

Příloha k protokolu o SZZ č.: ..... Diplomant: Bc. Tereza Houšková

Vysoká škola: PF JU

Aprobace: Učitelství AJ a OV pro 2. stupeň ZŠ

Katedra: pedagogiky a psychologie

Recenzent diplomové práce: Mgr. A. Nohavová, Ph.D.

Datum odevzdání posudku: 12.5.2014

## POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

### *Název: Zdravý životní styl žáků II. stupně základní školy*

Studentka T. Houšková ve své diplomové práci zkoumá zdravý životní styl žáků 2. stupně základní školy. Konkrétně ji zajímají témata, která jsou probírána v předmětu Výchova ke zdraví a postoj studentů k těmto tématům. V teoretické části nejprve vysvětluje pojmy zdraví a zdravý životní styl a dále se zabývá faktory, které ovlivňují zdravý životní styl – zdravá výživa a tělesný pohyb. Následují další témata, která jsou probírána v předmětu Výchova ke zdraví – stres a psychohygiena. Kapitola s názvem Škola a výchova ke zdraví uzavírá teoretickou část práce a považují ji za klíčovou ve vztahu k tématu diplomové práce.

Cílem realizovaného výzkumu bylo „zmapovat některá témata, která se váží k životnímu stylu žáků druhého stupně základní školy a jejich pohled na předmět Výchova ke zdraví“ (s. 48). Studentka v dotazníkovém šetření zkoumala „nejen životní styl žáků, ale také jejich postoj vůči předmětu Výchova ke zdraví a jeho tématům“ (s. 78). Data získala na 2. stupni ZŠ se sportovním zaměřením v Českých Budějovicích (N=116). Autorka práce výsledky výzkumu představuje v procentuálním vyjádření, které je doplněné účelnými grafy a tabulkami.

Diplomantka zjistila, že žáky nejvíce zajímá téma zdravý životní styl a sexuální výchova. Již jim přijde zbytečné se zabývat duševní hygienou, kterou vnímají jako fyzický odpočinek, ale zároveň si myslí, že by jim používání metod duševní hygieny mohlo pomoci při zvládání stresu ve škole. Pro život jim přijde důležité téma zdravý životní styl, sexuální výchova, stres a jeho zvládání (viz závěr práce na stranách 78-79).

Co ale tyto výsledky říkají o předmětu samotném, způsobu vedení výuky a výchovně-vzdělávacích cílech předmětu na škole, kde byl výzkum prováděn? Autorka práce sice zjistila, jak studenti přistupují k vybraným tématům Výchovy ke zdraví, ale její interpretace není podložena hlubším porozuměním, jak se s tématy na škole pracuje, jakým způsobem jsou témata probírána, a proto z práce nelze vytěžit více než pouhé konstatování bez pochopení a analýzy, proč tomu tak je.

Dílejší připomínky:

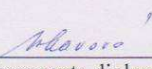
V teoretické části autorka práce uvádí zásady zdravé výživy, ale již se nevěnuje tématům poruchy příjmu potravy, včetně orthorexie nebo bigorexie, které by i vzhledem k výzkumnému souboru (žáci ZŠ se sportovním zaměřením) a výsledkům výzkumu (68 % dívek chce zhubnout a 6 % dívek chce přibrat, 26 % chlapců chce zhubnout a 12 % chce přibrat) byly na místě. To je jenom příklad, jakým způsobem studentka mohla téma zkoumat podrobněji.

Jedním ze zkoumaných předpokladů je, že žáci si pod pojmem zdravý životní styl představují nejčastěji jen zdravé stravování a dostatek pohybu (s. 48, 72 n.). Pro potvrzení předpokladu autorka stanovila hranici, kdy „alespoň polovina žáků definovala pojem zdravý životní styl pouze jako zdravé stravování a dostatek pohybu“ (s. 48). Diplomantkou hypotéza nebyla potvrzena, i když z její interpretace vyplývá, že 51,7 % dotázaných považuje za zdravý životní styl dostatek pohybu anebo zdravé stravování a 48,3 % dotázaných odpovědělo, že je to nejen pohyb a strava. Její závěr je diskutabilní. Stejně tak diskutabilní je vyjádření, že „většina žáků si myslím, že duševní hygiena je pouze fyzický odpočinek“ (s. 79 n.), čímž může být dle slov autorky práce zapříčiněna neoblíba a nepotřebnost tohoto tématu, ale přitom sama autorka práce v dotazníku duševní hygienu vysvětluje jako „relaxaci a duševní pohodu“, což by mohly být návodné interpretace duševní hygieny pro žáky. Podobných dílčích nepřesností se v práci vyskytuje více.

Závěr:

Diplomantka téma uchopila příliš zešíroka a to jak v teoretické, tak praktické části práce a tudíž celá diplomová práce přináší pouze obecné poznatky a výsledky výzkumu lze interpretovat pouze v rovině konstatování bez hlubšího porozumění dané problematiky. I přes výše uvedené připomínky práce splňuje požadavky kladené na diplomovou práci a práci doporučuji k obhajobě.

Návrh na klasifikaci diplomové práce: **velmi dobře**

  
podpis recenzenta diplomové práce

V Českých Budějovicích dne 11.5.2014

|                       |         |             |       |           |
|-----------------------|---------|-------------|-------|-----------|
| Stupeň<br>klasifikace | výborně | velmi dobře | dobře | nevyhověl |
|-----------------------|---------|-------------|-------|-----------|