

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

Fakulta pedagogická
Katedra psychologie

PROTOKOL O HODNOCENÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE (Posudek vedoucího práce)

Práci předložil(a) student(ka): **Marie Lesová**

Název práce: **Životospráva současné mládeže na vybrané SŠ**

1. CÍL PRÁCE

Problematika správné životosprávy je často zmiňované téma v souvislosti s dnešním životním stylem. Dodržování zásad správné životosprávy je důležité z hlediska somatického i psychického zdraví. Zvláště pak tato oblast zaujímá důležitou roli v životě mladé dospívající generace. Autorka se zaměřila vzhledem ke své profesi na žáky Hotelové školy v Plzni. Cíl, který si vytkla, se jí podařilo splnit.

2. OBSAHOVÉ ZPRACOVÁNÍ

Teoretická část mapuje základní otázky životosprávy, podrobněji jsou rozebrány její jednotlivé aspekty z hlediska uplatňování důležitých zásad. Zvláštní pozornost je věnována faktorům ohrožujícím psychosomatické zdraví, jako je alkohol, kouření, drogy, ale i stres. Opomenuta není ani charakteristika vývojového období adolescence jako cílové skupiny. Prakticky velmi užitečná je kapitola o životosprávě adolescentů.

Výzkumná část rozsahem koresponduje s teoretickými východiský a má odpovídající strukturu. Autorka stručně charakterizuje cíl a úkoly výzkumu, metodiku a vzorek respondentů, jímž je 52 žáků 3.ročníku studijního a učebního oboru Hotelové školy v Plzni. Právě srovnání těchto dvou skupin bylo i jedním z cílů výzkumného šetření. K výzkumu bylo použito dotazníku vlastní konstrukce, který měl zjistit postoje žáků k správné životosprávě a dodržování jejích zásad. Interpretace výsledků je provedena pečlivě, autorka uvádí kvantitativní údaje v tabulkách s absolutními i procentuelními hodnotami. Zároveň každá položka dotazníku je opatřena komentářem zahrnujícím i hodnotící pohled autorky. Zobecnující charakter má následné shrnutí, v němž je využito komparativního postupu. Na základě zjištěných výsledků jsou navržena určitá nápravná opatření, což je jistě velmi užitečnou částí práce.

3. FORMÁLNÍ ÚPRAVA

Celá bakalářská práce má vyhovující strukturu, je možné se v ní snadno orientovat. Jazykový projev je na dobré úrovni. Barevně ztvárněné tabulky vhodně doplňují text a opět nepostrádají přehlednost a čitelnost. Autorka správně využívá v teoretické části odkazů na zdroje informací, seznam literatury včetně internetových zdrojů je dostačující. Pěkně vypadají i barevné přílohy a fotografie uváděné v příloze.

4. STRUČNÝ KOMENTÁŘ HODNOTITELE

Bakalářská práce po stránce obsahové i formální odpovídá požadavkům a je kvalitně zpracovaným příspěvkem k dané problematice. Autorka prokázala schopnost práce s odbornou literaturou i samostatné realizace výzkumného šetření. Svým tématem i způsobem jeho ztvárnění má předložená práce značný praktický význam.

5. **OTÁZKY DOPORUČENÉ K BLIŽŠÍMU VYSVĚTLENÍ PŘI OBHAJOBĚ**

- 1) V které oblasti životosprávy mají žáci největší rezervy ?
- 2) Zaznamenala jste nějaký zásadní rozdíl mezi oběma skupinami respondentů?

6. **NAVRHOVANÁ ZNÁMKA: *v ý b o r n ě***

Datum: 11.5.2012



Podpis: PhDr. Alexandra Aišmanová
vedoucí práce