

**Česká zemědělská univerzita v Praze**

**Provozní ekonomická fakulta**

**Katedra humanitních studií**



**Teze bakalářské práce**

**Zdravý životní styl mladé populace**

**(Healthy lifestyle of young population)**

**Adriana Polívková**

## **Souhrn**

Bakalářská práce se zaměřuje na zdravý životní styl mladé populace a s tím spojené instituce, které jsou určeny pro trávení volného času mládeže. Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část.

V současnosti je životní styl a způsob života mládeží chápán různě a ne vždy je směřován vhodným způsobem, přestože možností pro zvolení životního stylu je v dnešním světě mnoho. Zvolený způsob životního stylu má značný vliv a dopad na celý život jedince a jeho pozdější rozvoj, proto je důležité směřovat jej prospěšně. Je důležité, aby existovalo značné množství institucí, které vyplní způsob života a nabídnou možnost volby, jak by mohla dnešní mládež trávit volný čas. U takovýchto institucí je důležité, aby poskytovaly mládeži tu nejlepší péči a zároveň, aby plnily své poslání.

Analýza zvolené instituce je provedena na základě jejího detailního zkoumání a následně závěrečného zhodnocení.

## **Cíl práce**

Cílem teoretické části bakalářské práce bylo formulovat veškeré pojmy související s daným tématem "Zdravý životní styl mladé populace". Tyto pojmy byly dále aplikovány v praktické části. Zde byla provedena analýza vybrané organizace ve Středočeském kraji, v instituci Informační centrum pro mládež Slaný. Dále bylo zjištěno, zda si vybraná organizace plní své poslání. Součástí analytické části práce bylo i zmapování ostatních organizací a institucí, které se v tomto regionu nacházejí. Posouzení poslání organizace bylo provedeno na základě analýzy technického zázemí, personálního zabezpečení a finančního zajištění. Ze získaných výsledků analýzy byla navržena opatření ke zlepšení.

## **Metodika práce**

Vypracování teoretické části bylo uskutečнено formou literární rešerše na základě studia odborné literatury, internetových zdrojů a dalších dostupných materiálů. Zde jsou objasněny pojmy týkající se zdraví a zdravého životního stylu, dále také všech faktorů životního stylu a pohled mládeže na zdravý životní styl.

Praktická část bakalářské práce je založena na výzkumu, který vychází z hypotézy o poslání vybrané organizace. Data potřebná k otestování této hypotézy byla získána

metodou analýzy institucí podle Bronislawa Malinowského. V rámci práce byl proveden výzkum ve vybrané organizaci ve Slaném, který zahrnoval pozorování, dotazování, rozhovory a studium dostupných interních materiálů. Na základě získaných informací bylo zhodnoceno šetření a navržena opatření ke zlepšení.

## **Výsledky a diskuse**

Veškeré analytické části práce bylo zjištěno, že si ICM Slaný své poslání, kterým je poskytování informací a poradenství a to nejen prostřednictvím informatických zdrojů, ale i řešení situace a motivováním uživatele k aktivnímu přístupu k problému, plně naplňuje. Tato skutečnost je zejména, nebo spíše návštěvník v ICM a spíše dobrovolník realizujících své projekty neustále přibývá. Práce v ICM je prováděna především mládeží a je pro organizaci důležitá, nebo mládež sama nejlépe ví, jaké aktivity a aktivity zaujmou právě tuto věkovou skupinu.

Veškeré analýzy organizace nebyly shledány žádné nedostatky, které by se ICM daly vytknout. Návštěvu této organizace mohou doporučit nejen zdejší mládeži, ale komukoli, kdo potřebuje poradit, nebo jen zaplnit svůj volný čas. Velkou zásluhu na provozu této organizace má Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy a také organizatel, ti poskytují organizaci dotace. Bez toho úspěch byinnost ICM nebyla možná. Jediné navržené opatření ke zlepšeníinnosti organizace, je žádost o vyšší dotace, aby se realizace projekt mohla lépe rozvíjet.

## **Závěr**

Závěrem bych ráda podotkla, že jsem se v bakalářské práci snažila plnit veškeré cíle, které byly předepsány práce stanoveny, a věřím, že se mi to povedlo.

V teoretické části byly vysvětleny základní pojmy, které souvisí s tématem Zdravý životní styl mladé populace.

V praktické části byla provedena analýza vybrané instituce ICM Slaný z hlediska technického vybavení, personálního zabezpečení a finančního zajištění organizace. V rámci výzkumu byly také zmapovány ostatní instituce, které se ve Slaném nachází. Dále bylo posouzeno, že si organizace své poslání plní a nebylo tedy co ICM vytknout.

## **Seznam použitých zdroj**

ELEDOVÁ, L., EVELA, R. *Výchova ke zdraví*. 1.vyd. Brno: Grada, 2010. 128 s. ISBN 978-80-247-3213-8.

MARKOVÁ, M., *Determinanty zdraví*. 1.vyd. Brno: NCO NZO, 2012. 54 s. ISBN 978-80-7013-545-7.

EHULA, E., REISSMANNOVÁ, J., a kol. *Současná trendy výchovy ke zdraví*. 1.vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2013. 415 s. ISBN 978-80-210-6316-7.