jeho aktuálnosti. (WEINMANOVÁ, 2004)

Pravidelná aktualizace obsahu, ať už je prováděna ručně nebo automaticky pomocí počítačových programů, představuje důležitý krok pro udržení oblíbenosti webových stránek. Uživatelé se budou rádi vracet, protože naleznou vždy nová sdělení a budou si jistí, že webová stránka žije. Častá aktualizace webu také zajistí jeho zobrazování na vyšších pozicích jednotlivých vyhledávačů. To je výhodné zejména proto, že tímto způsobem může stránka získat nové uživatele. (DRUSKA, 2006)

3.1.5 Oblast rozsahu a navigace

Všechny webové stránky poskytují uživateli určité množství informací, které tvoří náplň domovského webu. Uveřejněním hypertextových odkazů na jiné internetové stránky se okruh jejich působení značně rozšiřuje. Doporučením na další zdroje informací zároveň přebírají stránky zodpovědnost za jeho náplň, obzvlášť když se jedná o upozornění na studijní prameny. Na internetu se totiž objevuje také řada nedůvěryhodných dokumentů. Pokud vzdělávací web odkáže své uživatele na jiné zdroje lze předpokládat, že si je vědom jejich obsahu a že se za ně zaručuje. (SLAVÍK, 2012)

Navigační systém slouží jako průvodce, který dává uživatelům možnost vstupu do všech koutů daného webu. Většinou se jedná o konkrétní kategorie, pod kterými návštěvník nalezne další odkazy nebo odpovídající informace, které hledá. Dobře zpracovaná navigace umožňuje přehledný pohyb na stránkách a zároveň zamezuje tomu, aby se uživatel dostal na místo, odkud se nemůže vrátit zpět nebo neví jakým způsobem. Smysluplně zpracovaná navigace je velice důležitý funkční prvek webových stránek a zvyšuje jejich efektivitu. (WEINMANOVÁ, 2004)

Použitá navigace by měla být vždy jasná a srozumitelná. Ten, kdo navštíví určitou webovou stránku, se na ní musí bleskově zorientovat. Přehledně zpracovaný web výrazně diferencuje odkazy na jednotlivé webové strany od informační náplně. Pro přesnější odlišení je dobré, opatřit každý webový list webových stránek určitým charakteristickým nadpisem. Mezi tematickými listy se uživatel pohybuje pouze třemi směry a to dolů, do stran nebo zpět nahoru. Je to vlastně jednoduchý systém cest, který

umožní rychlý přístup k vlastnímu obsahu. Pro větší transparentnost je žádoucí, diferencovat umístění struktury obsahové a orientační. Například aparát jednotlivých webových listů lze situovat do horní oblasti a přímé odkazy na obsah webu do postranní části. (DRUSKA, 2006)

3.1.6 Přístupnost

Přístupnost webových stránek by se dala také nahradit slovem bezbariérovost, protože umožňuje vstup na webové stránky všem uživatelům i těm, kteří jsou omezeni nějakým handicapem. Charakteristickým prvkem tohoto hodnotícího hlediska je, do jaké míry se web adaptoval na individuální potřeby jednotlivých uživatelů a umožnil tak přístup k elektronicky publikovaným informacím všem zájemcům. To znamená i těm, kteří jsou znevýhodnění nějakým postižením anebo používají pro zobrazování různě staré prohlížeče. (ROZEHNAL, 2011)

Problematika přístupnosti webových stránek je oblast značně rozsáhlá. S rozvojem internetové sítě se začaly vyskytovat určité prvky, které znemožňovaly přístup anebo správné vnímání obsahu webových stránek určitým skupinám obyvatel. Situace si vyžadovala řešení. V roce 2004 byly za podpory Ministerstva informatiky ČR vytvořeny zásady vymezující, co vyžaduje tvorba přístupných webových stránek. O dva roky později byly přepracovány a novelizovány zákonem o informačních systémech veřejné správy. Pod pojmem handicapovaní uživatelé webových stránek se rozumí především lidé s optickými, sluchovými a pohybovými vadami. Dále jsou to lidé s defektem soustředění a učení. Mezi znevýhodněné občany jsou zařazeni také ti, kteří používají neobvyklá zobrazovací zařízení například variantní softwarové nebo hardwarové vybavení. Správně navržená webová stránka umožňuje zobrazení internetových informací s jakoukoliv výbavou. Přestože pravidla přístupnosti se vztahují zejména na tvorbu webových stránek, které mají za úkol zprostředkovat informace z veřejné a státní správy, měla by se tímto postupem řídit i tvorba dalších webových stránek. (ŠPINAR, 2012)

3.1.7 Vizuální zpracování

Estetické zpracování je prvním a nejvýraznějším prvkem webových stránek, kterého si návštěvník všimne. Já sama, pokud na internetu něco hledám, dávám při výběru stránek dost často na první dojem. Existují stránky, na které se opravdu nevydržím déle dívat a raději volím vyhledávání někde jinde. Jsou to zpravidla ty stránky, které bývají

velice výrazně barevně zpracované, které jsou příliš tmavé anebo ty, které působí na první pohled jako zahlcené a užívají příliš mnoho mobilních poutačů. Všechny tyto jmenované rysy přispívají k nepřehlednosti webových stránek. Vizuální zpracování je jen otázkou osobního vkusu. Co někomu připadá atraktivní, druhý může shledávat nevýrazným. Při tvorbě internetových stránek je nutné využít znalostí z psychologie a uvědomit si, pro koho je web určený, za jakým účelem vzniká a podle toho sestavit efektní návrh. Za pozitivní rys vizuálního zpracování je považováno, když design webových stránek koreluje s jejich tematickou náplní. Toho lze dosáhnout nejrůznějším způsobem, který velice dobře ovládají zkušení tvůrci webu. Tvoření působivého vzhledu začíná správnou volbou stylu, přiměřenou barevnou kompozicí, smysluplnou strukturu uspořádání, efektně použitým obrazovým i zvukovým doprovodem nebo vhodně zvoleným tvarem a velikostí písma a pokračuje přes řadu dalších kroků. (BEAIRD, 2010)

4 VÝZKUMNÁ ČÁST

4.1 Cíl práce

Cílem bakalářské práce je získat potřebné informace o edukační účinnosti a vizuálním zpracování webových stránek katedry výchovy ke zdraví (dále jen VKZ) a na jejich základě stanovit doporučení pro efektivnější provedení těchto webových stránek. Údaje nutné pro hodnocení zpracování stávajících stránek jsou získány pomocí dotazníkového šetření, provedeného u studentů 1. a 2. ročníku katedry výchovy ke zdraví. Ve výzkumné části jsou odpovědi respondentů zhodnoceny. Výsledkem je stanovení návrhů na změny, které by měly přispět k lepšímu vizuálnímu zpracování webových stránek katedry výchovy ke zdraví a k jejich účinnější edukační účinnosti.

4.2 Úkoly práce

- Provést obsahovou analýzu odborných a vědeckých zdrojů, včetně internetových, které se vztahují k tématu bakalářské práce.
- Na základě zjištěných údajů a ve spolupráci s vedoucí práce sestavit dotazník, který zajistí získání potřebných údajů pro hodnocení zpracování a edukační účinnosti webových stránek katedry výchovy ke zdraví.
- Distribuce dotazníků mezi studenty.
- Analýza a hodnocení vyplněných dotazníků.
- Stanovení edukační účinnosti a hodnocení zpracování webových stránek na základě výsledků vyplývajících z odpovědí studentů.
- Vytvoření doporučení pro inovaci webových stránek katedry VKZ založeném na zhodnocení odpovědí získaných z dotazníků.
- Závěrečná doporučení a shrnutí bakalářské práce.

4.3 Výzkumné předpoklady

Na základě obsahové analýzy vědeckých a odborných zdrojů a na základě vymezených cílů bakalářské práce byly stanoveny následující výzkumné předpoklady:

VP1: Více než 80 % respondentů navštěvuje alespoň jednou za měsíc webové stránky katedry výchovy ke zdraví na PF JU.

VP2: Nejméně 50 % studentů bude hodnotit kladně vzhled webových stránek katedry výchovy ke zdraví na PF JU.

5 METODOLOGIE VÝZKUMU

5.1 Charakteristika

Mým úkolem v této bakalářské práci je zhodnotit, jakým způsobem jsou zpracovány webové stránky katedry VKZ a jaká je jejich edukační účinnost. Výsledek práce by měl být použit v praxi na vylepšení a efektivnější využití těchto stránek. Podklady na hodnocení jsem získala od studentů 1. a 2. ročníku prezenčního a kombinovaného studia katedry výchovy ke zdraví aplikací anonymního dotazníku. Studenty denního studia jsem kontaktovala osobně, studenty kombinované formy studia pak elektronickou cestou. Skupinu dotazovaných tvořili muži i ženy. Byli osloveni na počátku tohoto roku a do konce února téhož roku jsem obdržela 52 vyplněných dotazníků. Poté jsem přistoupila k samotnému hodnocení webových stránek katedry VKZ s využitím několika výzkumných metod.

5.2 Výzkumné metody

V souladu s cíli a úkoly bakalářské práce jsem na základě vědeckých a odborných zdrojů použila následující metody výzkumu:

1) Obsahová analýza

Nejprve jsem se seznámila s teoretickými poznatky z dané tématiky prostudováním zvolených literárních a internetových zdrojů. Zejména to byly tituly z oblasti výchovy ke zdraví, zdravého životního stylu, předávání informací na internetu, zpracování a designu webových stránek. Analyzované údaje jsem shrnula do úvodní části bakalářské práce. Ty mně posloužily jako základ pro další výzkum. (MIOVSKÝ, 2006)

2) Kvalitativní hodnocení podle stanovených kritérií

Studiem výše uvedených pramenů a jejich analýzou jsem získala obecná kritéria pro hodnocení edukační účinnosti webových stránek. Jedná se o sedm atributů, které by ke svému úspěšnému fungování měla mít v pořádku každá vzdělávací webová stránka. Provedla jsem srovnání a na základě uvedených determinant jsem posoudila webové stránky katedry výchovy ke zdraví. (REICHEL, 2009)

3) Explorace

Ke shromažďování dat jsem použila metody rozhovoru a dotazování, které mi umožnily zacílení na získání určitých informací. Nevýhodou těchto technik může být chybné pochopení dotazů, špatná čitelnost psaných odpovědí, neochota odpovídat anebo ovlivnění sociální komunikací.

4) Řízený rozhovor

Řízený rozhovor je specifická forma dotazování používající se pro získávání kvalitativních údajů. Tazatel má předem připravené konkrétní otázky, ale jejich pořadí není striktně dané a proto má možnost se průběžně a věcně dotazovat. Já jsem tohoto částečně řízeného interview využila pro získání informací ohledně tématu katedry výchovy ke zdraví na PF JU od paní docentky Krejčí, která je její zakládající členkou a odbornicí na problematiku zdravého životního stylu. Díky tomu jsem měla možnost lépe proniknout do okruhu jevů, které se vztahují k zadání bakalářské práce. (REICHEL, 2009)

5) Dotazníkové šetření

Hlavní výzkumnou metodou, kterou jsem využila k získávání potřebných informací pro hodnocení webových stránek, bylo dotazníkové šetření. Tento oblíbený postup sběru dat jsem zvolila proto, že nejlépe vyhovoval požadavkům mé bakalářské práce. Preferovala jsem však vytvoření vlastního dotazníku před použitím některého již existujícího. Umožnilo mi to koncipovat otázky s ohledem na námět výzkumu tak, abych dostala dobře využitelné výsledky a odpovědi. (PUNCH, 2008)

V kooperaci s mojí vedoucí práce jsem sestavila dotazník, zaměřený na inovaci webových stránek katedry VKZ. Do úvodní části jsem vložila oslovení a žádost o spolupráci při získávání údajů potřebných ke zhodnocení webových stránek katedry. Následně prosím studenty o vyjádření jejich osobního názoru. Také je ujišťuji, že odpovědi budou zpracovány pouze v této bakalářské práci a výsledky poslouží pouze za účelem obnovy internetových stránek katedry VKZ. S díky za jejich ochotu se loučím. Nakonec jsem ještě uvedla kontaktní údaje na mě i vedoucí bakalářské práce. Dále již následuje oddíl, určený pro vyplnění. Dotazník respektuje etické aspekty získávání dat, a proto je anonymní. Bližší informace o respondentech určuje pouze udání věku, pohlaví, roku, typu a formě studia. Celé dotazníkové šetření se skládá ze sedmi otázek. Téměř všechny jsou otevřené, jenom první otázka je uzavřená. To znamená, že na ni odpovídají dotazovaní výběrem jedné z nabízených možností. Ve zbylých dotazech je jim ponechán prostor na individuální formulaci odpovědi. (KREJČÍ–VÁVROVÁ, 2012)

6) Statistické vyhodnocení

Na vyhodnocení reakcí získaných dotazníkovým šetřením jsem použila základní statistické postupy a metody. Charakter odpovědí je jak kvalitativní (jsou definovatelné

pouze slovně), tak kvantitativní (určují se číselně). Nejprve jsem na předmět mého zkoumání aplikovala *metodu statistického třídění*, která mi umožnila zkoumaný obsah rozdělit na skupiny podle určitých znaků. Základní diferenciací, kterou jsem takto provedla, bylo rozdělení respondentů dle pohlaví, následně pak dle studijního roku, typu a formy studia. Pro určení průměrného věku jsem použila *metodu výpočtu průměru*. Sečetla jsem věk všech dotazovaných a vydělila jej počtem dotazovaných. Výsledky první otázky jsem uspořádala do *kombinační tabulky*, umožňující rozčlenit přehledně charakteristiky dotazu a rezultáty. První tabulka vypovídá o četnosti návštěv dotazovaných studentů na webových stránkách katedry výchovy ke zdraví. Kategorii návštěvnosti definují řádky, kategorii dotazovaných respondentů pak sloupce tabulky. Výsledky jsou zhodnoceny procentuálně. (GAJDA, 2006)

U hodnocení otevřených otázek jsem aplikovala třídění odpovědí do specifických *škál*. Jednotlivé škály obsahují tematicky shodné reakce dotazovaných a četnost těchto replik následně utváří variační řady. Vizuální zpracování variačních řad reflektují konkrétní sloupcové *grafy*. Názorně je vidět, kolik odpovědí přísluší každé variační řadě. Na objasnění a zobecnění konečných rezultátů jsem využila metody *deskriptivní statistiky*. (ZVÁROVÁ, 1998)

Závěrečnou analýzou získaných údajů jsem pomocí jejich *interpretace* stanovila výsledné návrhy a konečná doporučení. (REICHEL, 2009)

5.3 Deskripce webových stránek podle kritérií

Webové stránky katedry VKZ jsou určené specifickému cílovému publiku. Do této kategorie primárně spadají studenti výchovy ke zdraví, pak zájemci o studium na katedře VKZ a nakonec lidé, kteří hledají informace o výchově ke zdraví. Dále jsou vymezeny pro dospělou populaci mužů a žen. Zájemci o studium musí mít ukončené střední vzdělání. Publikovaný vzdělávací materiál odpovídá vysokoškolské úrovni, ale převážná část podkladů však není přístupná široké veřejnosti. Volně dostupná je pouze galerie sportovců s postižením a podklady pro jógová cvičení. Edukační látka určená studentům je dostupná pouze pod heslem. Jedná se o složku *e-learning*, kde vyučující publikují studijní materiály ke svým předmětům. Všechny textové dokumenty jsou ve formátu PDF. Autor dokumentu je uveden i s příslušným akademickým titulem, ale ne vždy jsou na něj uvedeny kontaktní údaje. Bližší informace o jednotlivých přednášejících jsou zanesené ve složce *členové katedry*. Zde už jsou uvedeny kontaktní

informace na členy katedry, akademické pracovníky a externí vyučující. Někteří ze stálých pedagogů katedry mají na svém listu přehledně a detailně zpracovaný profesní profil včetně fotografie. Složka kontakty pak obsahuje spojení rovněž na administrativní oddělení. Jméno správce webu je uvedeno v dolní části a přístupné z každé webové strany. Odkazy na jiné vzdělávací nebo tematicky zajímavé internetové stránky, kromě přesměrování na web Pedagogické fakulty JU, zde nejsou uveřejněné. Pouze některé výukové texty v seznamu doporučených zdrojů upozorňují na použitelné internetové stránky.

Navigační systém webových stránek katedry VKZ je situován do sloupce v pravé části webu. Nacházejí se zde veškeré odkazy, navádějící uživatele do všech důležitých oblastí. Jak už jsem se zmínila, náplň některých okruhů je uzavřena pro běžné návštěvníky a je přístupná pouze studentům. Jedná se o většinu studijních materiálů, tematické plány a dále bližší informace o státních závěrečných zkouškách, bakalářských a diplomových pracích. Možnost rychlé orientace dává návštěvníkovi dostupnost navigačního systému ze všech stránek webu. Jako výchozí bod rovněž slouží hlavní název *Katedra výchovy ke zdraví*. Je situovaný do horní části webu a objevuje se v každé navštívené zóně. Pouhým kliknutím na tento název se uživatel vrací na počáteční stránku. Web je zpracovaný také v anglické verzi.

Vizuální zpracování webových stránek VKZ se přidržuje jednoduchého slohu. Typograficky jsou údaje předávány jedním druhem písma na bílém pozadí. Nejvíce aplikovaným zvýrazňujícím prvkem psaného textu je především barevné odlišení a využití různé tloušťky písma. Hlavní položky navigačního systému a data sloužící jako odkazy, jsou červené. Nadpisy a důležitá sdělení jsou zdůrazněny černě a na samotné informační záznamy je použita šedá barva. Webové stránky oživují pouze dva obrázky. Jedním je logo oboru výchovy ke zdraví, usměvavé slunce, které je použito pouze na úvodní stránce. Dalším objektem je malá fotografie, která jako fixní prvek doprovází spolu s hlavním názvem všechny webové listy. Zobrazuje dívku v tělocvičně, která svým mladistvým vzhledem evokuje pocit vitality.

5.4 Rozhovor s paní docentkou Krejčí

Téma mojí bakalářské práce se vztahuje ke Katedře výchovy ke zdraví na PF JU. V její nedlouhé historii sehrála paní doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc. zásadní roli. Jednak byla po celou dobu až do roku 2012 její vedoucí, ale především díky ní tato katedra vůbec vznikla. Využila jsem toho, že paní docentka je vedoucí mé práce, abych získala některé z jejích bohatých zkušeností. Poznatky jsem čerpala konzultacemi a také formou krátkého rozhovoru. Paní docentka mi rovněž za studijními účely poskytla své texty, které objasňují pohled na vznik a vývoj katedry VKZ. S jejím dovolením jsem je umístila do příloh. Jedná se o tyto dokumenty:

– Návrh na zřízení nového oddělení na PF JU Výchova ke zdraví
– Anotace
– Kolegium
– Koncepce způsobu vedení katedry výchovy ke zdraví, jejího dalšího rozvoje a směřování

1) Paní docentko, kdo přišel s myšlenkou založení oddělení výchovy ke zdraví, která předcházela vzniku katedry výchovy ke zdraví?

V roce 2003 mě oslovil tehdejší pan děkan Miroslav Papáček s žádostí o zpracování akreditace nového studijního oboru pro nové pracoviště na PF JU a dále s žádostí o zajištění postupného rozvoje jak pracoviště, tak i nového oboru. To pro mě znamenalo postupně vytvořit akreditace pro bakalářské i magisterské studium takovým způsobem, aby uspělo u ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR.

2) Proč se pan děkan obrátil právě na Vás a jakým způsobem jste koncipovala zmíněné akreditace?

Oslovil mě především proto, že dobře znal oblast mého zájmu a moje aktivity, na kterých jsem se už řadu let podílela. Byly to zejména výzkumné projekty, které jsem sama vytvářela a následně podávala žádosti nejen v rámci České republiky, ale také Evropské unie a byla jsem přítomna i při jejich realizaci. Uskutečněním těchto projektů získala fakulta peníze na potřebné vybavení. To samozřejmě vítala, protože neměla dostatek finančních prostředků.

3) Můžete připomenout některé z těchto realizovaných projektů?

Těch projektů byla celá řada. Zmínila bych například můj první realizovaný návrh, byl to vědecký projekt o vlivu tělesné výchovy na rozvoj sociálního jednání osobnosti

z roku 1992, kde se jednalo o eliminaci negativních psychických stavů ve školní tělesné výchově prostřednictvím sociálního učení. Následující rok jsem realizovala první velice zajímavý grantový projekt, který se věnoval systému jógové praxe na středních a vysokých školách v Indii. Z těch novodobějších bych například jmenovala projekt koncepce intervenčních strategií výchovy ke zdraví v oblasti výuky duševní hygieny na školách a její realizace i výzkum, který probíhal v letech 2008 – 2012 nebo velice zajímavý projekt o pojetí intervenčních strategií výchovy ke zdraví v oblasti výuky duševní hygieny na školách. Z mezinárodních projektů bych mohla například jmenovat ten, který skončil v roce 2012 a zabýval se problematikou cirkadiální typologie a emocionálního profilu u vybraných sociálních skupin – sportovců, adolescentů a dětí. Tento program probíhal ve spolupráci s japonskou profesorkou Tetsuo Haradou. A tak bych mohla jmenovat další a další. Těch grantových projektů vzniklo kolem dvaceti.

4) Vraťme se ale ke druhé otázce. Jakým způsobem jste koncipovala zmíněný návrh na zřízení nového oddělení výchovy ke zdraví na PF JU, ke kterému jste byla vyzvána děkanem?

Návrh vycházel ze společenské potřeby České republiky podporovat a zlepšovat národní zdraví. Požadavek souvisel se vstupem ČR do Evropské unie, protože tím také přijala závazek pro plnění programu Zdraví pro všechny do 21. století a měla k tomu využít všechny své resorty. Podle toho měly univerzity sehrát významnou roli v jednotlivých regionech. Záměrem studijního programu bylo, plně odpovídat zaměření a specifice studia na pedagogické fakultě, to znamená, že obor měl být nasměrován pedagogicky, psychologicky a didakticky, tak aby byl schopen korespondovat se společenskou potřebou, která vyžadovala vzdělávání odborníků zaměřených na oblast podpory zdraví. Ideou bylo, aby absolventi uměli vést druhé lidi k zájmu o vlastní zdraví, k jeho posílení a rozvoji sebedůvěry a samostatnosti. Navrhla jsem, aby byl obor výchovy ke zdraví nejprve garantován studiem bakalářským ve formě prezenční i kombinované. Na pozdější dobu bylo plánováno také magisterské studium. Zároveň jsem doporučila, vytvořit příznivé podmínky pro vzdělávání seniorů návrhem na založení univerzity III. věku a dále podporovat celoživotní vzdělávání učitelů jihočeského regionu v oblasti podpory zdraví. Jedním z cílů také bylo založit na tomto oddělení poradnu pro zdravý životní styl a metodologické zázemí pro snižování nadváhy, což se také podařilo.

5) Jaké kroky následovaly po schválení Vašeho návrhu a co z toho pro Vás vplývalo?

Především to pro mě znamenalo připravit podklady pro začlenění výchovy ke zdravému žití do studijních programů učitelství a dále vytvořit podklady pro akreditaci bakalářského studia „výchova ke zdraví“, která měla za cíl připravovat odborníky pro zdravý životní styl v mimoškolní oblasti. Také jsem musela charakterizovat profil absolventů, jejich další uplatnění a společenské opodstatnění vzniku oboru.

6) Mohla byst stručně popsat, kde mohou absolventi tohoto studia hledat uplatnění a jak by mělo vypadat jejich profesní působení?

Návrhy byly připravovány tak, aby absolventi nalezli široké uplatnění v praxi. Především v oblasti státních služeb zejména ve školství, ve speciálních školách a speciálních zařízeních, v sociálních organizacích apod. Další oblastí plánovaného uplatnění má být komerční sféra například rekreace, cestovní ruch a různá volnočasová centra. Absolventi by v těchto zařízeních měli vykonávat preventivní činnosti, to znamená vést klienty k účinné péči a zájmu o vlastní zdraví, v souladu s meziresortně pojímaným systémem.

7) Paní docentko, dovolte mi závěrem se zeptat, přestože již na katedře výchovy ke zdraví nepůsobíte, jakým způsobem byste ji Vy sama směřovala v současnosti?

V prvé řadě bych se snažila rozšířit nabídku studia o doktorské. Celou koncepci směřování katedry bych zaměřila na vysokou odbornost, vědecký rozmach a zvýšení reputace, jak na státní tak mezinárodní úrovni. Navazovala bych tak na výborné zkušenosti se zahraniční kooperací, kterou bych se snažila udržovat a prohlubovat. Rovněž bych v této souvislosti usilovala o výměnné pobyty studentů. Dalším ze zájmů by bylo, pokračovat v udržení tradice bienále mezinárodní konference „Výchova ke zdraví a kvalita života“, kterou jsem iniciovala roku 2007 ve spolupráci s ZSF JU a TF JU a která vytváří účinnou internacionální platformu pro vědecká setkávání odborníků. Svoji pozornost bych také zaměřila na rozvoj poradenství pro zdravý životní styl při katedře výchovy ke zdraví. V neposlední řadě bych také pokračovala ve snahách o rozvoj univerzity třetího věku, jejíž koncepty jsem si již připravila.

5.5 Analýza dotazníkového šetření

Výzkumné šetření, týkající se hodnocení webových stránek katedry VKZ na PF JU, bylo provedeno u studentů prezenční i kombinované formy studia prvního a druhého ročníku téhož oboru. Dotazníky byly pro studenty kombinovaného studia rozeslány v elektronické podobě na společný školní mail, studentům denního studia rozdány osobně. Návratnost dotazníků u osobní distribuce byla stoprocentní, zatímco v elektronické podobě se vrátilo minimum vyplněných dotazníků. Do značné míry mě to udivilo, neboť jsem se domnívala, že studenti se rádi vyjádří k tématu, které se jich týká. Bohužel se mé předpoklady nepotvrdily a vyplývá mi z toho ponaučení, že vždy je lépe oslovit respondenty přímo. Nicméně získala jsem 52 vyplněných dotazníků, poskytujících zajímavé informace o tom, jak studenti vnímají webové stránky svojí katedry. Výsledky většiny otázek mě nepřekvapily, ale odpovědi na některé jsem neočekávala.

Zpracování dotazníků se mi provádělo dobře a bylo zajímavé. Hodnocení jsem realizovala za pomoci výše uvedených statistických metod. Až na občasný výskyt špatně čitelného rukopisu jsem při hodnocení žádné obtíže neměla. Sesbírala jsem celkem 52 vyplněných dotazníků. Převážná většina z nich, konkrétně 41 dotazníků, je vyplněna ženami ve věkovém rozmezí od 19 do 40 let a jejich průměrný věk je 22,6 let. Na zbytek, tedy 11 dotazníků, odpověděli muži ve věku od 20 do 32 let v průměru 23,4 let. Věkový průměr všech respondentů je 22,8 let. Dotazovaní odpovídali na tyto otázky:

1) *Jak často navštěvujete webové stránky katedry výchovy ke zdraví (dále jen KVKZ)?*
2) *Máte nějaký nápad na zlepšení obsahové složky webových stránek KVKZ?*
3) *V jakém směru vás webové stránky KVKZ nejvíce ovlivnily při sebevzdělávání?*
4) *Jsou pro vás webové stránky KVKZ zdrojem nových inspirací a jakých?*
5) *Jak hodnotíte vzhled webových stránek KVKZ?*
6) *Jaká oblast webových stránek KVKZ je podle vás nejlépe zpracovaná, která nejméně a proč?*
7) *Máte další náměty a připomínky, které vás v souvislosti s webovými stránkami KVKZ a jejich edukační účinností napadnou?*

5.6 Výsledky a hodnocení otázek

5.6.1 Otázka č. 1

Jak často navštěvujete webové stránky KVKZ?

Respondenti mohli odpovídat z nabízených odpovědí:

– denně

– jednou až dvakrát týdně

– jednou za 14 dní

– jednou za měsíc

– méně než jednou za měsíc

Tabulka 1: Četnost návštěv webových stránek katedry výchovy ke zdraví dotazovanými studenty

Návštěvnost	Ženy	Muži	Celkem
Denně	–	–	–
Jednou až dvakrát týdně	17	4	21
Jednou za 14 dní	11	4	15
Jednou za měsíc	9	3	12
Méně než jednou za měsíc	4	–	4

Tabulka 2: Četnost návštěv webových stránek katedry výchovy ke zdraví dotazovanými studenty vyjádřená v procentech

Návštěvnost	Ženy	Muži	Celkem
Denně	–	–	–
Jednou až dvakrát týdně	41 %	36 %	40 %
Jednou za 14 dní	27 %	36 %	29 %
Jednou za měsíc	22 %	28 %	23 %
Méně než jednou za měsíc	10 %	–	8 %

Diskuse a výsledky k otázce č. 1

Z tabulky návštěvnosti webových stránek vyplývá, že všichni studenti je navštěvují. Žádný z dotazovaných neuvedl, že by je navštěvoval denně. Pouze čtyři studentky uvedly, že je navštěvují méně než jednou za měsíc, z mužů tuto možnost nezatrhl ani jeden. Nejčastěji navštěvují studenti a studentky webové stránky jednou až dvakrát týdně. Dva posluchači dokonce v dotaznících uvedli třikrát týdně. O něco méně studentů se na ně podívá jednou za čtrnáct dní.

V tabulce číslo dvě je znázorněno procentuální rozdělení návštěvnosti jednotlivě u žen, mužů a obou pohlaví dohromady. Na tomto místě se potvrzuje první výzkumná hypotéza, která předpokládala, že 80 % dotazovaných navštěvuje webové stránky katedry výchovy ke zdraví na PF JU alespoň jednou za měsíc. Z výsledků vyplývá, že je to 92 % respondentů, kteří minimálně jednou měsíčně využívají webových stránek KVKZ.

– 41 % dotázaných žen navštěvuje stránky katedry VKZ jednou až dvakrát týdně.

– 36 % mužů navštěvuje stránky buď jednou až dvakrát týdně anebo jednou za čtrnáct dní.

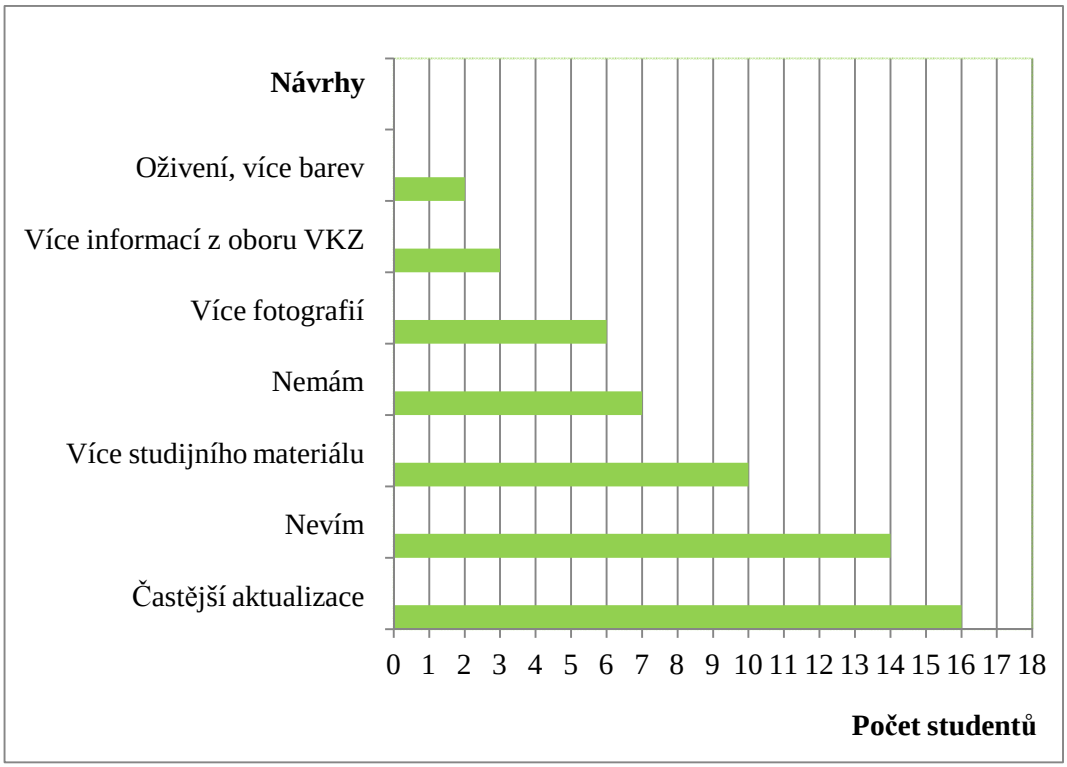
– 40 % respondentů obou pohlaví nahlíží do webových stránek každý týden.

– 92 % respondentů navštíví webové stránky VKZ alespoň jednou za měsíc.

5.6.2 Otázka č. 2

Máte nějaký nápad na zlepšení obsahové složky webových stránek KVKZ?

Otázka dává studentům možnost vyjádřit své postřehy k obohacení věcné složky webových stránek. Jejich výsledky jsem shrnula v grafu 1.



Graf 1 Návrhy studentů na zlepšení obsahové složky webových stránek KVKZ

Diskuse a výsledky k otázce č. 2

Graf 1 ukazuje, že největšímu počtu studentů chybí častější aktualizace obsahu webových stránek. V dotaznících nejvíce formulují své požadavky způsobem: „…pravidelná aktualizace, zlepšit aktualizace, více aktuálních informací např. o zrušené výuce, nepřítomnosti vyučujících, aktuálním dění a informace podávat více viditelně…“

Spousta studentů nevěděla anebo neměla žádné nápady, jakým způsobem by vylepšila obsahovou složku webových stránek. Dále dotazovaní nejčastěji upozorňovali na návrh, publikovat větší množství studijního materiálu k jednotlivým předmětům. Studenti se vyjadřovali ve smyslu: „…více studijního materiálu, více dokumentů ke stažení do předmětů, více materiálů k předmětům od konkrétních vyučujících…“

Často zmiňovanou položkou, kterou by respondenti rádi viděli na webových stránkách, je umístění většího počtu fotografií ze společných pobytů např. kursů nebo jiných

hromadných akcí. Několik dotázaných uvedlo, že by rádi viděli na webových stránkách mnohem více informací z oboru výchovy ke zdraví a o zdraví obecně. Pár studentů upozornilo na oživení a zlepšení barevného provedení stránek, což se spíše hodí k otázce vizuálního hodnocení než obsahového. Vyskytlo se několik osamocených návrhů, které poukazovaly jednak na absenci podrobného ročního plánu a rozvrhů, tak i na nedostatečný popis postupu při zapisování studijních předmětů do univerzitní počítačové databáze STAG.

– *studentům nejvíce chybí aktuální informace, zejména o změnách ve studiu*

– *uvítali by více studijního materiálu od jednotlivých vyučujících*

– *rádi by na webových stránkách viděli více fotografií ze společných akcí*

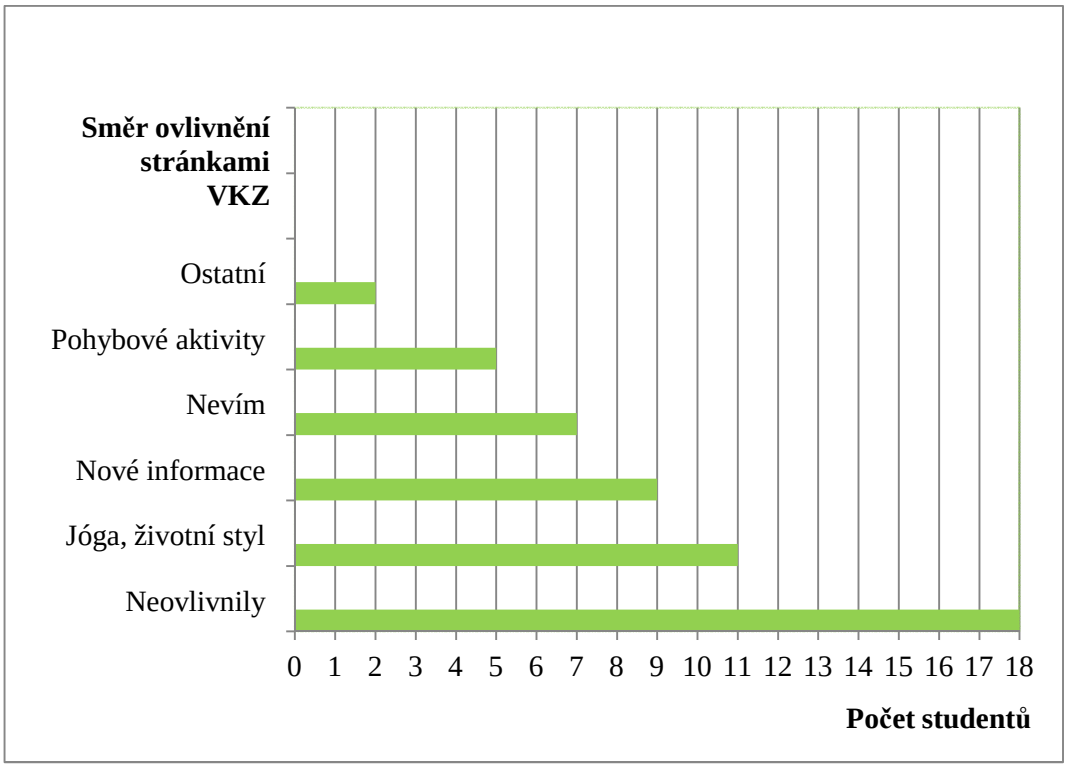
– *další návrhy: širší informace z oboru VKZ, podrobný roční plán výuky, jak postupovat při zapisování předmětů*

– *necelá polovina studentů nevěděla anebo neměla žádné nápady na zlepšení*

5.6.3 Otázka č. 3

V jakém směru vás webové stránky KVKZ nejvíce ovlivnily při sebevzdělávání?

Smyslem otázky je zjistit, zda jsou na webových stránkách takové informace, které obohacují znalosti studentů anebo ty, které je vedou k aktivnímu prohlubování jejich dosavadního vzdělání.



Graf 2 Směry ovlivnění studentů webovými stránkami KVKZ při sebevzdělávání

Diskuse a výsledky k otázce č. 3

Z odpovědí na třetí otázku vyplynulo překvapivé zjištění. Respondenti na položený dotaz odpovídali nejčastěji: „…webové stránky mě neovlivnily, zatím ne anebo žádným směrem mě neovlivnily…“ Takováto záporná odezva je pro mě nečekaná. K negativním reakcím bych také přiřadila ty, ve kterých studenti nedokázali posoudit, zda na ně webové stránky měly vůbec nějaký vliv. Zdá se tedy, že současné zpracování webových stránek u většiny dotazovaných studentů nevyvolává dostatečný zájem o další sebevzdělávání. To je námět k zamyšlení. Podle mého názoru je velká škoda, když posluchači tak zajímavého oboru, kterým bezpochyby výchova ke zdraví je, nenalézají patřičný podnět k prohlubování získaných vědomostí. Pro tvůrce webu to však může být dobrý námět, jakým způsobem obohatit internetové stránky katedry VKZ. Při inovaci webových stránek mohou být autorům rovněž nápomocna témata,

získaná analýzou výsledků. Další nejčastější odpovědí na směr ovlivnění studentů při sebevzdělávání byla velice často zmíněna jóga a jógová cvičení anebo zájem o zdravý životní styl. To je oproti předchozím negativním reakcím, velice příjemné zjištění. Je jistě žádoucí, aby webové stránky svým obsahem podněcovaly k takovým zájmům. Zvlášť pozitivní je zjištění, že studenti potvrzují pravidelné zařazení jógy do svého života a zmiňují také změnu způsobu života. Někteří studenti uvedli, že si více hlídají konzumované jídlo a stravují se zdravěji.

Z respondentů, kteří na třetí otázku odpověděli, jich hodně vzpomnělo získávání nových informací, které neseženou nikde jinde. Nejvíce učebního materiálu nejen ke zkouškám, ale také pro vlastní obohacení čerpají studenti ze složky e-learning. V této souvislosti jeden respondent upozorňuje na skvěle zpracované přednášky doktora Compela, které jsou tam publikované. Díky nim se prý poučil o dokonalé propojenosti lidského těla.

Ve vyučování katedry VKZ je v hojné míře zastoupena výuka různých pohybových aktivit, jako jsou aerobní cvičení, fitness, jóga, plavání, cyklistika, zimní sporty, aikido a řada dalších. Ve svých odpovědích tento fakt pozitivně přijímá hned několik studentů. Kladně hodnotí nejenom přímou účast při cvičení, ale také že mají možnost, dozvědět se více informací z teoretické oblasti a o účincích jednotlivých pohybových činností.

Ojediněle se vyskytly i takové odpovědi, které oceňují, že se například studenti naučili správně citovat použité zdroje ve svých písemných pracích, dále že je informace z webových stránek přiměly k zanícenějšímu pohroužení do studia výchovy ke zdraví anebo se díky zhlédnutí webových stránek katedry VKZ vůbec ke studiu přihlásili.

– 34 % tázaných studentů stránky VKZ při sebevzdělávání nijak neovlivnily a několik dalších neví, zda na ně měly vliv

– 21 % studentů na webových stránkách načerpalo informace o józe, které následně prakticky využili anebo se více zajímají o tuto východní filozofii

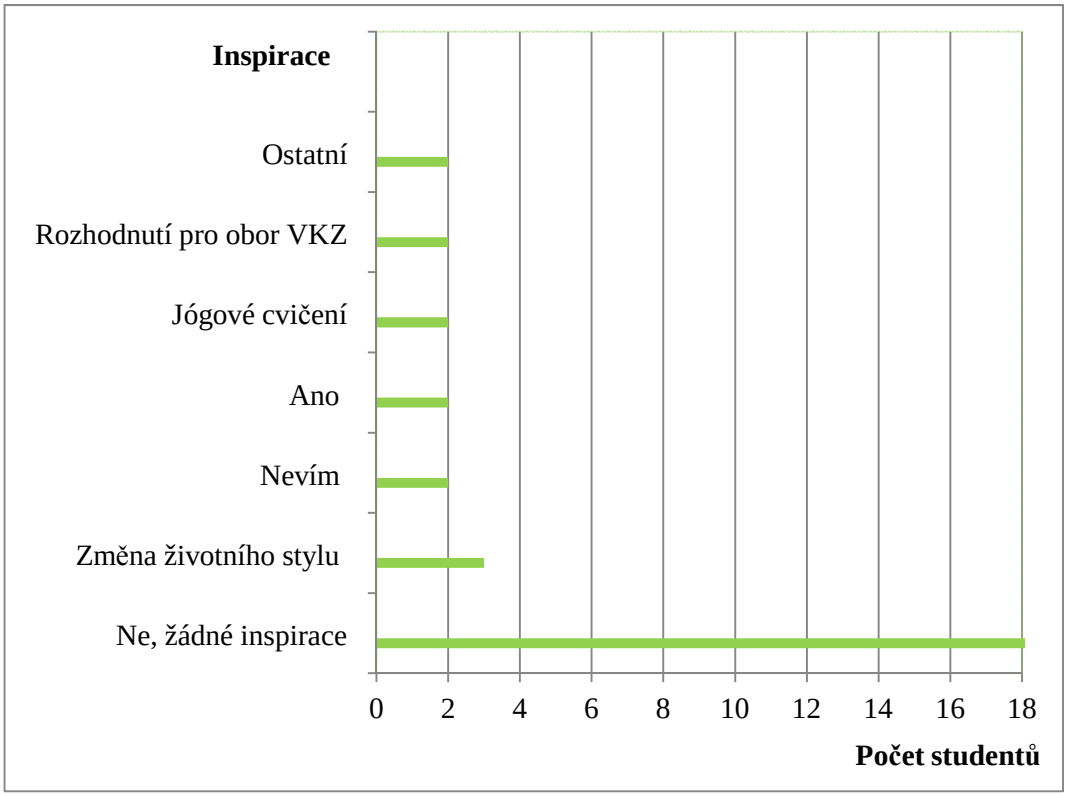
– 28 % odpovídajících uvádí vliv informací webových stránek na změnu životního stylu a hlubší zájem o zdravý způsob života; zejména jsou pro ně při sebevzdělávání přínosné znalosti a dovednosti z jednotlivých pohybových aktivit

– 17 % dotázaných zmínilo v souvislosti s autoedukací význam studijních materiálů publikovaných formou e-learning

5.6.4 Otázka č. 4

Jsou pro vás webové stránky katedry VKZ zdrojem nových inspirací a jakých?

Čtvrtá otázka je do značné míry podobná té předchozí. Opět se dotazuji studentů na působení webových stránek, tentokrát směrem do oblasti inspirací a nových podnětů. Smyslem otázky bylo zjistit, zda pod vlivem publikovaného obsahu dostali dotazovaní nějaký nápad anebo myšlenku, která je vyburcoval k určitému jednání. Naproti tomu ve třetí otázce šlo spíše o to, vysledovat oblast, na kterou se posluchači katedry zaměřili při rozšiřování vědomostí. Uznávám, že tyto dva dotazy by mohly být chápany obdobným způsobem. Napovídá tomu i hodnocení čtvrté otázky, neboť výsledky jsou hodně podobné odpovědím v té třetí.



Graf 3 Webové stránky jako zdroj inspirace

Diskuse a výsledky k otázce č. 4

Jak je vidět na grafickém znázornění u dotazu ohledně inspirativního vlivu webových stránek, zvítězila na plné čáře negativní odezva. Otázkou je, proč takto studenti reagovali. Zda skutečně shledávají web KVKZ tak nepodnětným, anebo vyčerpali svoji odpověď v předchozí otázce, která se jim mohla zdát podobná? Já se přikláním ke druhé možnosti. Soudím tak proto, že reakce zbývajících studentů jsou hodně blízké těm předešlým a z toho mi vyplývá analogické pochopení tohoto dotazu. Ve výsledcích

se objevuje vliv na životní styl studentů a s tím spojenou změnu. Především získávání nových informací o zdraví a aplikace těchto vědomostí v osobním životě.

Dva studenti potvrdili rozhodující vliv webových stránek při výběru jejich studia. Dalších pár dotazovaných zmínilo opět téma jógy. Vyjádřili se, že pod vlivem webových stránek si zdokonalili již prováděné jógové sestavy nebo své znalosti obohatili o nové prvky. Zbytek respondentů odpověděl prosté ano, tedy že webové stránky je inspirují, nebo zmínili prezentace a studijní materiály. Své odpovědi už dále nerozepisovali.

Z mého pohledu je velká škoda, že tato otázka tak trochu vyplynula do prázdna. Ale i negativní odpověď je odpovědí. Vyvozuji z toho tedy, že respondenti buď své podněty, které je inspirují, zmínili v předchozí otázce a k této nemají už, co říct. Nebo skutečně shledávají webové stránky katedry VKZ nudnými, což by vedlo k zamyšlení nad jejich zpracováním. Já sama vidím jako jeden z důležitých úkolů oboru výchovy ke zdraví především to, aby zaujala své posluchače natolik, že budou ochotni provést alespoň částečné změny směrem ke zdravějšímu způsobu života. Dostatek inspirativně zpracovaného materiálu na webových stránkách katedry by jistě mohl být jedním ze způsobů, jak se žádoucím změnám přiblížit.

– webové stránky katedry VKZ za zdroj nových inspirací na čtvrtou otázku odpovědělo pouze 31 studentů z 52 dotázaných; z toho 58 % odpovídajících nepovažuje

– zbývajících 42 % studentů uvádělo specifické odpovědi

– tři studenty webové stránky inspirovaly k blíže neurčené změně životního stylu, většímu zájmu o studovaný obor a oblast zdraví

– dva dotázaní se nevyjádřili konkrétně, ale odpověděli ano, tři nevěděli

– někteří studenti uvedli studijní materiály, ale nenapsali, jak se jejich inspirace projevila

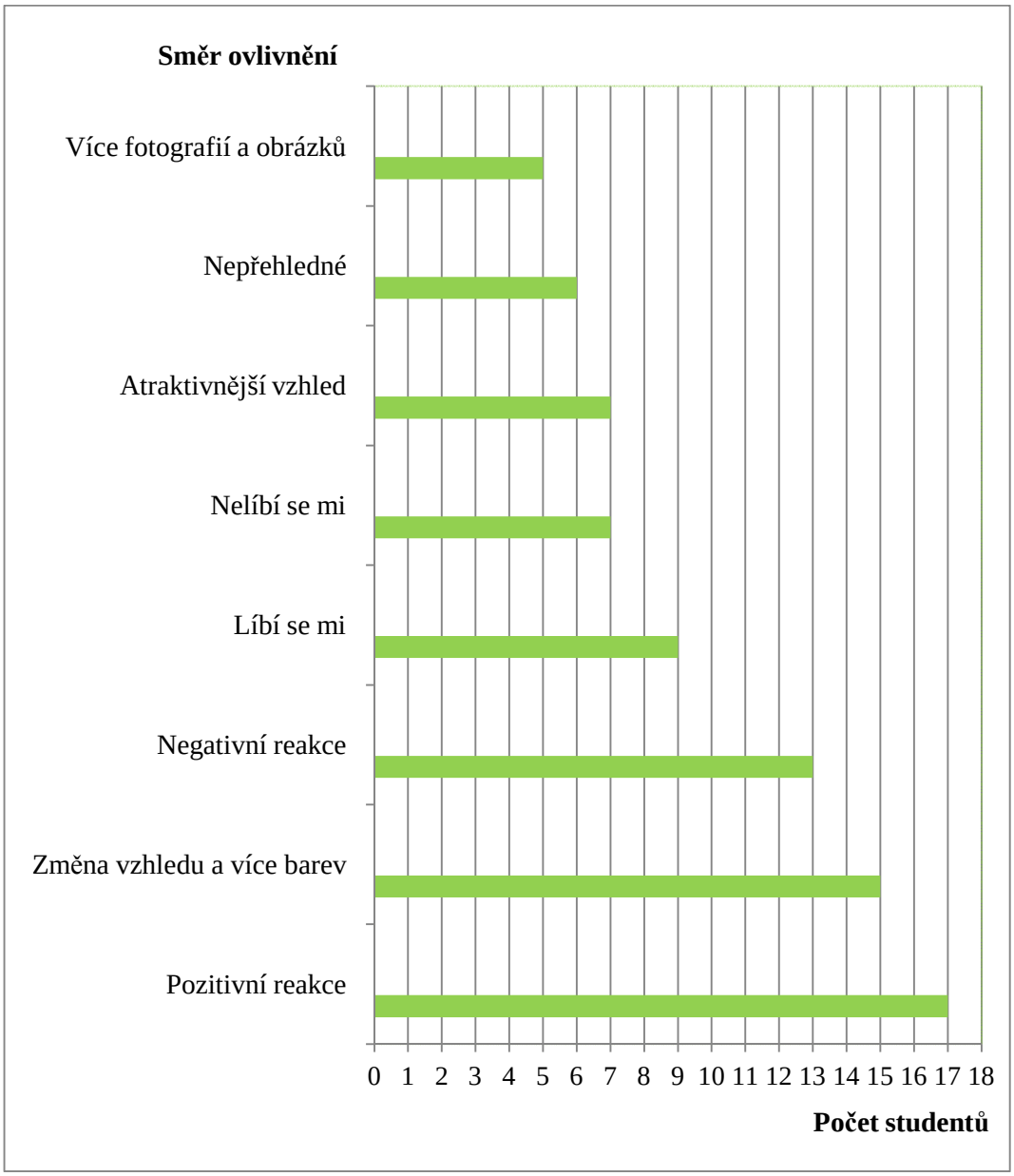
– některé studenty inspirovala jógová cvičení k jejich praktikování

– za zajímavé dvě odpovědi považuji ty, kde respondenti uvádějí, že webové stránky je inspirovaly k volbě studia na katedře VKZ

5.6.5 Otázka č. 5

Jak hodnotíte vzhled webových stránek katedry VKZ?

Jednoduchý dotaz na vizuální hodnocení stránek přinesl značný ohlas v porovnání s předchozími otázkami. Projevuje se zde, že se jedná o záležitost osobního vkusu, který má každý člověk specifický. Co se jednomu líbí a hodnotí kladně, na druhého může působit odtažitě a chladně. Zpracování této otázky bylo pro mě zajímavé. Ocenila jsem především pestrost odpovědí a také to, že drtivá většina dotazovaných své stanovisko rozepsala alespoň do několika slov anebo dokonce vět a neomezila se na strohé odpovědi.



Graf 4 Hodnocení vzhledu webových stránek

Diskuse a výsledky k otázce č. 5

Otázka číslo pět podle mého názoru přinesla dostatečné množství materiálu pro objektivní zhodnocení vizuální stránky webu. Kromě jednoho studenta sdělili svůj názor všichni. Většina z nich jej obohatila o zajímavé postřehy nebo nápady. Například od dvou studentů vzešel návrh na použití hudebního doprovodu při prohlížení webových stránek. Respondenti navrhují nějakou relaxační hudbu, což považuji za myšlenku velmi poutavou. Dovedu si představit, že po otevření internetových stránek katedry VKZ by návštěvníka přivítala klidná a nevtíravá muzika. Nějaký harmonicky laděný hudební doprovod by výborně korespondoval se zaměřením katedry.

Jako základní rozlišení pro hodnocení získaných odpovědí jsem použila jejich rozdělení na pozitivní a negativní. Převažovali kladné reakce, ale dost často nebyly zcela jednoznačné a respondenti většinou dodávali nějaké připomínky. Například „…líbí se mi, ale uvítala bych více barev; pěkné, ale je vidět, že není čas na jejich inovaci…“ Těch, kteří považují vizuální stránku webu za hezkou a nic by neměnili, bylo dohromady sedm. Tři z těchto lidí ji rovněž považují za dobře řešenou, přehlednou a snadno se v ní orientují. Ostatní studenti většinou přidávali návrhy na zlepšení barevného provedení. Takových návrhů se objevilo mnoho. Žáci doporučují použít více pestrých barev, které by podněcovaly pozitivní přístup k životu, tak aby z webových stránek čišel klid, pohoda a pozitivní aura. Rovněž se zmiňovali o nedostatku fotografií a obrazového materiálu. Někdo uváděl i použití lepšího prohlížeče.

Kriticky laděných odpovědí bylo jen o několik méně než těch příznivých. Dalo by se tedy říci, že zhruba stejnému počtu dotazovaných se webové stránky katedry VKZ líbí, té druhé polovině spíš ne. Nejčastější odmítavé postoje negativně hodnotily atraktivnost vzhledu. Doporučují webové stránky inovovat, aby získaly modernější a zajímavější design. Na tomto místě opět pár studentů připomnělo pravidelnou aktualizaci obsahu. Jednou ze záporně vnímaných položek bylo rozložení a přehlednost webu. Například se několikrát objevilo, že úvod je příliš dlouhý a také padl názor, že by bylo lépe roztáhnout text, protože je příliš úzký a zvětšit písmo. Zcela negativně vnímá zpracování webových stránek pouze pět studentů. Hovoří o nich jako o „…strohých, málo výrazných, nezajímavých, chladných jako lékařské prostředí…“

Jak jsem zmínila výše, hodnocení vzhledu internetové prezentace katedry VKZ je záležitostí osobního vkusu každého z dotázaných. Určitě by však nebylo chybou, celkově oživit design stránek. Dále jsem při pročítání odpovědí na tuto otázku usoudila,

že studenti by vesměs uvítali, kdyby se o stránky někdo pravidelně a častěji staral, bez ohledu na to zda se jim líbí nebo ne. Zhodnocení této otázky rovněž přineslo výsledky, které potvrzují druhý výzkumný předpoklad. Ten očekával, že nejméně 50 % respondentů bude vzhled webových stránek hodnotit kladně.

– odpovídalo všech 51 studentů a kladné reakce na hodnocení webu mělo 26 respondentů, což tvoří 51 % pozitivních odpovědí

– studenti by ale zároveň uvítali, modernější, atraktivnější a živější barevné zpracování webových stránek

– dále obohacení webu o větší počet fotografií a obrázků

– zajímavým nápadem je použití hudebního doprovodu při prohlížení webu

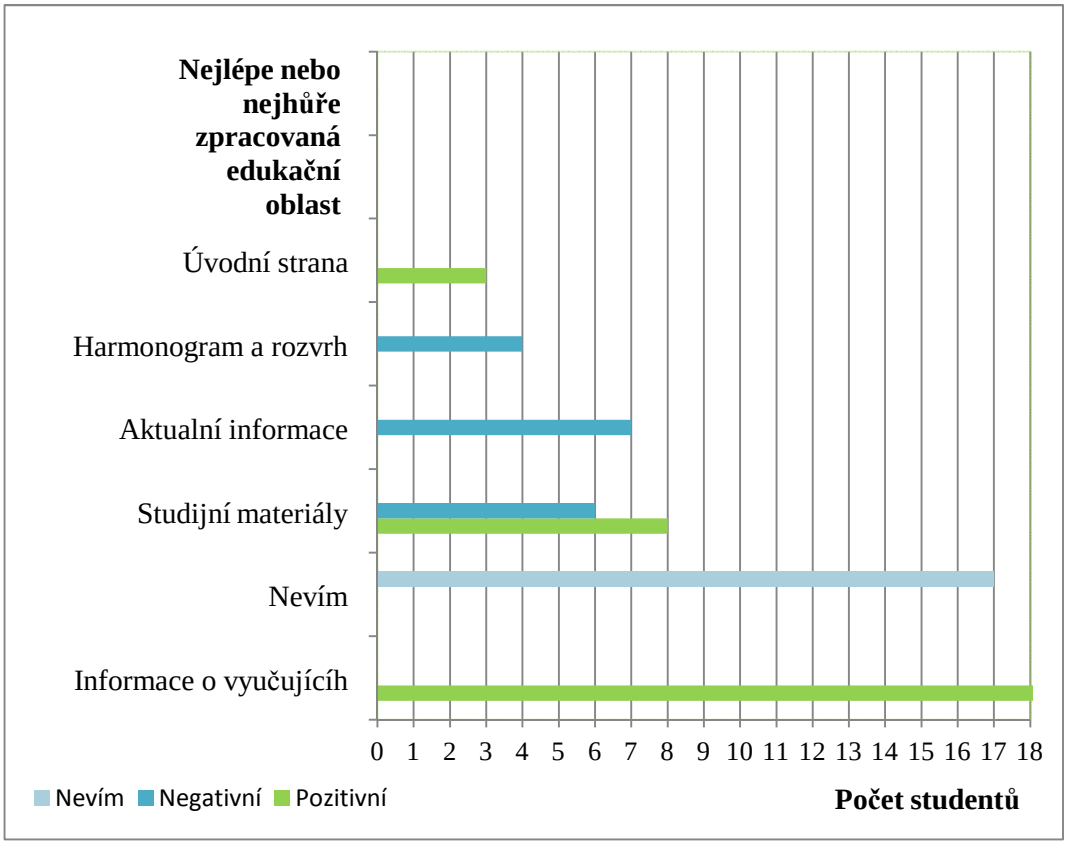
– celkově zpřehlednit pro lepší orientaci (zkrátit úvod, roztáhnout text, větší písmo, některé oddíly zvýraznit, vylepšit navigační systém…)

– pravidelná aktualizace

5.6.6 Otázka č. 6

Jaká oblast webových stránek katedry VKZ je podle vás nejlépe edukačně zpracovaná, která nejméně a proč?

Zájmem šesté otázky je zhodnocení, jaká oblast vzdělávacího obsahu webových stránek je nejlépe zpracovaná a jaká nejhůře. Studenti reagovali spíše způsobem, který odpovídá celkovému hodnocení.



Graf 5 Hodnocení nejlépe a nejhůře zpracované edukační oblasti webových stránek

Diskuse a výsledky k otázce č. 6

Výsledky šesté otázky mě nejvíce udivily. Kromě studentů, kteří na dotaz nedokázali odpovědět, jich většina považovala informace o vyučujících a kontakty na ně, za nejlépe edukačně zpracovanou oblast. Odpovědi mě překvapily především proto, že kontakty na vyučující beru spíše jako informační okruh webových stránek než edukační. Očekávala jsem vlastně větší ohlas na uveřejněné edukační materiály a opory k jednotlivým studijním předmětům. Nicméně se ukazuje, že styl, kterým jsou zpracovány osobní údaje jednotlivých přednášejících, je velice zdařilý a nezůstává bez odezvy.

Další skupinu početnějších reakcí tvoří již zmíněné studijní podklady, kterých si všímá osm studentů. Kladného hodnocení se dostalo textům o pohybových aktivitách, józe, somatologii a přehledům k jednotlivým předmětům. Někteří studenti vznesli požadavek na současnější a podrobnější pohled do jednotlivých vzdělávacích disciplín. Tři studenti považují za nejlépe zpracovanou část webových stránek její úvod list.

Dostávám se k negativním ohlasům. Zde se to týká především přehledu aktualit. Podobně jako v první otázce i zde studenti poukazovali na chybějící aktuální informace. Týká se to zejména nedostatečného upozornění studentů na změny ve výuce, na odpadlé předměty a nepřítomnost přednášejících. Většinou respondenti v souvislosti s tím ještě upozorňují na složité rozvrhy i nefunkční harmonogram. Jednou byl zmíněn nedostatek údajů o možnostech navazujícího studia anebo uplatnění absolventů v praxi.

– 34 % studentů považuje za nejlépe edukačně zpracovanou oblast webových stránek katedry VKZ informace o vyučujících a kontakty na ně

– pozitivně hodnotí studijní materiály 15 % respondentů, ale uvítali by jich více a současnější; 12 % je hodnotí negativně

– 13 % dotázaných považuje za nejhůře edukačně zpracovaný okruh webových stránek katedry VKZ přehled novinek, aktuálních změn, studijní harmonogram a všestranně informace o aktuálním dění

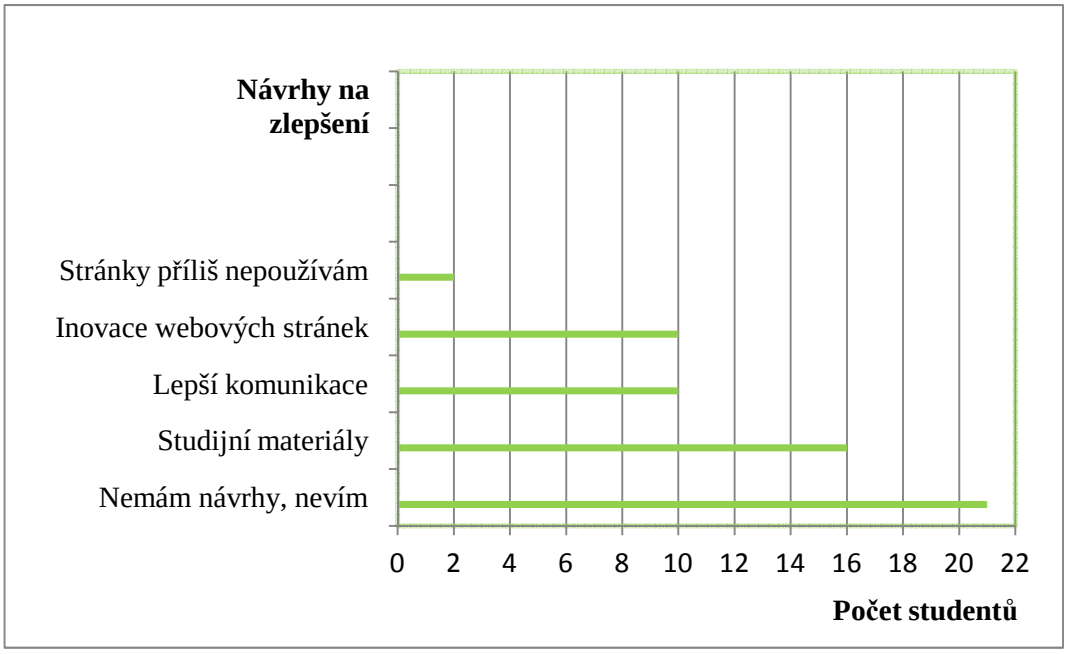
– 37 % dotázaných zpracování vzdělávací oblasti nedokázalo posoudit sedmnáct studentů

– třem studentům se nejvíce líbí úvodní stránky

Otázka č. 7:

Máte další náměty a připomínky, které vás v souvislosti s webovými stránkami katedry VKZ a jejich edukační účinností napadnou?

V poslední otázce je studentům ponechán prostor, aby mohli vyjádřit další náměty a názory, které je v souvislosti s danou tematikou napadnou a na které nedošlo v předchozích oddílech. Někteří z dotazovaných této možnosti nevyužili nebo neměli žádné další komentáře. Rozhodla jsem se, že návrhy uvedu v takové podobě, jak je formulovali studenti. To proto, že řada z nich je ojedinělých a nedají se příliš dobře zobecnit. Shrnula jsem je pouze do okruhů podobného zájmu a tyto okruhy jsem použila také při grafickém znázornění.



Graf 6 Náměty dotazovaných studentů na zlepšení zpracování webových stránek

Diskuse a výsledky k otázce č. 7

K výsledkům této otázky bych jen krátce dodala, že 40 % studentů nevyužilo možnosti vyjádřit další názory ohledně webu a zbylých 60 %respondentů odpovídalo individuálním vyjádřením určitých podnětů. Okruhy zájmu:

Studijní materiály a nové vědomosti:

– více informací o zdravém životním stylu, o zdraví a výživě

– více zajímavostí z oboru výchovy ke zdraví

– zdravé recepty

– více studijních materiálů a obrazových doplňků

– novinky na „trhu“zdraví

– odkazy na zajímavé webové stránky, které souvisí s VKZ a daly by se využít při studiu

Náměty pro lepší komunikaci se studenty:

– správa webových stránek jedním člověkem, který jim bude věnovat větší pozornost a čas

– sdělování informací o změnách v rozvrhu, odpadlých hodinách, absenci vyučujících, rektorských dnech a vůbec aktuálním dění

– vytvoření prostoru, například nástěnky, kde by mohly být všechny aktuální informace týkající se studia na jednom místě

– zkvalitnění komunikace mezi studenty a vedením školy

Návrhy na inovaci stránek katedry VKZ:

– více jazykových verzí webu (např. francouzská, španělská, italská, atd.)

– zjednodušit záložky a sloupec nabídky a umístit ho nahoru nebo vlevo, ne vpravo

– větší přehlednost, aktuálnost, odstranění zastaralých informací

– podrobněji se věnovat problematice dalšího uplatnění studentů, konkrétně pozice, kde by mohli pracovat popřípadě i nabídka volných pracovních míst

– více fotografií ze společných akcí

Dva názory studentů byly dokonce takové, že nemají důvod pravidelně navštěvovat web katedry VKZ, protože je nepovažují za zajímavé a více informací o studiu se dozví jinde, například na stránkách pedagogické fakulty jihočeské univerzity. Přestože se jedná jenom o pár postřehů, mám dojem, že o něčem mohou vypovídat a měly by být brány také v úvahu.

Dle mého názoru výsledky této otázky jasně hovoří samy za sebe a nepotřebují již dlouhých diskusí. Studenti dali najevo, které oblasti by se podle nich měly zlepšit, co dalšího by na stránkách uvítali a jakým způsobem by mohl být obohacen jejich vzhled.

5.7 Interpretace výsledků dotazníkového šetření

Rozborem jednotlivých výsledků, vyplývajících z realizovaného průzkumu jsem zjistila, že některé odpovědi se překrývají a pravidelně se opakují u různých otázek. Došla jsem k závěru, že některá témata jsou pro inovaci webu zásadní. Dále se vyskytovaly odpovědi, které neměly nejvyšší počet hlasů, ale byly pro celkové hodnocení podstatné. To že jsou přínosné, jsem usoudila na základě způsobu formulace v jednotlivých písemných projevech. Bylo poznat, kdo má při používání webových stránek skutečný problém a má zájem upozornit na něj, aby mohlo dojít k nápravě. Jako příklad bych uvedla poslední otázku. Třetina dotázaných odpověděla, že neví anebo, že nemají žádné návrhy na zlepšení. Naproti tomu se zde vyskytly ojedinělé odpovědi, ze kterých bylo patrné zaujetí. Poskytovaly věcné poznámky vyplývající ze zkušeností studentů. Třeba doporučení, aby sloupec s nabídkou záložek byl umístěn nahoře nebo vlevo, ale určitě ne vpravo, byl pro mé výsledné reference daleko důležitější. Porovnáním výsledků jsem došla k dílčím závěrům, které jsem rozdělila do několika tematických okruhů konečných zjištění.

1) Dotazovaní studenti pravidelně navštěvují a využívají webové stránky při svém studiu.
2) Na webu katedry VKZ respondenti nejvíce oceňují: studijní materiály, nové vědomosti o zdravém životním stylu, informace o pohybových aktivitách, úvodní stranu, profily a kontakty na vyučující.
3) Na webu katedry VKZ studenti nejvíce postrádají: aktuální informace, více studijních podkladů k jednotlivým předmětům, fotografický a obrazový materiál, obsáhlejší údaje z oboru výchovy ke zdraví, podněty pro další rozvoj absolventa, motivační podporu, účinnou komunikaci, funkční harmonogram, podrobnější instrukce z administrativní a organizační oblasti.
4) Pro inovaci webových stránek studenti doporučují: více barev, fotografie, obrázky, lepší prohlížeč, hudební doprovod, pravidelné aktualizace, lépe zpracovat navigaci, výkonného správce webu a celkově atraktivnější zpracování.

Rovněž se mi potvrdily oba výzkumné předpoklady:

VP1: Více než 80 % respondentů navštěvuje alespoň jednou za měsíc webové stránky katedry výchovy ke zdraví na PF JU.

VP2: Nejméně 50 % studentů bude hodnotit kladně vzhled webových stránek katedry výchovy ke zdraví na PF JU.

Z výsledků vyplývá, že 92 % studentů navštíví webové stránky katedry VKZ alespoň jednou za měsíc. Velmi těsně se potvrdil také druhý výzkumný předpoklad, protože kladně hodnotilo vzhled webových stránek 51 % respondentů.

5.8 Návrh úprav a inovace webových stránek katedry VKZ

Podklady pro návrh úprav jsem čerpala nejen z kvalitativních údajů, které mi poskytl realizovaný výzkum, ale také mi pomáhaly získané teoretické poznatky o celkovém hodnocení webových stránek. Především systém zvolených hodnotících kritérií mi pomohl lépe uchopit zadaný evaluační úkol, kterým je posouzení jak edukační účinnosti webových stránek, tak způsob jejich zpracování. Při interpretaci získaných poznatků jsem rovněž využila osobní zkušenosti, protože jsem studentkou katedry výchovy ke zdraví a sama webové stránky používám. Všechny získané poznatky jsem shrnula do návrhu úprav. Mým záměrem bylo vytvořit doporučení, které by mohlo sloužit jako vodítko pro efektivnější zpracování a rozšíření edukační účinnosti webových stránek katedry výchovy ke zdraví.

Návrhy úprav webových stránek katedry VKZ jsem pro lepší přehlednost diferencovala do tabulky č. 3. Snažila jsem se heslovitě, ale přesto výstižně postihnout úkoly, které napomohou inovaci webových stránek. Jednotlivých bodů není mnoho, přesto věřím, že pokud dojde k jejich realizaci, zcela jistě zvýší efektivitu tohoto webu. Tabulka je rozdělena na dva tematické oddíly. První obsahuje návrhy pro oblast způsobu zpracování webových stránek, druhý pak náměty pro vylepšení edukační účinnosti. Tyto dva celky jsem dále rozčlenila do tří sekcí, které objasňují významnost úkolů a jsou to:

1) *Nutné* – takto jsem nazvala složku těch úkolů, jejichž realizace je nezbytná pro inovaci a zvýšení celkové atraktivity webu.
2) *Doporučené* – jsou doplňky pro jednotlivé potřebné úkoly a bylo by dobré je vzít při renovaci stránek na vědomí.
3) *Nápady na obohacení* – jedná se o konkrétní návrhy, které vzešly od studentů a mohou nebo nemusí být realizovány.

Tabulka 3: Návrh na inovaci webových stránek katedry VKZ rozvržená podle důležitosti a obsahu úprav

	ZPRACOVÁNÍ	EDUKAČNÍ ÚČINNOST
NUTNÉ	**Aktualizace** **Aktuální informace** – změny ve studiu, funkční harmonogram a rozvrh hodin. **Zkvalitnění komunikace** mezi studenty a vedením. **Fotografie** ze společných akcí.	**Více studijního materiálu** k jednotlivým předmětům, k oboru výchova ke zdraví, ke zdravému životnímu stylu. **Odkazy** na zajímavé a pro studium využitelné weby.
DOPORUČENÉ	**Správce** webu by měl provádět pravidelnější aktualizace. **Obohacení**: – živější barevné zpracování – obrázky, fotografie – hudební doprovod **Instrukce** pro zkvalitnění organizačních administrativních a kroků.	**Informace**: – o novinkách v oblasti zdraví a zdravém životním stylu – o možnostech uplatnění absolventů v praxi **Motivace** k autoedukaci.
NÁPADY NA OBOHACENÍ	Nástěnka pro uveřejnění náhlých studijních změn, přítomném dění, aby byly aktuality všechny na jednom místě (odpadlé hodiny, nepřítomnost pedagogů, rektorská volna apod.). Správa webu jedním člověkem, který se jim bude více věnovat. Jak postupovat při zápisu předmětů. Oddělit navigační systém od obsahu. Navigaci umístit nahoru nebo vlevo. Roztáhnout text, zkrátit úvod, zvětšit písmo, zvýraznit určité oddíly. Více jazykových verzí webu.	Nabídka pracovních míst. Zdravé recepty. Odstranění zastaralých informací.

6 ZÁVĚRY A DOPORUČENÍ

Zadání bakalářské práce mi kladlo za úkol, získat potřebné informace, které by se daly využít pro zefektivnění webových stránek katedry VKZ, jak po stránce vzdělávací, tak po stránce produkční. Pracovní záměr mě zavedl do oblasti internetu. Je to obrovský virtuální prostor, který se stal běžně používaným komunikačním prostředkem nejen pro jednotlivce, ale především pro různá společenská uskupení. V tomto paralelním světě se demonstrují jednotlivé organizace, instituce i celé společnosti. Odráží se v něm v podstatě veškeré lidské konání a nadneseně by se dalo říci, kdo není na internetu, jako by nežil. Není proto překvapením, že se nevyhnul ani pedagogickému systému. Právě naopak se stal významným prvkem pro šíření vědomostí, spojovacím prostředkem v procesu vzdělávání a místem prezentace jednotlivých škol. Dnes má běžně většina školských zařízení od mateřských škol až po univerzity svoje webové stránky. Je zcela přirozené, že úroveň jednotlivých webů se liší. Kvalitně zpracované internetové stránky mají vliv na větší sociální povědomí pedagogického ústavu a zároveň zvyšují jeho společenskou hodnotu. To je dáno zejména tím, že v dnešní době pokud lidé hledají nějaké informace, hledají je právě na webové síti. Platí to i pro rozhodování při výběru školy. V mém dotazníkovém průzkumu tuto skutečnost přímo potvrdili pouze dva studenti, ale osobně se domnívám, že daleko více respondentů bylo při volbě studia nasměrováno webovými stránkami.

Odlišnost zpracování jednotlivých webových stránek souvisí s problematikou této bakalářské práce. Nicméně než jsem přistoupila k samotné výzkumné části, musela jsem nejprve proniknout do širších souvislostí. Webové stránky katedry VKZ jsou prezentací konkrétního pedagogického ústavu. Přestože se jedná o poměrně mladé zařízení, nic to neubírá na jeho společenské významnosti a podstatě. Do teoretické části jsem proto vložila stručné historické souvislosti vzniku oboru výchovy ke zdraví i samotné katedry. Měla jsem to štěstí, že vedoucí mé práce se stala paní docentka Krejčí, která mě mohla přiblížit nejen okolnosti vzniku katedry, ale také samotného oboru. Potřebné informace jsem od ní získala formou rozhovoru. Analýzou odborné literatury jsem pak nalézala další údaje nutné pro pochopení způsobu hodnocení webových stránek obecně. Díky těmto vědomostem jsem mohla lépe odhadnout charakteristiku webových stránek katedry VKZ a přistoupit k samotné evaluaci. Určila jsem, že jejich funkce je primárně řídící, tedy zajišťuje koordinaci studia a sekundárně vzdělávací, protože poskytuje edukační materiál ke studiu.

K posouzení internetových stránek jsem použila konkrétních výzkumných technik. Byly to metoda rozhovoru a dotazníkové šetření. Zejména dotazníky mně poskytly potřebné údaje pro ocenění úrovně edukační účinnosti a vlastního provedení webových stránek. Kvalitativní data jsem získala přímo od studentů katedry VKZ, neboť podle mě mohli nejlépe vystihnout jádro věci i reálnou funkční úroveň webu. Výsledky jsem shrnula a následnou interpretací jsem stanovila hlavní body pro inovaci webových stránek katedry VKZ. Jednotlivé úkoly přehledně prezentuje tabulka číslo 3, rozdělující je podle významu a tematické oblasti. Návrh úprav stanovuje dílčí cíle, které je nutné provést, aby došlo k efektivnějšímu zpracování a rozšíření edukační účinnosti webových stránek tak, jak to vyplývá z posouzení explorace. Během hodnocení se potvrdily také oba výzkumné předpoklady. První očekával, že nejméně 80 % dotázaných studentů navštěvuje webové stránky alespoň jednou za měsíc, průzkum potvrdil 92% podíl návštěvnosti. Druhý předpoklad se domníval, že alespoň 50 % studentů bude hodnotit kladně vzhled webových stránek katedry VKZ a hypotéza prokázala 51%.

Konečná doporučení mohou sloužit nejen jako předloha pro katedru výchovy ke zdraví, ale také pro ostatní internetové stránky jednotlivých pedagogických oddělení a jiné školské weby. Z celkové rekapitulace se dají odvodit všeobecné závěry pro efektivní zpracování a účinné edukační působení internetové prezentace jednotlivých vzdělávacích institucí. A sice, že nejdůležitější je pravidelná aktualizace obsahu, ať už se jedná o samotnou vzdělávací náplň anebo řídící úsek. Uživatelé vždy ocení, když naleznou čerstvé informace a poznají, že web žije. To je podle mě jednoznačné všeobecně platné tvrzení, které přinese oblibu každému webu. Další neméně důležitou roli z hlediska atraktivity hraje vzhledová stránka a účinný navigačním systémem. Pokud tvůrci webových stránek vhodně vystihnou jejich zaměření pomocí designu a podpoří ho přehlednou účinnou navigací, je podle mě část úspěchu zaručena. Druhou polovinu úspěchu tvoří využitelná vzdělávací náplň a fungující komunikační aparát. Když budou studenti na webových stránkách nalézat podnětné nápady, použitelný studijní materiál, účinné komunikační propojení a reálné informace ke studiu, zcela jistě se na ně budou vždy rádi vracet.

Závěrem bych dodala, že problematika zpracování a edukační účinnosti webových stránek byla pro mě výzvou. O tématu internetové prezentace jsem příliš nevěděla a zpočátku jsem si nebyla jistá, jak zadaný námět uchopit nebo odkud začít. Postupně

jak jsem čerpala vědomosti z jednotlivých oblastí vyplývajících ze zadání bakalářské práce, začaly mi získané informace zapadat do sebe. Mohla jsem si tak již vytvořit osnovu způsobu realizace zadaného úkolu. Především z uskutečněného výzkumu mám celkově dobrý dojem. Přestože u některých otázek se respondenti nevyjadřovali zcela jednoznačně a vyplněných dotazníků nebylo příliš mnoho, přesto se mi podařilo, vytěžit z uvedených odpovědí použitelné údaje. Myslím, že získané výsledky si zaslouží pozornost a jsou zajímavé. Zejména tím, že odrážejí reálný obraz života webových stránek katedry VKZ. Mezi respondenty nebyli žádní náhodní návštěvníci, ale přímo studenti, pro které jsou stránky v první řadě určené. Byla bych ráda, kdyby získané údaje mohly posloužit inovaci a větší atraktivitě internetových stránek katedry výchovy ke zdraví. Bakalářskou práci bych uzavřela tím, že při zpracování zadaného úkolu jsem se obohatila o nové vědomosti a zajímavé informace. Získala jsem také cenné zkušenosti vyplývající jak z realizace výzkumu, tak z produkce tohoto textového dokumentu.

7 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

BEAIRD, Jason. *Principy krásného webdesignu: průvodce krok za krokem*. 1. vyd. Praha: Grada, 2010, 145 s. ISBN 978-80-247-2895-7.

BIAŁAS, Dariusz. Škola jako integrační článek pro zdraví podporující prostředí. Ze zdravé školy na školy pro zdraví v Evropě. In: *Výchova ke zdraví : mezinárodní zkušenosti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2011, s. 16. Škola a zdraví pro 21. století. ISBN 978-80-210-5451-6.

BLAHUTKOVÁ, Marie, Evžen ŘEHULKA a Šárka DAŇHELOVÁ. *Pohyb a duševní zdraví*. Brno: Paido, 2005, 78 s. ISBN 80-731-5108-1.

DRUSKA, Peter. *CSS a XHTML: tvorba dokonalých webových stránek krok za krokem*. 1 vyd. Praha: Grada, 2006, 200 s. ISBN 80-247-1382-9.

HLAVENKA a KOL, Jiří. a KOL. *Vytváříme WWW stránky a spravujeme moderní web site*. 7., aktualiz. vyd. Brno: CP Books, 2005. ISBN 80-251-0801-5.

KREJČÍ, Milada. *Jóga v praxi pedagoga*. Vyd. 1. České Budějovice: Jihočeská univerzita, Pedagogická fakulta, 1995, 111 s. ISBN 80-704-0129-X.

KREJČÍ, Milada. *Krok k výchově, krok ke zdraví: projekt ESF "Rozvoj lidských zdrojů" CZ.04.1.03/3.1.15.2/0458 - "Další vzdělávání pedagogických pracovníků se zaměřením na prevenci obezity žáků 2. stupně ZŠ"*. v Českých Budějovicích: Jihočeská univerzita, 2008, 24 s. ISBN 978-80-7394-082-9.

KREJČÍ, Milada a Milada BÄUMELTOVÁ. *Týdny zdraví ve škole: projekt*. Vyd. 1. České Budějovice: Jihočeská univerzita pro Krajskou hygienickou stanici České Budějovice, 2001, 135 s. ISBN 80-704-0507-4.

KREJČÍ, Milada. Výchova ke zdraví a strategie duševní hygieny ve škole. In: *Výchova ke zdraví : mezinárodní zkušenosti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2011, s. 14. Škola a zdraví pro 21. století. ISBN 978-80-210-5451-6.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 279 s. ISBN 80-717-8551-2.

MACHOVÁ, Jitka a Dagmar KUBÁTOVÁ. *Výchova ke zdraví*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009, 291 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2715-8.

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, mládeže a tělovýchovy. *Národní program rozvoje vzdělávání v České republice: Bílá kniha*. 1. vyd. Praha: Ústav pro informace ve vzdělávání, 2001, 98 s. ISBN 80-211-0372-8.

MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006, 332 s. ISBN 80-247-1362-4.

POWELL, Thomas A. *Web design: kompletní průvodce*. Vyd. 1. Překlad Petr Matějů. Brno: Computer Press, 2004, 818 s. ISBN 80-722-6949-6.

PUNCH, Keith. *Základy kvantitativního šetření*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2008, 150 s. ISBN 978-80-7367-381-9.

REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009, 184 s. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-3006-6.

ŘEHULKA, Evžen. *Škola a zdraví 21: Výchova ke zdraví:mezinárodní zkušenosti*. Brno: Masarykova univerzita, 2011. ISBN 978-80-210-5451-6.

SLAVÍK, Milan. *Vysokoškolská pedagogika*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012, 253 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4054-6.

SLEPIČKA, Pavel, Václav HOŠEK a Běla HÁTLOVÁ. *Psychologie sportu*. Vyd. 2. Praha: Karolinum, 2009, 240 s. ISBN 978-80-246-1602-5.

STRUNZ, Ulrich. *Zijeme zdrave: navzdy mladi*. Čes. vyd. 1. Praha: Svojtka, 2000. ISBN 80-723-7327-7.

ŠMAJS, Josef. Dvě poznámky ke vztahu vzdělání a zdraví. In: *Výchova ke zdraví : mezinárodní zkušenosti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2011, s. 8. Škola a zdraví pro 21. století. ISBN 978-80-210-5451-6.

ŠPINAR, David. *Tvoříme přístupné webové stránky: připraveno s ohledem na novelu Zákona č. 365/2000 Sb., o informačních systémech veřejné správy*. Brno: Zoner Press, 2004, 360 s. ISBN 80-868-1511-0.

VURM, Vladimír. a KOL. *Vybrané kapitoly z veřejného a sociálního zdravotnictví: pro studující ZSF JU*. 1. vyd. Praha: Manus, 2004, 100 s. ISBN 80-865-7107-6.

WEINMANOVÁ, Lynda. *Velká kniha webdesignu.4*. Vyd. 1. Brno: Zoner Press, 2004, xxiii, 503 s. ISBN 80-868-1510-2.

INTERNETOVÉ ZDROJE

A2b: Co je web?. *Http://www.a2b.cz/* [online]. 2012 [cit. 2012-12-3]. Dostupné na WWW: http://www.a2b.cz/co-je-web/

BOKLASCHUK, Kelli a Kevin CAISSE. *EVALUATION OF EDUCATIONAL WEB SITES* [online]. 2001 [cit. 2012-11-20]. http://members.fortunecity.com/vqf99. Dostupné na WWW: http://www.usask.ca/education/coursework/802papers/bokcaisse/bokcaisse.pdf. Ročníková práce. University of Saskatchewan. Vedoucí práce Dr. Richard Schwier.

GAJDA, Vojtěch. OSTRAVSKÁ UNIVERZITA. *Základy statistiky v příkladech*. Ostrava, 2006, 85 s. Dostupné naWWW: http://www1.osu.cz/home/Gajda/Zaklady%20statistiky%20v%20prikladech.pdf

GENERÁLNÍ ŘEDITELSTVÍ PRO ZDRAVÍ a SPOTŘEBITELE. *Health-EU Portal* [online]. 26.11.2012 [cit. 2013-04-11]. HONConduct116613. Dostupné na WWW: http://ec.europa.eu/health-eu/index_cs.htm

KOLEKTIV PRACOVNÍKŮ SZÚ. *Státní zdravotní ústav* [online]. Státní zdravotní ústav v Praze, [2013] [cit. 2013-01-15]. Dostupné na WWW: http://www.szu.cz/

KREJČÍ, Milada. Rekreace a volný čas. In: *(Microsoft Word - Rekreace a voln\375 \350as.doc)* [online]. 2009 [cit. 2012-11-15]. Dostupné na WWW: http://www.pf.jcu.cz/stru/katedry/vkz/e-learning-soubory.php

PF JU - Katedra výchovy ke zdraví. *Katedra výchovy ke zdraví* [online]. 21.3.2013 [cit. 2013-03-23]. Dostupné na WWW: Http://www.pf.jcu.cz/stru/katedry/vkz/

PĚLUCHA, Ondřej. Co je web. In: *A2b* [online]. 2012 [cit. 2012-11-16]. Dostupné na WWW: http://www.a2b.cz/co-je-web/

ROZEHNAL, Jan. Přístupnost webových stránek. *Přístupnost webových stránek* [online]. 2006, 2011 [cit. 2012-12-01]. Dostupné na WWW: http://www.artic-studio.net/clanky/pristupnost-webovych-stranek/

ŠPINAR, David a Radek PAVLÍČEK. Pravidla tvorby přístupného webu. *Http://www.pravidla-pristupnosti.cz/* [online]. 2012 [cit. 2012-12-01]. Dostupné na WWW: http://www.pravidla-pristupnosti.cz/odkazy.php

Program Zdraví 21. In: *Ministerstvo zdravotnictví české rapubliky* [online]. 03.12.2002, 20.01.2008 [cit. 2013-04-20]. Dostupné na WWW: http://www.mzcr.cz/Verejne/dokumenty/zdravi-pro-vsechny-v-stoleti_2461_1101_5.html

Zdraví 21: Osnova programu Zdraví pro všechny v Evropském regionu Světové zdravotnické organizace [on-line]. Praha, 2000, 191 s. [cit. 3.12.2012]. ISBN 92-890-1349-4. Dostupné na WWW: http://www.czf.cz/soubory/zdravi21.pdf

ZVÁROVÁ, Jana. INTRANET.EUROMISE.CZ. *Biomedicínská statistika: Základy statistiky pro biomedicínské obory* [online]. 1998 [cit. 2013-04-20]. ISBN 80-7184-786-0.
Dostupné na WWW: http://ucebnice.euromise.cz/index.php?conn=0&section=biostat1

Who v ČR. WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Kancelář WHO v České republice* [online]. © 2007 [cit. 2013-02-15]. Dostupné na WWW: http://www.who.cz/

8 SEZNAM PŘÍLOH

I. Dotazník zaměřený na inovaci webových stránek

Vážené studentky a studenti,

dovoluji si vás požádat o vyplnění tohoto dotazníku, jehož cílem je zlepšit a inovovat webové stránky katedry výchovy ke zdraví (dále jen KVKZ) na PF JU.

Odpovědi budou zpracovány v mé bakalářské práci a následně použity k obnově webových stránek. Z tohoto důvodu vás prosím, o vyjádření vašeho osobního názoru v následujících otázkách anebo křížkem označte jednu z nabízených odpovědí.

Velice Vám děkuji za trpělivost a spolupráci při vyplňování dotazů.

Zuzana Vávrová, studentka VKZ-k, PF JU e-mail: pegas78@seznam.cz

Vedoucí BP: doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.

Pohlaví: žena □ muž □

Věk:

Ročník:

Typ studia a forma:

1) Jak často navštěvujete webové stránky VKZ?
   - o denně
   - o jednou až dvakrát týdně
   - o jednou za 14 dní
   - o jednou za měsíc
   - o méně než jednou za měsíc
2) Máte nějaký nápad na zlepšení obsahové složky webových stránek KVKZ?
3) V jakém směru vás webové stránky KVKZ nejvíce ovlivnily při sebevzdělávání?
4) Jsou pro vás webové stránky zdrojem nových inspirací, a jakých?
5) Jak hodnotíte vzhled webových stránek KVKZ?
6) Jaká oblast webových stránek je podle vás nejlépe edukačně zpracovaná a která nejméně a proč?
7) Máte další náměty a připomínky, které vás v souvislosti s webovými stránkami KVKZ a jejich edukační účinností napadnou?

II. Návrh na zřízení nového oddělení na PF JU

VÝCHOVA ke ZDRAVÍ

Název oddělení:
VÝCHOVA ke ZDRAVÍ
Zdůvodnění, záměry:
Navrhujeme realizovat studijní obor Výchova ke zdraví (akreditovaný v 2005 jako Specializace v pedagogice), na samostatném oddělení PF Jihočeské univerzity, která je jedinou univerzitou v regionu a stále více vstupuje do regionálního dění. Studijní obor vychází z požadavků odborné veřejnosti a reaguje na změny regionálního uspořádání a koncepce školských a mimoškolských zařízení v oblasti podpory zdraví. Společenská potřeba právě tohoto zaměření „Výchova ke zdraví" je velmi aktuální a je v souladu s „Dlouhodobým záměrem rozvoje Jihočeské univerzity 2006 – 2010". Zřízení oddělení navrhujeme k 1. 1. 2006. Zahájení výuky je plánováno ve školním roce 2006/2007.

Základní záměry a úkoly pracoviště v přehledu:

- realizace a rozvoj studijního oboru „Výchova ke zdraví" ve formě prezenční a kombinované
- otevřít studium oboru „Výchova ke zdraví" pro studenty univerzity III. věku
- vytvořit a realizovat certifikátový program oboru „Výchova ke zdraví" pro učitelství 1. st. ZŠ
- zajistit výuku předmětu „Výchova ke zdraví" v ostatních studijních oborech PF JU – např. „Sociální asistent", „Učitelství pro MŠ"apod.
- zajistit výuku předmětu „Výchova ke zdraví" v magisterském studiu učitelství v rámci tzv. „společného základu" studia
- poradna pro zdravý životní styl a podporu zdraví

Obor „Výchova ke zdraví" bude garantován zprvu ve studiu bakalářském, později magisterském, a to ve formě prezenční i kombinované. Současně je plánováno na oddělení vytvořit podmínky pro studium studentů univerzity III. věku a významně se podílet na celoživotním vzdělávání učitelů jihočeského regionu v oblasti podpory zdraví.
Dalším cílem je založit na nově zřízeném oddělení poradnu pro zdravý životní styl a kvalitní metodologické zázemí pro snižování nadváhy a řešení obezity.
Ve spolupráci se Zdravotním ústavem a Krajským úřadem se podílet na preskripci a optimalizaci životního režimu seniorů.
V návaznosti na uvedené záměry bude nové oddělení rozvíjet intenzivně zahraniční pracovní kontakty v rámci evropských projektů integrace (THENAPA, CEEPUS).
Studijní program „Výchova ke zdraví" plně odpovídá zaměření a specifice studia na pedagogické fakultě (pedagogicko – psychologické a didaktické nasměrování studia oboru), kdy v rámci EU vzrůstá společenská potřeba pedagogicko – psychologicky vzdělaných odborníků, jejichž úkolem je vedení člověka k zájmu o vlastní zdraví, posílení jeho důstojnosti, sebedůvěry, samostatnosti i odpovědnosti. Dílčí výzkumy zpracované v západoevropských zemích dokládají, že samotné znalosti jak pečovat o své zdraví nejsou samy o sobě moc účinné. Nejslibnější je právě posilování sebedůvěry, důstojnosti a samostatnosti. Postulátem je zde výrok, že jen ten, kdo si

váží sám sebe, může být skutečně motivován k tomu, aby pro sebe a své zdraví něco užitečného udělal.
Společenská potřeba a zaměření:
V souvislosti se vstupem České republiky do EU je rozpracováván dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR – „ZDRAVÍ 21“. Tento program představuje racionální, dobře strukturovaný model podpory zdraví, vypracovaný týmy předních světových odborníků. Velký význam přikládá „ZDRAVÍ 21“ účasti všech složek společnosti na zlepšování národního zdraví a společné odpovědnosti všech resortů. v této souvislosti je uváděno, že významnou roli by ve všech regionech měly sehrát univerzity, a to ve výchově lidí, ve výzkumu i ve zvyšování zdravotní kultury v regionu.
Studijní program „Výchova ke zdraví“ umožní posluchačům využívat vědecky ověřené zkušenosti a postupy v prevenci, ochraně a posilování zdraví tak, aby ve svém pracovním zařazení, v souladu s meziresortně pojímaným systémem péče o zdraví, působili účinně a humánně. Koncepčně hodláme připravit absolventy pro co nejširší uplatnění v praxi jednak v oblasti státních služeb – ve školství, ve speciálních školách a zařízeních, diagnostických a nápravných ústavech, v DDM, v domovech důchodců apod., a dále v oblasti komerční rekreace, cestovního ruchu, v centrech volného času apod.
Hlavním záměrem rozvoje je umožnit v kontextu s výše uvedenými tendencemi vysokoškolské studium zájemcům z jihočeského regionu a z jiných regionů ČR, případně i zahraničním studentům.
Další:
Navrhuji zřídit samostatné oddělení na PF JU k 1. 1. 2006 a spolu s tím jmenovat pracovníky daného oddělení (doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc. Mgr. Vlasta Kursová, Mgr. Jan Schuster), jasně vymezit jejich kompetence a úvazky. Vzhledem k tomu, že uvedení pracovníci PF JU jsou v současné době na KTVS, doporučuji pro akademický. rok 2005/2006, aby tito pracovníci zajistili výuku povinných předmětů oboru Tělesná výchova, ve kterých učí, neparticipovali již na výběrových a povinně volitelných předmětech KTV. Tím bude umožněno kvalitní zajištění a zvládnutí úkolů nového pracoviště (příprava a realizace přijímacího řízení, vybavení oddělení, výuka), dokončení doktorandského studia magistrů a pro KTVS tak bude umožněno překlenutí problematiky spojené s převedením osob na nové oddělení.
Vyřešit situaci Mgr. Vlasty Kurzové vzhledem ke konkurzu v květnu 2006.

V Českých Budějovicích, dne 1. 10. 2005 Doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.

III. ANOTACE

studijní obor Výchova ke zdraví (pracovní název)

Navrhuji garantovat tento studijní obor na PF JU v Českých Budějovicích zprvu ve stupni Bc. (později i Mgr.) ve formě presenční, případně i kombinované. Současně vytvořit podmínky pro studium studentů univerzity III. věku.

Zaměření studijního oboru

Podpora zdravého životního stylu všech věkových a sociálních skupin populace. Akcentována je pohybová aktivita v adekvátních pohybových režimech rekreace a sportu. Projektování intervenčních programů pro skupiny osob se specifickými problémy. Zvláštní pozornost by měla být věnována aplikaci a integraci výchovy ke zdravému životnímu stylu u dětí a mládeže ve školních podmínkách, včetně přípravy pro nově koncipovaný předmět „Výchova ke zdraví“. v této souvislosti rozvíjet fenomén tzv. „zážitkové pedagogiky“ ve výchově a rekreaci dítěte. Dále zkoumat ukazatele somatického a psychického vývoje osobnosti ve vztahu k motorice v dospělosti a ve stáří. Vytvořit kvalitní metodologické zázemí pro snižování nadváhy a řešení obezity. Dále se věnovat preskripci a optimalizaci životního režimu z hlediska prevence dalších civilizačních onemocnění. Studium směrovat vyváženě. Kromě fyzické složky postihnout i duševní, sociální a duchovní aspekty zdraví. K tomuto připravit zázemí psychologické a etikoterapeutické ve formě přednášek, seminářů, praktických cvičení a kurzů. Koncepčně připravit absolventy pro co nejširší uplatnění v praxi jednak v oblasti státních služeb – např. ve školství, ve speciálních školách a zařízeních, diagnostických a nápravných ústavech, v DDM, v domovech důchodců apod., a dále v oblasti komerční rekreace, cestovního ruchu, v centrech volného času apod.

Na základě dosavadních kontaktů rozvíjet intenzivně zahraniční pracovní kontakty a orientovat nové pracoviště pro Evropský projekt integrace aplikovaných pohybových aktivit v síti THENAPA a CEEPUS.

Milada Krejčí

IV. Kolegium 6. 4. 2004

Jako alternující členka kolegia děkana PF JU jsem byla pověřena následujícími úkoly:

- příprava podkladů pro začlenění „výchova ke zdravému žití“ do studijních programů učitelství
- připravit podklady pro akreditaci bakalářského studia „Výchova ke zdraví“ připravující odborníky pro zdravý životní styl v oblasti mimoškolní (viz. anotace)
- popř. připravit podklady pro akreditaci studia učitelství oboru „Výchova ke zdraví“ jako nové aprobace učitelského studia

Pedagogické fakultě JU v Českých Budějovicích se otevírá možnost vytvořit jedinečné pracoviště svého druhu v oboru „Výchova ke zdraví“.
Základem by měla být právě pedagogická specifikace naší fakulty připravující učitele pro různé stupně škol a odborníky pro pedagogické povolání v oblasti mimoškolní.
Vlastním přístupem k celé problematice „výchovy ke zdraví“ se lze odlišit od „konkurenčních“ institucí právě tím, co je podstatné pro univerzitní vzdělání v tomto oboru.
Nechceme se stát učilištěm pro komerční sféru rekreace a zdravého životního stylu, i když přípravu absolventů pro tyto účely nepodceňujeme a máme ji jako jednu možnou specializaci ve svých plánech.
Výchova ke zdraví má účel daleko vyšší a důstojnější, totiž ovlivňovat podstatným způsobem náplň celého života od dětství po seniorský věk. Máme-li ovlivňovat výchovu člověka, musíme umět pozitivně ovlivnit celý jeho život.
Při zakládání oboru se mi jeví jako nutnost změnit přístupy a duchovní habitus toho, kdo vychovává. Veškerá výchova ke zdraví by měla vycházet z předpokladu, že žák je subjekt, který se vyvíjí. Subjekt žáka není nic hotového, na co můžeme působit vypočitatelným způsobem a zde se skrývá ohromná potence fakulty ve smyslu pedagogické a psychologické specializace.
Fyzický, duševní, duchovní rozměr, to jsou tři úrovně, ve kterých ovlivňujeme žáka. Právě duchovní stránka nebyla v minulosti využívána a dostatečně pochopena. Požadavek objektivní prokazatelnosti, který se stal „základnou vědeckosti“ také v pedagogice a z velké části v psychologii, omezil subjektivní roli a emancipaci žáka.
Ve „Výchově ke zdraví“ máme možnost změnit tradiční přístupy a postoje k fenoménu zdraví a fenoménu výchovy. Předmětem studia není pouze biologický a behaviorálně psychický rozměr, ale bude zkoumán a studován také rozměr Self (jáství), ve smyslu jeho subjektivní bohatosti, zvláštnosti, hodnotové typiky, personální jedinečnosti.

V. Koncepce způsobu vedení katedry výchovy ke zdraví, jejího dalšího rozvoje a směřování

doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.

Vedení katedry

Uplatňování personalizačního zřetele k pracovníkům katedry a studentům;
Překonávání redukcionismu;
Řízení katedry v pevně a jasně vymezené struktuře úkolů a časovém harmonogramu;
Zaměření na efektivní komunikaci s pracovníky katedry a studenty založené na vzájemné důvěře a respektu;
Dodržování vnitřních předpisů;
Spravedlivé oceňování práce pracovníků katedry;
Systém odměn;
Motivace a podpora všech pracovníků katedry v oblasti personálního odborného růstu – habilitace, PhD., podpora i konzultace při vědeckém směřování, výzkumu a publikačních výstupech;
Motivace a podpora všech studentů k rozvoji jejich znalostí a kompetencí v duchu humanismu, humánních a etických cílů výchovy a podpory zdraví;
Zaměření na hospodárnost, efektivní využívání finančních zdrojů;
Zaměření na koherentní zvyšování kvality výuky v prezenčním i kombinovaném studiu oborů výchovy ke zdraví, včetně zvyšování kvality výukových opor, systému odborných praxí a kurzovní výuky.

Další rozvoj katedry a její směřování

Pod mým vedením byly připraveny a následně akreditovány (případně již reakreditovány) v letech 2004 – 2011 obory „Výchova ke zdraví“– bakalářské studium v prezenční i kombinované formě, „Vychovatelství se zaměřením na výchovu ke zdraví“ magisterské studium v prezenční i kombinované formě, „Výchova ke zdraví“ se zaměřením na vzdělávání“ - bakalářské studium v prezenční formě, „Výchova ke zdraví- učitelské studium“- magisterské studium v prezenční formě. Cílem dalšího směřování je udržet tuto škálu akreditovaných oborů, které plně korespondují se zaměřením PF JU a celkovou strategií edukace občanů ČR. O studia je opakovaně vysoký zájem.

Dalším perspektivním cílem je akreditace Rozvinout již realizované poradenství pro zdravý životní styl při katedře výchovy ke zdraví PF JU, které vzniklo jako podmíněný výstup projektu ve spolupráci s univerzitou v Pasově.

V letech 2009 – 2010 jsem připravila koncepci studia VKZ „Výchova ke zdraví“ pro potřeby U3V, která začíná být nyní aktuální na PF JU. Lze uvažovat i o směřování v tomto směru, po reálném zvážení kapacit.

Studia, na kterém byla započata má práce v říjnu 2011 ve spolupráci s pracovištěm v Plzni - ZČU.

Celou koncepci vedení katedry nadále směřovat k rozvoji pracoviště s vysokou odborností, vědeckým rozmachem a s vysokou celostátní a mezinárodní reputací.

Vzhledem ke stávající výborné odborné spolupráci s odborníky a pracovišti v zemích: Bulharsko, Německo, Nizozemí, Polsko, Portugalsko, Rakousko, Řecko, Slovinsko, Slovensko, Švýcarsko, Indie, Japonsko, Velká Británie, USA, se dále zaměřovat a prohlubovat spolupráci v oblasti Asie (již existující spolupráce na projektech s Japonskem a Indií). v roce 2012 jsem byla přizvána ke koordinaci výzkumné

tripartitní spolupráce pracovišť JU – univerzit v Indii a univerzit v Oceánii. Otevírá se zde nová, důležitá možnost vědecké spolupráce pro učitele i studenty.
Udržet stávající výbornou úroveň a kontinuitu v řešení podpory zdraví pedagogů v projektech EU (Brusel).
V kontextu spolupráce se zahraničními pracovišti zvyšovat a podporovat mobilitu studentů oborů výchovy ke zdraví.
Využívat současné vybavení laboratoře KVKZ a rozvíjet laboratorní výzkum. Vzhledem k profilu absolventů oborů výchovy ke zdraví (vychovatel, učitel) podporovat a rozvíjet také výzkum „ v terénu“, výzkum pedagogický.
V kontextu spolupráce se zahraničními pracovišti zvyšovat a podporovat mobilitu studentů oborů výchovy ke zdraví.
V tomto kontextu pokračovat v tradici bienále mezinárodní konference „Výchova ke zdraví a kvalita života“, kterou jsem iniciovala v roce 2007 ve spolupráci s ZSF JU a TF JU. Je tak vytvářena mezinárodní platforma pro vědecká setkávání pedagogů, psychologů, kinantropologů, lékařů a jiných odborníků. Byly již uskutečněny tři ročníky - 2007, 2009, 2011, na kterých se podíleli pracovníci a studenti katedry výchovy ke zdraví.
Rozvinout již realizované poradenství pro zdravý životní styl při katedře výchovy ke zdraví PF JU, které vzniklo jako podmíněný výstup projektu ve spolupráci s univerzitou v Pasově.
V letech 2009 – 2010 jsem připravila koncepci studia VKZ „Výchova ke zdraví“ pro potřeby U3V, která začíná být nyní aktuální na PF JU. Lze uvažovat i o směřování v tomto směru, po reálném zvážení kapacit.

V Českých Budějovicích 22. 6. 2012 Milada Krejčí

Korespondence s p. velvyslancem H. Kmoníčkem,

Joint Task Force:
Nature and Human Health
University of South Bohemia

The list of pertinent themes - 2012
- Antimicrobial potential of patato tuber proteins nad peptides (mainly patatins and protease inhibitors)
- Potato production systems and quality of potato tubers
- Crop management of Jerusalem artichoke and use of it´s tubers
- „minority crops“ and their potential role in human health (buckwheat,millet,naked oats,spelled)
-Fytochemical intake and human health
(polyphenols,anthocyanines,resveratrol,flavonoides)
- Levandel and human health
- Fermented food products and human health (lactic and alcoholic fermentation,bread)
- Humic susbstances nad human health (peat, fen-peat, torf, humic acids,fulvic acids, humic substances)
- Prebiotics,probiotics,synbiotics and human health
- New consumer in food market, functional food
- Education to health
-Yoga pracrticing and human Health (focus on diabetes)