

# ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Nikola Letavcová

Učitelství praktického vyučování

Název práce

**Psychohygienu v pedagogickém kontextu**

Název anglicky

**Psychohygiene in a pedagogical context**

---

## Cíle práce

Cílem této práce je zkoumat psychohygienu v pedagogickém kontextu. Autorka se zaměří na zhodnocení významu sportu pro zdraví a pohodu učitelů středních odborné školy, event. středního odborného učiliště.

Závěry práce by měly přispět k lepšímu porozumění významu pravidelného sportu na psychohygienu pedadaogů.

## Metodika

V teoretické části autorka nastuduje vybranou problematiku v dostupných informačních zdrojích. Vymezí příslušnou terminologii a deskribuje teoretická východiska související s tématy psychohygieny, stresu, pohybu a tělesné aktivity a příbuzných témat.

V praktické části přinese analýzu formou kvantitativního šetření na vybrané střední odborné škole. Zaměří se na význam pravidelného sportu v konkrétních kazuistikách pedagogů. Zjištěné se pokusí zobecnit či přinést srovnání ze dvou odlišných typů škol.

Studentka vypracuje práci v souladu s Průvodcem zpracováním bakalářské práce (vydalo IVP) a průběžně konzultuje emailem či osobně. Práci odevzdá vedoucímu práce do poloviny února 2024.

## Doporučený rozsah práce

35 stran

## Klíčová slova

psychohygiena; sport;

---

## Doporučené zdroje informací

- BEDRNOVÁ, Eva a PAUKNEROVÁ, Daniela. Management osobního rozvoje: duševní hygiena, sebeřízení, efektivní životní styl. 2., aktualizované a doplněné vydání. Praha: Management Press, 2015. 413 stran. ISBN 978-80-7261-381-
- BENDIKOVA, E.: Theory of Health, Movement and Lifestyle of Human Beings. Debrecen: Debrecen University. 2017
- HAVLÍNOVÁ, Miluše et al. Program podpory zdraví ve škole: rukověť projektu Zdravá škola; ed. 1. vyd. Praha: Portál, 1998. 275 s. ISBN 80-7178-263-7.
- HENNIG, Claudius a KELLER, Gustav. Antistresový program pro učitele: projevy, příčiny a způsoby překonání stresu z povolání. 1. vyd. Praha: Portál, 1996. 99 s. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-093-6.
- ŘEHULKA, Evžen. Psychohygienické otázky pedagogické psychologie: určeno pro posl. fak. pedagog. 1. vyd. Praha: SPN, 1988. 92 s.
- SLEPIČKA, Pavel. Psychologie sportu. Karolinum. Praha 2020. ISBN: 9788024647449
- VALÁŠKOVÁ, Magdalena; KERN, Hans. *Přehled psychologie*. Praha: Portál, 2000, 2000. ISBN 80-7178-426-5.

---

## Předběžný termín obhajoby

2023/24 LS – IVP

## Vedoucí práce

PhDr. Andrea Hlubučková

## Garantující pracoviště

Katedra profesního a personálního rozvoje

---

Elektronicky schváleno dne 30. 5. 2023

**Mgr. Jiří Votava, Ph.D.**

Vedoucí katedry

---

Elektronicky schváleno dne 21. 6. 2023

**prof. Ing. Petr Valášek, Ph.D.**

Pověřený ředitel

V Praze dne 27. 03. 2024