

**Univerzita Hradec Králové Pedagogická**

**fakulta**

**Katedra pedagogiky a psychologie**

**Jméno autora:** Michala Militká

**Název práce:** Zdraví a zdravý životní styl žáků praktické školy

**Oponent práce:** Mgr. et Mgr. Lukáš Novák

Michala Militká ve své bakalářské práci se zaměřuje na zdraví a zdravý životní styl žáků praktické školy. Autorka rozdělila svou práci na teoretickou část, kde definuje zdravý životní styl a vymezuje jeho klíčové složky jako strava, pohybová aktivita a spánek, a praktickou část, která se věnuje analýze vlivu školního prostředí na podporu zdravého životního stylu u žáků s speciálními vzdělávacími potřebami. Práce je dobře strukturovaná a teoretické poznatky jsou pečlivě aplikovány na praktické příklady a výzkumné zjištění. Výzkum je založen na kvalitativní metodě, která umožňuje hlubší pochopení zjištěných dat a reflexi ovlivňujících faktorů.

Celkově je tato práce dobrým příspěvkem k pochopení jak zdravý životní styl ovlivňuje žáky s speciálními vzdělávacími potřebami a jak mohou školy tuto oblast efektivně podporovat. Doporučuji práci k obhajobě.

**Otázky k obhajobě**

Jaké kvantitativní metody byste navrhla pro další rozšíření vašeho výzkumu?

Jaké strategie byste doporučila pro zvýšení angažovanosti rodičů v podpoře zdravého životního stylu doma?



V Hradci Králové 24. 5. 2024

Mgr. et Mgr. Lukáš Novák