

V současné době je otázka životního stylu velice aktuální. Výzkumy týkající se životního stylu obyvatel České republiky přináší zneklidivé výsledky. Všeobecně se hovoří o společnosti, která upřednostňuje konzumní způsob života podporovaný médii a volný čas tráví spíše pasivním než aktivním způsobem. Závažná zdravotní onemocnění, která dnešní populaci postihují, souvisejí také se špatnými stravovacími návyky a nedostatkem pohybu.

Tato diplomová práce se věnuje problematice životního stylu učitelů základních a středních škol. Učitel by měl být pro své žáky a studenty vzorem, protože je nejen vzdělává, ale i vychovává. Ne pouze slovy, ale celou svou osobností a způsobem života by jim měl být dobrým příkladem. Právě učitel tělesné výchovy funguje jako motivační činitel v oblasti pohybové aktivity a sportu.

V diplomové práci se zaměřuji na životní styl učitelů tělesné výchovy a porovnávám ho se životním stylem učitelů ostatních vyučovacích předmětů. Zjišťuji, jaký význam přikládají učitelé pohybovým a sportovním aktivitám a jak je pro ně důležité dodržovat zásady zdravého životního stylu.