

**Vyšší odborná škola zdravotnická
a Střední zdravotnická škola
5. května 51, 140 00 Praha 4**

**METODIKA PRO PSANÍ MATURITNÍ PRÁCE
OBORU ZDRAVOTNICKÉ LYCEUM**



Praha 2026

Vážení žáci a žákyně,

vytvoření práce je součástí vaší maturitní zkoušky. O tématu práce přemýšlíte již v průběhu třetího ročníku, definitivní rozhodnutí však musí být v září čtvrtého ročníku, ve kterém budete odevzdávat anotaci (krátký popis práce v několika větách), kdy se pak sejde komise, která dané téma schválí, popřípadě doporučí jiné směřování maturitní práce nebo nové téma. A jaké téma vybrat? S rozvojem umělé inteligence se ztrácí možnost psát teoretické práce, které počítač dokáže vypracovat v řádech minut. Téma by mělo být takové, abyste se stali odborníky na dané téma, dokázali o něm hovořit a diskutovat při obhajobě práce, abyste dokázali reagovat na otázky, které během obhajoby dostanete.

Na psaní maturitní práce máte od zadání (15. listopadu) do odevzdání (15. dubna) půl roku, ve kterém první polovinu práce budete odevzdávat ke kontrole před Vánoci, druhou polovinu pak koncem února. Vždy je doporučeno nechat si nějakou časovou rezervu. Vedoucí práce by se měl/a k vaší odevzdané části vyjádřit do 14 dní, tedy nikoliv přes noc nebo do druhého dne. Vaše spolupráce s vedoucím práce a průběžné odevzdávání maturitní práce se odrazí v závěrečném hodnocení vaší práce.

Aby pro vás bylo jednodušší tuto práci napsat, v rámci výuky ICT jste se učili formátování cvičného textu, kde jste si vyzkoušeli citovat knižní, internetové i další zdroje, zopakovali jste si, jak udělat okraje stránek, jak vytvářet víceúrovňové číslování, používat styly pro psaní textů, jak vytvořit obsah nebo značit obrázky a grafy. Tyto podklady jsou dány isonormou a způsob dodržování těchto norem se zase odrazí v hodnocení práce.

Přejeme vám, aby se vám práce dařila a abyste z ní nakonec měli stejnou radost, jakou budou mít vaši vedoucí.

Aby tato metodika byla pro vás co nejpřehlednější, na příklady bylo využito tmavě šedé písmo oproti černému písmu, které značí, jak v metodice postupovat. V závěru metodiky jsou vytvořeny příklady jednotlivých listů, aby pomohly s lepší přehledností.

A HARMONOGRAM MATURITNÍ PRÁCE

Tabulka 1 Harmonogram maturitní práce

Zdroj: kolektiv autorů VOŠZ a SZŠ, 2024

Činnost	Termín splnění	Kontroluje/hodnotí
Výběr tématu a odevzdání krátkého shrnutí ¹ ke schválení	18. 9. 2026	Vyučující a vedoucí oboru zdravotnické lyceum
Schválení tématu práce ²	9. 10. 2026	Vyučující a vedoucí oboru zdravotnické lyceum
Odevzdání zadání maturitní práce	23. 10. 2026	Třídní učitel/ka
Odevzdání první části práce v rozsahu minimálně 5 stran	4. 12. 2026	Vedoucí maturitní práce
Odevzdání druhé části práce	1. 3. 2027	Vedoucí maturitní práce
Odevzdání definitivní verze práce	31. 3. 2027	Vedoucí maturitní práce
Odevzdání vytištěné a svázané maturitní práce	15. 4. 2027	Vedoucí maturitní práce Oponent maturitní práce
Převzetí posudků maturitní práce	Nejpozději 10 dní před obhajobou maturitní práce	Vedoucí maturitní práce Oponent maturitní práce

¹ Shrnutí bude dlouhé 5-10 řádků, kde žák/yně popíše směřování své práce (cíl) a představí její podobu.

² Pokud téma práce nebude schváleno, bude žákovi/žákyni vyučujícími oboru doporučeno, jak téma uchopit, popř. bude doporučeno jiné téma.

B FORMÁLNÍ ÚPRAVA

Rozsah stran práce je 10–20 normostran vlastního textu, tedy od úvodu po závěr bude mít práce 18 000–36 000 znaků včetně mezer. Normostranou se obecně rozumí strana textu obsahující 1 800 znaků včetně mezer.

V práci **se nepoužívá tučné** nebo **podtržené písmo**, výjimku tvoří kurziva u latinských názvů a přímá citace.

Okraje stránek jsou nastaveny takto: zleva 3,5 cm, zprava 2,5 cm, nahoře 3 cm a dole 2 cm.

Typ písma Times New Roman, pro běžný text je použita velikost písma 12.

Řádkování 1,5.

První řádek odstavce je odsazen zleva o 0,7 cm (nastavuje se pomocí formátování).

Všechny nadpisy kapitol a podkapitol všech úrovní jsou psány **tučným písmem**. Pro číslování kapitol se používá víceúrovňové členění:

1 NÁZEV HLAVNÍ KAPITOLY (velikost písma 16, velká písmena, za nadpisem je 30 bodů mezera, název hlavní kapitoly je vždy na nové straně.)

1.1 Název podkapitoly (velikost písma 14, před nadpisem 18 bodů, mezera za nadpisem 12 bodů, odsazení zleva 1,5 cm)

1.1.1 Název další podřazené podkapitoly (velikost písma 12, před nadpisem 12 bodů, za nadpisem 6 bodů, odsazení zleva 2,5 cm)

Třetí členění by mělo být konečné. Další text po třetím členění se píše ihned pod nadpis. Za poslední číslici při číslování ani na konci nadpisu se nedělá tečka. Kapitoly prvního členění začínají vždy na nové stránce. V obsahu se objevují pouze nadpisy do třetí úrovně členění (např. 1.1.1)

V nadpisech bez rozdílu nadřazenosti se nikdy nepoužívají **zkratky** ani dosud nevysvětlené **cizí pojmy** nebo **názvy**.

Zkratky v textu by se měly používat výjimečně, pokud ano, měly by být vždy vysvětleny (Příklad: ... svědci události zahájili kardiopulmonální resuscitaci (dále jen KPR). Než přijela posádka záchranné služby, KPR trvala 12 minut.) V případě použití většího počtu zkratek je vhodné před kapitolu Seznam použitých zdrojů zařadit ještě kapitolu Seznam zkratek, kde uvedete v abecedním pořadí jednotlivé zkratky a zde je také vysvětlíte.

Text práce je zarovnán do bloku, je psán **plynule** bez ohledu na končící řádek. Klávesa **ENTER** je použita pouze v případě ukončení celého **odstavce** Na konci téměř každého odstavce je vložen do závorek **odkaz na literaturu – zdroj**, ze kterého byla informace čerpána, což odpovídá ČSN ISO 690/2011. Příklad: (MAŘATKA, 2015)

B.A Způsob psaní textů

V celé práci se užívá **parafrázování textu**, tedy text ze zdroje je uveden vlastními slovy. Tři za sebou jdoucí slova jsou považována za přímou citaci. Toto neplatí pro názvy nebo běžná sousloví (Příklad: „Hasičský záchranný sbor České republiky“ nebo „pravidelná preventivní zdravotní prohlídka“ se nepovažuje za přímou citaci).

Pokud je text parafrázován z více zdrojů v jednom odstavci, vždy se uvádí všechny využitě zdroje. Buď po uvedení věty nebo souvětí uvedete autora, nebo všechny autory uvedete na konci odstavce.

Přímá citace je doslovné převzetí textu autora, který je psán v uvozovkách Za kurzivou. V maturitní práci by se měla vyskytnout alespoň jedna přímá citace a naopak, přímých citací může být maximálně 10 % z celého textu práce.

Je možno uvést přímou citaci dvěma základními způsoby:

- „*Občanský zákoník (§2906) dokonce říká, že pokud se poskytovateli v době vykonávání činnosti v krajní nouzi stane jakákoliv škoda, může ji uplatnit i proti tomu, v jehož zájmu jednal. Náklady však musí být přiměřené. V praxi by to znamenalo, že soused, kterému jste svým jednáním nejprve rozbili okno a pak mu zachránili život, po vás nemůže požadovat náhradu škody za zasklení, ale naopak vy můžete požadovat proplacení bundy, kterou jste si rozřízli o střep při jeho záchraně.*“ (MALÁ, a další, 2016 str. 13)

- V knize s názvem *Volali jste záchranku?* z roku 2014 od docenta Viliama Dobiáše se na str. 77 dočteme: „*Já jezdím pomalu, já jezdím jen po městě, já si dávám pozor... To poslouchám jako nejčastější důvody, proč cyklisti nenosí přilbu. Už jsem zažil úraz hlavy a mozku s trvalými následky i s úmrtím při pádu, který se stal během pomalé jízdy, jízdy ve městě a také těm, kteří si dávali pozor.*“

V celé maturitní práci je povolena 10 % shoda v přímých citacích a celkově 15 % podobnosti s jiným textem. Pro kontrolu podobnosti (zejména parafrázovaného textu) je vhodná kontrola na serveru odevzdej.cz, který do několika dnů vyhodnotí procento shody s jinými dokumenty.

Méně vhodné je do textu vkládat **odrážky**. Pokud je to nutné a dané téma si vyžaduje tento způsob zápisu, pak autor použije jednotný symbol pro celý dokument pro označení **odrážky**. Za odrážkou napíše opět souvislý text, nikdy ne hesla, jedno slovo či spojení několika slov. **Závorky** musí být jednotné pro celou práci.

Latinské názvy živých organismů se píšou kurzivou, vždy je u rodového jména první písmeno velké a u druhového jména písmeno malé, v českém jazyce se užívá vždy malých písmen (Příklad: Nejstarším domestikovaným zvířetem je pes domácí, čemuž odpovídá i jeho název v latině – *Canis lupus familiaris*.). Ve zdravotnické a chemické terminologii se spousta latinských názvů stala běžnými i v hovorové řeči, takže nejsou často považována za slova cizí a píšou se bez kurzivy a malými písmeny (Příklad: nemocný měl na pohmat zvětšená játra, lékař stanovil diagnózu jako hepatitidu.)

Čísla stránek jsou vkládána na spodní část stránky uprostřed. Mohou být uvedena dvojitým způsobem – samostatné číslo nebo číslice mezi „pomlčkami“ (příklad: 8 nebo – 8 –). První očíslovanou stranou (**započítávají** se předchozí nečíslované strany) je kapitola „Úvod“. Poslední číslovanou stránkou je stránka se seznamem příloh (následující stránky s jednotlivými přílohami se nečíslují.).

Jednou z posledních úprav, které se dělají před dokončením textu práce, je odstranění předložek a spojek z konců řádků, pevnou vazbou musí být připojeny ke slovu, ke kterému se vážou. Jedná se o jednopísmenné **spojky** (a, i) a **předložky** (o, u, k, s, v, z), popřípadě i o dvoupísmenné předložky.

B.B Tabulky, grafy a obrázky

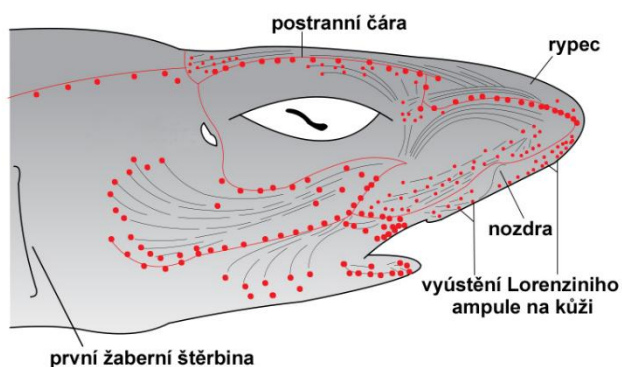
Tabulky, grafy, obrázky by měly být **přílohami** práce, kterou zpesňuje a dokresluje. Mohou ale patřit i **do souvislého textu** práce, kde by čistě popis nebyl dostatečně ilustrativní a vysvětlující. Pak se **tabulky, grafy a obrázky číslují** v tom pořadí, v jakém se objevují v textu, a umísťují se na místo, kde se o nich hovoří. Číslování je průběžné v celé práci formou Obrázek 1 či Tabulka 1. Číslované **titulky se umísťují nad obrázek, graf i tabulku**. Ve druhém řádku popisku **se** uvádí **zdroj**. Názvy obrázků, grafů a tabulek, resp. jejich legenda, se píšou v češtině a musí být dostatečně informativní, aby čtenář pochopil základní smysl i bez hledání popisného textu. Tento popis má velikost písma 10 bodů. V práci nemohou být stejné názvy pro různé tabulky a obrázky.

Příklad textu a uvedení obrázku:

Lorenziniho ampule jsou elektoreceptory na hlavě žraloka, které vnímají podněty při pohybu kořisti. Jejich rozmístění je zobrazeno na obrázku 1.

Obrázek 1 Lorenziniho ampule na kůži žraloka

Zdroj: HUH, 2008



Příklad tabulky:

V případě, že není možné mimořádnou událost odvrátit komplexním působením složek integrovaného záchranného systému a běžnou činností správních úřadů, vzniká krizová situace, kterou je nutno řešit vyhlášením krizového stavu. Podle stupně ohrožení jsou legislativně ukotveny čtyři druhy krizových stavů, jak je uvedeno v tabulce 2. (HLUBUČEK, 2020)

Tabulka 2 Druhy krizových stavů

Zdroj: HLUBUČEK, 2020

KRIZOVÝ STAV	VYHLAŠUJE	PRO ÚZEMÍ	NEJZAZŠÍ DOBA TRVÁNÍ
Stav nebezpečí	hejtman kraje	celý kraj nebo část kraje	30 dnů (déle se souhlasem vlády)
Nouzový stav	Vláda ČR	celý stát nebo omezené území státu	30 dnů (déle se souhlasem poslanecké sněmovny)
Stav ohrožení státu	Parlament ČR na návrh vlády	celý stát	není omezeno
Válečný stav	Parlament ČR	celý stát	není omezeno

C STRUKTURA PRÁCE

Práce má stanovené pořadí stránek, které není možné měnit:

- Titulní strana (pod průhlednou fólií)
- Zadání tématu maturitní práce (vyplňuje žák/yně samostatně se shrnutím, po podpisu ředitelky školy dokument naskenuje a vloží do práce jako obrázek)
- Prohlášení se souhlasem (každý žák/yně si jej upraví)
- Poděkování (nepovinné)
- Obsah
- **1 ÚVOD, který zároveň obsahuje i stanovení cíle práce** (začínají se číslovat strany, přičemž se předchozí nečíslované strany započítávají). V úvodu žák popisuje všeobecnou rovinu daného tématu v dnešní době a základní strukturu své práce. Zároveň sděluje cíl práce a důvod, proč si zvolil vybrané téma.
- **2 TEORETICKÁ ČÁST** - by měla být velmi krátká, pouze pro uvedení do problematiky a vysvětlení základních pojmů. V teorii autor práce většinou nepoužívá vlastní slova, ale parafrázuje. Do textu vkládá přímou citaci a odkazy na literaturu, grafy, tabulky apod. Pokud je to vhodné, autor MP zařazuje i vlastní názory a úvahy k dané problematice. Ve vlastním textu musí být užita jen taková slova, kterým žák rozumí a dokáže je vysvětlit. Cizí slova nebo slova převzatá je doporučené vysvětlit.
- **3 PRAKTICKÁ ČÁST.** Každá MP obsahuje praktickou část, která eliminuje riziko plagiátorství nebo vytvoření práce pomocí umělé inteligence. Tato část práce musí být zaměřena na praktickou činnost – **experiment, pozorování, minivýzkum, kazuistiku zdravotního stavu nemocného** apod.

V praktické části se autor věnuje praktickým činnostem, reálným situacím, návodu k aktivitě či k výzkumu a součástí je i diskuze, která konfrontuje teorii a praktická zjištění. Maturitní práce by neměla být jen textem bez záměru, ale měla by mít **výstup**, který bude nějakým způsobem využitelný. Tento výstup by se měl objevit na konci praktické části nebo v závěru. Příkladem může být informativní leták pro veřejnost, manuál pro určitou činnost, zhodnocení získaných dat, využitelnost informací z rozhovorů a podobně.

- **4 ZÁVĚR.** V závěru práce autor znovu uvádí název své práce, sděluje čtenáři, **zda splnil cíl**, který si stanovil. Pokud se tak nestalo, informuje o důvodech nezdaru. Uvádí svůj osobní názor k vybrané problematice. Do závěru práce též vepisuje, jakým přínosem byla pro něj práce samotná a zda lze práci využít různým způsobem i v budoucnosti.
- **5 SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK** (pokud jsou používány, jinak se nezařazuje)
- **6 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ**
- **7 PŘÍLOHY**, které nejsou povinnou součástí práce.

Maturitní práce má tedy číslované kapitoly Úvod, Teoretická část, Praktická část, Závěr, Seznam použitých zdrojů, (Seznam zkratk), (Seznam příloh). Dodržení struktury práce je také hodnocenou položkou, **kreativita není žádoucí**.

D SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

D.A Zdroje pro teoretickou práci

Každý žák nebo student, který se věnuje teorii, musí mít přístup k odborné literatuře. Tou může být odborná kniha, článek v novinách, sborník nebo internetové příspěvky. Nicméně nákup knih je poměrně ekonomicky nevýhodný a internet nenabízí vždy správné informace o dané problematice. K tomu slouží tzv. neviditelný web, který je 500-1000 x větší než ten viditelný a pracuje s jinými vyhledávacími indexy než Google, Seznam nebo Bing... V prostředí tohoto neviditelného webu jsou umístěny přístupy do Vědecké knihovny, Národní lékařské knihovny, Národní technické knihovny aj. **Za kmenovou stránku je možné považovat <https://www.lib.cas.cz/eiz/>, odkud je dlouhý rozcestník na další knihovní systémy u nás i ve světě.**

V českém jazyce je pro zdravotníky dobře využitelný BOOKPORT, kde je možné si zřídit osobní registraci (aktuální cena 199 Kč/měsíc s možností kdykoliv předplatné zrušit) a mít k dispozici online i offline všechny knihy z různých českých vydavatelství, jako je Grada, Portál, Práh, Galén, univerzitní vydavatelství nebo tiskoviny ČAS. Databázi Národní lékařské knihovny lze nalézt na samostatném odkazu <https://nlk.cz/zdroje/medlike/>.

Publikace nebo dokumenty, které nejsou formálně publikovány (např. zprávy, výzkumy nebo některé vysokoškolské práce) je možné nalézt na NUSL – Národním úložišti šedé literatury.

V angličtině je samozřejmě větší výběr, například Proquest Ebook Central – zde je možné získat i knihy, které nejsou online skladem. Platforma PRESSREADER slučuje všechny noviny a časopisy z celého světa. (PAPÍK, 2024)

D.B Formální požadavky na citaci zdrojů

Množství použitých zdrojů: Pro maturitní práci pisatel využije **nejméně 6 zdrojů**, z toho budou alespoň **2 publikace** či odborné články (v tištěné formě), ostatní mohou být elektronické zdroje. Stáří používané literatury a zdrojů je závislé na tématu práce, například v oblasti chemie nebo anatomie je možné používat literaturu starší 10 až 20 let, ale v první pomoci je nutné mít co nejnovější literaturu (poslední změna resuscitačních postupů byla v březnu roku 2021).

Jednotlivé literární zdroje jsou řazeny **abecedně (podle jména autora či primární odpovědnosti)**, vždy na nový řádek a jsou číslovány.

Celkem se vytváří tři seznamy zdrojů – Seznam tištěných zdrojů, Seznam elektronických zdrojů a Seznam zdrojů obrázků, grafů, tabulek a příloh. Bude-li autor uveden u elektronického zdroje a současně z jeho článku bude využit graf, generování této citace bude v elektronických i doplňkových zdrojích.

Pro tvorbu zápisu zdrojového dokumentu je doporučeno využít způsobu citování zdrojů v programu **MS Word – Reference – ISO 690 první prvek a datum**), které vás provedou všemi možnými variantami (ať je autorem jeden, nebo několik autorů, kolektiv, organizace, nebo se jedná o časopisy, články v tisku, internetové zdroje, film nebo rozhovor). Jednotlivé citace pak musí odpovídat ČSN ISO 690/2011, ve které v případě nejasností naleznete podrobný návod, jakým způsobem citovat i netradiční zdroje.

Při výběru zdrojů pro potřeby maturitní práce je nutné mít na paměti, že některé tiskoviny i internetové zdroje jsou určeny pro laiky a některé ani nemusí být založeny na vědeckém základě, proto jejich využití může být spíše na škodu.

Máte-li k dispozici o stejném tématu více zdrojů, vždy se doporučuje **využití klasických knih** nebo elektronických zdrojů před parafrázemi z různých bakalářských, magisterských nebo rigorózních prací, u kterých není možné ověřit pravdivost informací. Za nevhodné je považováno využití **wikipedie**, či podobných otevřených platform. Podobné je to s využitím komerčních materiálů, pokud to nevyžaduje vlastní práce (například popis výrobku z e-shopu, kde bude jako zdroj uveden název tohoto obchodu).

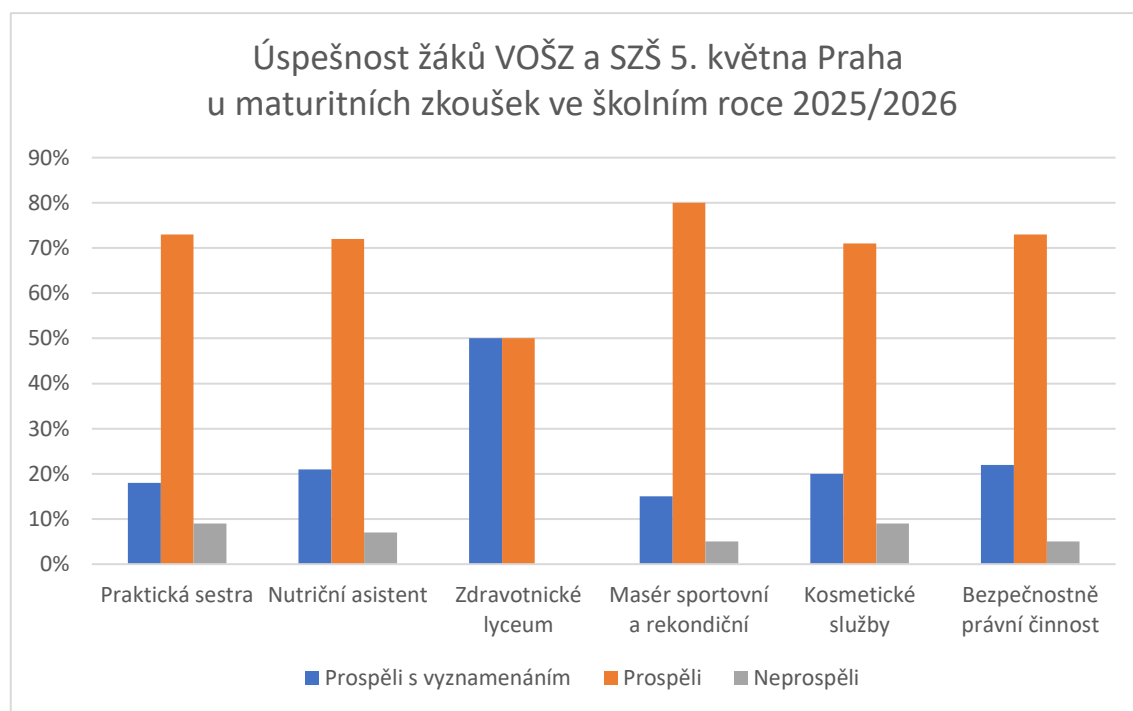
D.C Doplnující poznámky

Je-li autorem obrázku, grafu, tabulky nebo přílohy sám pisatel, je možné uvést pod zdroj slova „vlastní“ nebo „autor“, vždy doplněno rokem vydání, jako je vidět v grafu 2.

Příklad:

Graf 2 Procentuální úspěšnost studentů u maturit ve školním roce 2025/2026

Zdroj: vlastní, 2026



Je-li u publikace uvedeno několik autorů, je vhodné vyplnit minimálně dva z nich a doplnit „a kol.“ – Word toto generuje automaticky. Zajímavostí je, že nový způsob citace (viz níže) udává, že se vypisuje 5 autorů a až pak je možné přidat „a kol.“)

V prosinci 2022 vstoupila v platnost nová norma, ISO 690/2022, která přináší změny v citování zdrojů. S ohledem na to, že prozatím ani jeden z generátorů citací nezareagoval změnou ve svém programu, je možné prozatím využívat starší verzi citací tak, jak jí poskytuje MS Word nebo citace.com.

Každá škola má svou vlastní metodiku, i když založenou na stejné normě, podobně jako domy jsou stavěny podle stavebních norem, ačkoliv nejsou stejné. Nehleďte proto jiné metodiky a striktně se držte této.

E PŘÍLOHY

Přílohy dokreslují psaný text práce nebo jsou vhodné pro umístění tabulek, grafů, obrázků nebo jiných dotazníků či vyhlášek doplňujících hlavní výklad. Pokud autor chce uložit obrázek v příloze, bude na něj odkazovat v textu. Příklad: Každý frekventant o přístrojové potápění, i když to není podmínkou připuštění k výcviku, by měl navštívit svého praktického lékaře a požádat o základní objektivní vyšetření (BIDRMAN, 2018). Vzorový formulář jedné z potápěčských škol je přílohou 2.

Nebo jiný způsob odkazu: Každý frekventant o přístrojové potápění, i když to není podmínkou připuštění k výcviku, by měl navštívit svého praktického lékaře (formulář pro lékaře viz příloha 2) a požádat o základní objektivní vyšetření (BIDRMAN, 2018). Počet vložených příloh není omezen. Stránky příloh se již nečíslují. Každá příloha má svůj název označený způsobem Příloha 1, nikoli Příloha č. 1. Je vhodnější jednotlivé přílohy umísťovat v práci na samostatnou stránku, případně dvě přílohy na jednu stránku. Zdroj přílohy se uvádí pod název přílohy.

Zdroje, které jsou využívány v přílohách (tedy až za seznamem použitých zdrojů), se objeví ve třetí části použitých zdrojů, kam budou patřit i grafy, tabulky a obrázky. Zdroj se uvádí do druhého řádku a stejným způsobem zápisu jako ve vlastní práci: Zdroj: AUTOR, rok - bez závorek. Zdroj: BIDRMAN, 2018

První úvodní strana příloh je seznamem příloh společně s názvy příloh a je také **poslední číslovanou stranou** maturitní práce. Při velkém počtu příloh je vhodné číslovat stránky vložených příloh odlišně, např. římsky a od 1 – usnadní to pak orientaci v přílohách.

F ODEVZDÁNÍ MATURITNÍ PRÁCE

Práce je tisknuta vždy jednostranně. Žák v určeném datu (dle platného školního řádu do 15. dubna daného školního roku) odevzdá třídní učitelce 2x svázanou práci v **měkké vazbě** (nelze po odevzdání volně rozložit a například měnit listy) s **průhlednou fólií** (ne kroužkové); jeden výtisk s originálem zadání maturitní práce se žákovi vrací po obhajobě maturitní práce, druhý zůstává ve školní knihovně.

Podruhé žák odevzdává práci **v elektronické podobě ve formátu .docx** do týmu, který bude vytvořen v MS Teams. Do tohoto týmu pak budou vedoucí i oponent přidávat své posudky.

Před nahráním souborů do MS Teams budou soubory přejmenovány podle následného klíče:

- TŘÍDA_PŘÍJMENÍ_JMÉNO_ROK ODEVZDÁNÍ_MP.docx

Příklad:

- 4LA_NOVÁKOVÁ_EVA_2026_MP.docx³

To ovšem neznamená, že odevzdáním práce třídní učitelce má žák vyřešeno – jeden výtisk práce si od třídní učitelky po povinné kontrole vezme zpět a zanesení jej oponentovi, po vyhotovení posudku zase práci donese vedoucímu. Třídní učitelka není kurýrní službou, stejně jako jiní participující vyučující.

³ Třidu zapisujte bez teček, mezi slova vložte podtržítko.

G OBHAJObA MATURITNÍ PRÁCE

Po odevzdání maturitní práce obdržíte od svého oponenta a vedoucí práce **posudek**, podle něhož si připravíte obhajobu.

Cílem obhajoby je ukázat komisi, že jste se opravdu stali odborníkem na dané téma, odpovídat na otázky a reagovat na otázky položené v diskusi, které nemáte předem připravené. Tento způsob obhajoby využívá znalostí a zkušeností žáka k prokázání hlubšího pochopení tématu, nejen jeho „recitování“ připraveného z domu. Obhajoba může být od prvopočátku jako diskuze, tedy jednotliví členové komise mohou žákovi do obhajoby vstupovat, mohou si informace upřesňovat nebo s ním polemizovat.

K obhajobě přistupujte připravení, jen málokdo dokáže přijít před publikum a z hlavy odříkat desetiminutový referát bez přípravy. Doporučuje se obhajobu připravit v programu MS PowerPoint, kdy zásady tvorby prezentace byly přednášeny na hodinách ICT, popřípadě použijte jiné zdroje k dohledání informací. Obhajobu se také neučte nazpaměť, ale spíše mějte připravené body, ke kterým se budete vyjadřovat. Hodnotit se bude i úroveň vyjadřování.

V práci se pak hodnotí následující **kritéria**: náročnost zvoleného tématu, hloubka zpracování tématu, splnění cíle práce, logická struktura práce, stylistická úroveň, práce s literaturou, včetně citací, úprava práce (text, grafy, tabulky), formátování práce (okraje, nadpisy), rozsah práce, počet použitých tištěných zdrojů, počet použitých zdrojů, odevzdání první části maturitní práce, odevzdání druhé části maturitní práce a samostatnost při zpracování, spolupráce s vedoucím práce.

Vlastní práce (tedy tištěná verze maturitní práce) je hodnocena stejně jako ústní obhajoba, proto je dobré nepocenit ani jednu z těchto částí.

Vyšší odborná škola zdravotnická
a Střední zdravotnická škola
5. května 51, 140 00 Praha 4

(velikost písma 12 bodů)

Bezpečnost a ochrana inline bruslařů

(velikost písma 14 bodů)

MATURITNÍ PRÁCE *(velikost písma 16 bodů)*

(velikost písma 16 bodů)

Vypracoval/a:

Eva Nováková

oboru Zdravotnické lyceum

Vedoucí práce:

Mgr. Dana Pokorná

(velikost písma 12 bodů)

Praha, 2027

(velikost písma 12 bodů)



**VYŠŠÍ ODBORNÁ ŠKOLA ZDRAVOTNICKÁ
a STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÁ ŠKOLA**

5. května 51, Praha 4

Obor: **Zdravotnické lyceum**
Školní rok: **2025/2026**
Žákyně: **Eva Nováková**

ZADÁNÍ MATURITNÍ PRÁCE

Název tématu: **Bezpečnost a ochrana inline bruslařů**

Shrnutí práce:

Ve své maturitní práci bych se chtěla zabývat používáním ochranných pomůcek inline bruslařů. Počet bruslařů přibývá s tím, jak se inline bruslení stává modernější z mnoha různých důvodů. Mezi nejčastější úrazy patří zlomeniny, a to zejména horních končetin a pak poranění hlavy, pokud bruslaři nepoužívají ochranné helmy.

Součástí mé práce bude dlouhodobé pozorování na cyklostezkách v několika lokalitách Prahy, kde se chci zaměřit právě na využívání ochranných pomůcek a pokud mi bruslaři dovolí, ráda bych s nimi řešila i důvody, proč ochranné pomůcky používají či nikoliv. Výstupem bude informativní leták shrnující základní informace o úrazech a prevenci při bruslení.

Vedoucí maturitní práce: **Mgr. Dana Pokorná**
Datum zadání práce: **15. 11. 2026**
Termín odevzdání práce: **15. 04. 2027**

V Praze dne 18. 9. 2026

Mgr. Renáta Volfová
ředitelka školy

Prohlašuji, že jsem tuto práci vypracoval(a)⁴ samostatně. Veškeré literární prameny a informace, které jsem v práci využil(a), jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Byl(a) jsem seznámen(a) s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., ve znění č. 81/2005Sb., autorský zákon, zejména se skutečností, že Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola 5. května 51, Praha 4 má právo na uzavření licenční smlouvy o užití této práce jako školního díla podle §60 odst. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola 5. května 51, Praha 4 oprávněna ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila, a to podle okolností až do jejich skutečné výše.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v knihovně Vyšší odborné školy zdravotnické a Střední zdravotnické školy 5. května 51, Praha 4.

Eva Nováková

V Praze, 25. března 2027

⁴ V prohlášení si každý žák/yně upraví text rodu podle sebe a současně odmazává horní index poznámky pod čarou. Žák/yně se pod prohlášení a poděkování podepisuje.

Děkuji Mgr. Daně Pokorné za cenné rady a připomínky při zpracování mé závěrečné práce, za její trpělivost a snahu něco naučit.

Eva Nováková

V Praze, 25. března 2027

OBSAH

1	ÚVOD.....	6
2	TEORETICKÁ ČÁST.....	7
2.1	KOLEČKOVÉ BRUSLE A JEJICH POPULARITA.....	7
2.2	HISTORICKÝ VÝVOJ.....	7
2.2.1	<i>Bruslaři v dnešní době.....</i>	<i>8</i>
2.2.2	<i>Ochranné pomůcky bruslařů</i>	<i>8</i>
2.3	OCHRANNÉ HELMY.....	8
2.3.1	<i>Chrániče končetin.....</i>	<i>8</i>
3	PRAKTICKÁ ČÁST.....	9
3.1	STANOVENÍ CÍLE A METOD VÝZKUMU.....	9
3.1.1	<i>Cíl výzkumu.....</i>	<i>9</i>
4	ZÁVĚR.....	10
5	SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK	11
6	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	12
7	PŘÍLOHY.....	14

2.2.1 Bruslaři v dnešní době

Text text text text text text text text text text text text text text text text
text text text text text text text text text text text text text text text text
text text text text text text text text text text text text text text text text
text text text text text text text.

(KNOR, a další, 2016)

2.2.2 Ochranné pomůcky bruslařů

[illegible]

2.3 Ochranné helmy

Text text text text text text text text text text text text text text text
text
text
text text text text text text text. (ŠÍN, a další, 2019) (DOBIÁŠ, 2007)

2.3.1 Chrániče končetin

Text text text text text text text text text text text text text text text text
text text text text text text text text text text text text text text text text
text text text text text text text text text text text text text text text text
text text text text text text text.

(DOBIÁŠ, 2007)

• • •

4 ZÁVĚR

Text text text text text text text text text text text text text text text text
text
text
text text text text text text text text. Text text text text text text text text text text text text text text
text
text
text text text text text text text text text text text text text.

5 POUŽITÝCH ZKRATEK

AV ČR	Akademie věd České republiky
EKG	elektrokardiograf
KO	krevní obraz
KS	krevní skupina
MZČR	Ministerstvo zdravotnictví České republiky
PAS	postabortivní syndrom
UK	Univerzita Karlova
ÚZIS ČR	Ústav zdravotnických informačních služeb České republiky
VVV	vrozená vývojová vada

6 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam tištěných zdrojů

1. **BIDRMAN, N⁵., 2018.** *Standardy a směrnice výcviku ASTD. Doplnění základní směrnice z roku 2013 Manuál.* Praha: Asociace sportovních a technických potápečů, 22. srpen 2018.
2. **BOHUSLAV, A., 2018.** *Možnosti využití potápěčů Policie ČR při mimořádných událostech.* Bakalářská práce. Kladno: České vysoké učení technické v Praze, Fakulta biomedicínského inženýrství, Katedra zdravotnických oborů a ochrany obyvatelstva, 18. květen 2018.
3. **HIRT, M., 2015.** *Soudní lékařství I. díl.* Praha: Grada Publishing, a.s., 2015. ISBN 978-80-247-5680-6.
4. **MALÁ, L. a PEŘAN, D., 2016.** *První pomoc pro všechny situace v souladu s evropskými doporučeními 2015.* Praha: Nakladatelství Vyšehrad, 2016. ISBN 978-80-7429-693-2.

Seznam elektronických zdrojů

5. **COOPER, S. J. a SHAH, N., 2019.** *Oxygen Toxicity.* National Center for Biotechnology Information, U. S. Nation Library of Medicine. [Online] StatPearls Publishing LLC., 20. květen 2019. [Citace: 3. leden 2020.] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK430743/>. NBK 430743.
6. **KLANG, M., 2012.** *Potápěč se pod vodou ztratil instruktorovi, v nemocnici zemřel.* IDNES.cz - Zpravodajství. [Online] MAFRA, a.s., 20. květen 2012. [Citace: 6. duben 2020.] https://www.idnes.cz/zpravy/cerna-kronika/potapec-se-ztratil-instruktorovi.A120520_184400_pardubice-zpravy_klm.
7. **SÚKL, 2018.** *Přípravky obsahující pseudoefedrin vydávané bez lékařského předpisu s omezením: změna omezení výdeje v lékárnách.* SÚKL: Státní ústav pro kontrolu léčiv. [Online] SÚKL: Státní ústav pro kontrolu léčiv, 1. červenec 2018. [Citace: 5. duben 2020.] <http://www.sukl.cz/leciva/pripravky-obsahujici-pseudoefedrin-vydavane-bez-lekarskeho>.

Seznam zdrojů obrázků, grafů, tabulek a příloh

8. **HLUBUČEK, P. 2020.** *Krizové plánování: Mimořádné události a krizové situace. Bezpečnost. Praha. eu.* [Online] Magistrát HMP, 2020. [Citace: 2. červen 2020.] <https://bezpecnost.praha.eu/clanky/mimoradne-udalosti-a-krizove-situace>.

9. **HUH, Ch. 2008.** Electoreceptors in a Sharks Head. *Wikipedia.org*. [Online] Wikimedia Commons, 18. únor 2008. [Citace: 25. srpen 2023.] https://cs.m.wikipedia.org/wiki/Soubor:Zraloci_Lorenziniho_ampule.jpg#metadata.
10. **INLINEcentrum. 2023.** Základní rozdělení kolečkových bruslí. *Inlinecentrum.cz*. [Online] Binargon.cz, 2023. [Citace: 29. srpen 2024.] https://www.inlinecentrum.cz/zakladni-rozdeleni-brusli/?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwlbu2BhA3EiwA3yXyu0V5nfpJv2Ugjq_BcT4TRrymMlbtGzPkhxwpuot7cUL3WhmHCsRSSBoCaboQAvD_BwE.
11. **SKATEPRO. 2024.** Chrániče na kolečkové brusle. *SkatePro.cz*. [Online] SkatePro.cz, 2024. [Citace: 29. srpen 2024.] <https://www.skatepro.cz/c52.htm>.

7 PŘÍLOHY

Příloha 1 Dělení kolečkových bruslíI

Příloha 2 Možnosti dostupných ochranných pomůcek pro inline bruslení II

Příloha 1 Dělení kolečkových bruslí

Zdroj: INLINEcentrum, 2023

Typ brusle	Charakteristika	Velikost koleček	Obrázek
Fitness brusle	nejrozšířenější typ, primárně určené na rekreační a sportovní bruslení na cyklostezkách	80-84 mm u rekreační, 90-100 mm u sportovní verze	
Freestyle brusle	primárně určené na trikovou jízdu (taneční kreace, skoky, jízda pozadu, triková jízda, slalom, free jump apod.).	76-84 mm	
Aggressive brusle	těžší bytelné brusle určené na skoky, jízdu po zábradlí, rampy, skateparky apod.	55-60 mm	
Speed brusle	nízké tuhé boty osazené pevným dlouhým rámem a velkými kolečky určené na rychlobruslení a závodění.	100-125 mm	
Semi-race brusle	brusle na pomezí speed a fitness kategorie, určená pro zdolávání dlouhých tratí a rychlou jízdu	100-125 mm	
Trekové brusle	brusle, které mají kolečka umístěna ve dvou řadách za sebou; princip zatáčení vychází ze skateboardového podvozku.		
Nordic/off-road/terénní brusle	brusle s nafukovacími kolečky a dlouhým podvozkem částečně simulující bežecké lyžování; brusle vhodná mimo cyklostezky a na horší povrchy, jezdí s holemi podobně jako na běžkách	125 mm	
Hokejové inline brusle	klasické kanady postavené na in-line podvozku, určená na inline hokej	72-80 mm	

Příloha 2 Možnosti dostupných ochranných pomůcek pro inline bruslení
Zdroj: SKATEPRO, 2024

DĚTI Eight Ball Sada 3... 759 Kč SFR Youth Ramp... 609 Kč 479 Kč Triple Eight Chrá... 1290 Kč Ukázat vše > <td> HELMY Eight Ball Skate ... 999 Kč REKD Elite 2.0 B... 1190 Kč CORE Action Sp... 909 Kč Ukázat vše > </td>	HELMY Eight Ball Skate ... 999 Kč REKD Elite 2.0 B... 1190 Kč CORE Action Sp... 909 Kč Ukázat vše >
CHRÁNIČE KOLEN REKD Ramp Chr... 709 Kč 669 Kč REKD Pro Ramp... 889 Kč 759 Kč 187 Killer Pads P... 2790 Kč 2690 Kč Ukázat vše > <td> SADY K2 Prime Ochra... 649 Kč K2 Prime Dámsk... 629 Kč 569 Kč Powerslide Pro ... 999 Kč 299 Kč Ukázat vše > </td>	SADY K2 Prime Ochra... 649 Kč K2 Prime Dámsk... 629 Kč 569 Kč Powerslide Pro ... 999 Kč 299 Kč Ukázat vše >
CHRÁNIČE ZÁPĚSTÍ Ennui City Brace... 1490 Kč REKD Pro Chrán... 629 Kč REKD Chrániče z... 389 Kč Ukázat vše > <td> CHRÁNIČE LOKTŮ Triple Eight Cov... 579 Kč 187 Killer Pro Ch... 4490 Kč 1390 Kč REKD Ramp Chr... 509 Kč Ukázat vše > </td>	CHRÁNIČE LOKTŮ Triple Eight Cov... 579 Kč 187 Killer Pro Ch... 4490 Kč 1390 Kč REKD Ramp Chr... 509 Kč Ukázat vše >
OCHRANNÉ ŠORTKY Powerslide Pro ... 1090 Kč Triple Eight Bum... 1990 Kč Triple Eight Roll... 1790 Kč Ukázat vše > <td></td>	

CHECKLIST MATURITNÍ PRÁCE



1. etapa – START
 - ☐ Mám vybrané/vymyšlené téma
 - ☐ Mám domluveného vedoucího práce
 - ☐ S vedoucím jsem si předběžně domluvil/a strukturu práce
 - ☐ Mám k dispozici aktuální verzi metodiky
2. etapa – FORMALITY
 - ☐ Stáhl/a jsem si interaktivní formulář pro zadání MP
 - ☐ Při vyplňování zadání vybírám pohlaví, dopisuji jméno, vlastní text formátuji a vybírám vedoucího práce
 - ☐ Anotace popisuje teoretickou a praktickou náplň, je uveden cíl práce
 - ☐ Anotaci pochopí i lajk
 - ☐ Po kontrole si zadání vytisknu a předám TU
3. etapa – PSANÍ PRÁCE
 - ☐ Mám správně formátovanou šablonu, do které píšu
 - ☐ Nechybí mi klíčová slova seřazená podle abecedy
 - ☐ Všechny věty v textu mají podmět a přísudek, jsou bez pravopisných chyb
 - ☐ V metodice jsem si prošel/a způsob psaní interpunkčních znamének
 - ☐ Používám odkazy na citace a cituji nebo parafrázuji podle platných pravidel
 - ☐ Všechny grafy, obrázky a tabulky jsou popsány a ozdrojované
 - ☐ V závěru shrnuji své postupy, výsledky, splnění cíle a poukazuji na zajímavosti, které mi z práce vyšly
 - ☐ Odevzdávám teoretickou část práce ke kontrole nejpozději podle stanoveného harmonogramu
 - ☐ Odevzdávám praktickou část práce ke kontrole nejpozději podle stanoveného harmonogramu
4. etapa – FINÁLE
 - ☐ Znovu čtu metodiku, abych na nic nezapomněl/a
 - ☐ Víím, kolikrát tisknu práci (2x) a jak ji mám mít svázanou (měkké desky, ne kroužková vazba)
 - ☐ Mám objednaný tisk i svázání
 - ☐ Před tiskem převádím soubor do .pdf a tisknu z něj
 - ☐ Do Teamsu odevzdávám MP podle požadavků z metodiky
5. etapa – KONTROLA NA JISTOTU
 - ☐ Všechna citovaná literatura je uvedena v seznamu literatury a rozdělena podle původu
 - ☐ V seznamu literatury mám uvedenou jen tu literaturu, na kterou odkazuji v textu práce
 - ☐ Všechny tabulky, obrázky a grafy mám řádně očíslovány a popsány, odkazuji se na ně v textu
 - ☐ Všechny tabulky, obrázky a grafy jsou čitelné bez použití lupy a barvy jsou voleny střízlivě
 - ☐ Číslování stran odpovídá číslování v obsahu
 - ☐ Sedí mi číslování stran se seznamem tabulek, grafů a obrázků
 - ☐ Přílohy mám logicky seřazené a odkazuji se na ně v textu
 - ☐ Všechny nadpisy a podnápisy mám formátované dle metodických pravidel školy
 - ☐ Pokud píši poděkování, zkontroluji tituly a jména osob a neděkuji tomu, kdo se na práci nepodílel
 - ☐ V jednom ze svázaných výtisků mám originální zadání práce a v další mám kopie
 - ☐ Mám naskenované zadání i v elektronické verzi
 - ☐ Podepsané prohlášení a poděkování je i v elektronické verzi
 - ☐ Odevzdávám práce na studijním oddělení podle harmonogramu