



ČESKÉ VYSOKÉ UČENÍ  
TECHNICKÉ V PRAZE  
MASARYKŮV ÚSTAV  
VYŠŠÍCH STUDIÍ

# Postoje žáků SOŠ k aktivnímu životnímu stylu

## Attitudes of pupils of secondary vocational school to an active life-style

Autor: Dagmar Eretová  
Vedoucí práce: PhDr. Michaela Tureckiová, CSc.  
Akademický rok: 2017/2018

## Abstrakt

Tématem bakalářské práce je aktivní životní styl současné učňovské mládeže.

Je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. V teoretické části bude popsán aktivní životní styl, jeho složky, faktory a adolescence, jako vývojové období.

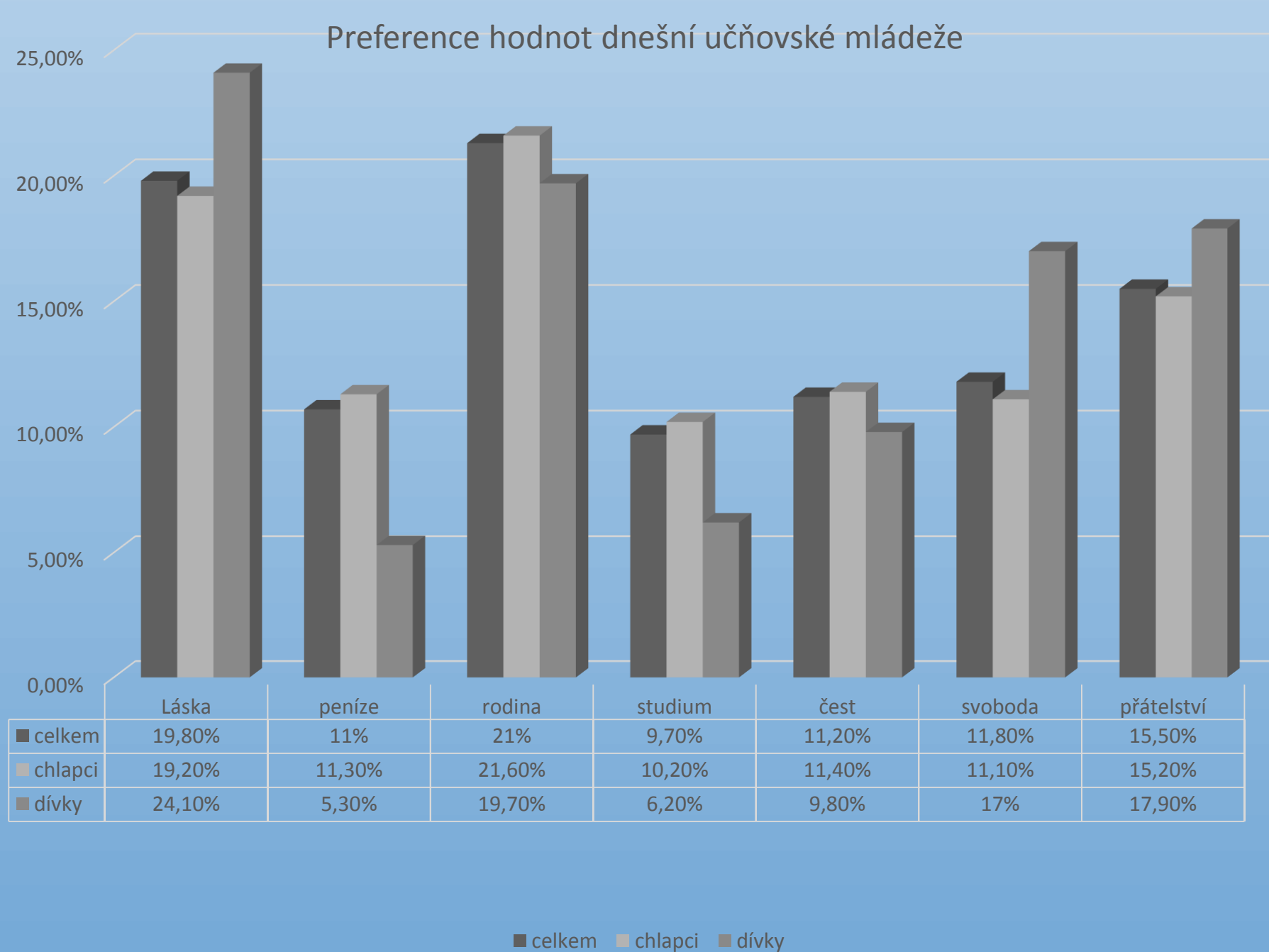
Cílem praktické části je zjistit dotazníkovým šetřením názory a postoje žáků středního odborného učiliště k danému tématu.

## Úvod

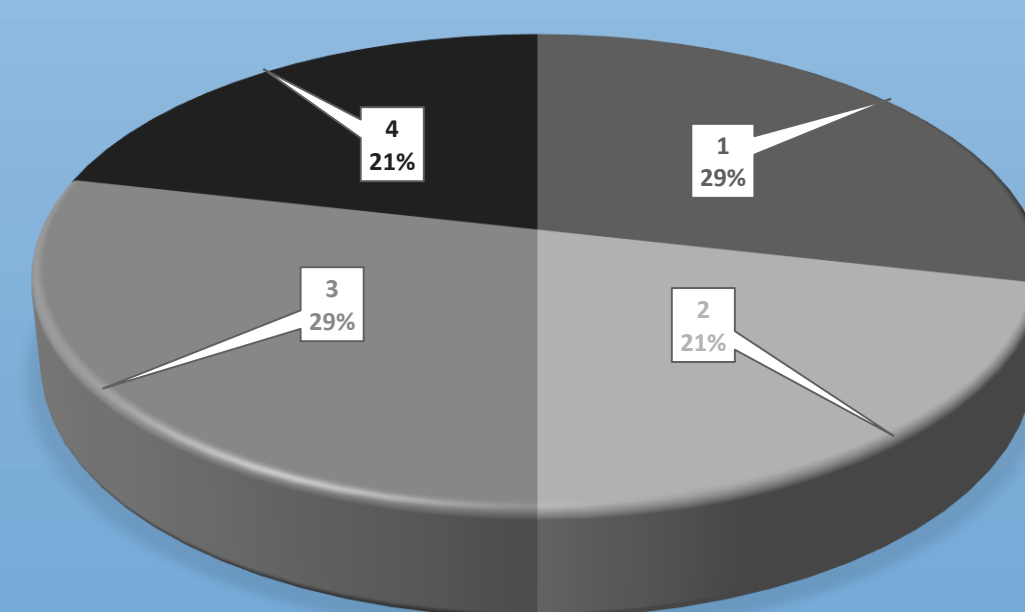
Tématem mojí bakalářské práce je životní styl současné mládeže. Dala jsem si za úkol zmapovat postoje žáků střeň odborné školy k aktivnímu životnímu stylu.

Jedná se o velmi důležité téma, jelikož následkem nekvalitního využití volného času je mnohdy nejen kouření cigaret, požívání alkoholu nebo hraní na automatech, ale i kouření marihuany nebo závislost na drogách, v horších případech se bohužel může jednat i trestnou činností jako jsou například krádeže či ublížení na zdraví. Dnešní mládež mnohdy tráví čas těmito „volno časovými“ aktivitami, a tím si vytváří špatné názory, hodnoty, postoje a společenské role, které si s sebou nese do další etapy svého života.

Chtěla bych zjistit, zda většinu současné mládeže uspokojuje sledování televize, trávení času na internetu, komunikace na sociálních sítích, kouření, návštěva barů a restaurací anebo raději sportují, či rozvíjejí své schopnosti a znalosti jinými způsoby.



28% ŽÁKŮ SI MYSLÍ ŽE MAJÍ ZDRAVÝ A  
AKTIVNÍ ŽIVOTNÍ STYL



Zdroj: vlastní zdroj

## Závěr

Ve své bakalářské práci jsem se zaměřila na zjištění postojů žáků střední odborné školy k aktivnímu životnímu stylu. Bylo pro mne velkou výzvou poznat hodnoty dnešní mládeže a její názory na svůj životní styl.

## Použitá literatura

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. Vývojová psychologie. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.

MACEK, Petr. Adolescence. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-747-7.

MUŽÍK, Vladislav, ed. Výživa a pohyb jako součást výchovy ke zdraví na základní škole: příručka pro učitele. Brno: Paido, 2007. ISBN 978-80-7315-156-0.