

Ústav tělesné výchovy a sportu ZČU má novou ředitelku. Fyzioterapeutka chce motivovat k pohybu

3.9.2025 - Kateřina Dobrovolná | Západočeská univerzita v Plzni

Na Fakultě zdravotnických studií (FZS) působíte řadu let - čemu jste se na ZČU dosud věnovala a jaké zkušenosti si z této role odnášíte?

Na FZS působím už od roku 2008, kde i v současnosti vyučuji budoucí fyzioterapeuty a ergoterapeuty. Samozřejmostí je i vedení bakalářských prací, což pro mne vždy bylo velmi obohacující. Ráda pomáhám studentkám a studentům, kteří se posouvají dál ve svých zvolených oborech. Tato zkušenost mi pomáhá pochopit, jak v dnešní době studující přemýšlejí a jaký mají přístup ke studiu a životu jako takovému.

Co Vás přimělo ucházet se o pozici ředitelky Ústavu tělesné výchovy a sportu (UTS) a co Vás na této nové výzvě nejvíce zaujalo?

Přihlásit se na pozici ředitelky UTS byla velká výzva. V předešlém zaměstnání, kdy jsem několik let pracovala zároveň jako vrchní fyzioterapeut ve Fakultní nemocnici v Plzni, jsem získala výborné zkušenosti s vedením většího počtu lidí a řízení organizace, přesně tento druh práce mne stále zajímá. Zde je možnost uplatnit své dosud získané zkušenosti. Zaujala mne přeměna původní katedry na ústav, což přináší prostor pro další možnosti rozvoje. Na UTS je menší počet zaměstnanců, což umožňuje jednodušší komunikaci a klidnější pracovní prostředí.

Jaké jsou Vaše priority a cíle, které byste chtěla na UTS nastavit nebo posunout dál?

Přeci jen jsem zatím na úplném začátku této zajímavé pracovní příležitosti a prioritou určitě bude pečlivé seznámení s celým provozem UTS, jejími zaměstnanci a navázání dobrých pracovních vztahů. Hlavním cílem pak bude otevřená komunikace směrem k zaměstnancům i celému vedení ZČU. Hodlám také podpořit vznik nových vzdělávacích akcí v rámci celoživotního vzdělávání, kde bych se ráda sama aktivně zapojila.

Co pro Vás osobně sport a pohyb znamenají a jak tuto zkušenost chcete promítnout do své nové role?

Sport, tedy spíše pohyb, je nedílnou součástí mého nejen profesního života. Absolvovala jsem jak mnoho pohybových kurzů, tak i odborné kurzy různých manuálních technik. Mezi nejzajímavější určitě patřil měsíční pobyt v Thajsku v roce 2003, kde jsem studovala techniky thajských masáží. Mezi moje oblíbené aktivity patří jóga, které se více jak 20 let aktivně věnuji, a samozřejmě chůze. Zde všeobecně platí, že každý krok se počítá. Toto bych ráda promítla do své nové pozice a tím motivovala nejen zaměstnance ZČU. Aktivní přístup k životu z pohledu mé původní profese fyzioterapeuta je zásadní. Pokud nás něco bolí nebo trápí, pohyb může být první volba. Zdraví máme jen jedno a je na nás, jak aktivně k němu přistoupíme.

Jak konkrétně byste chtěla motivovat studující i zaměstnance ZČU k aktivnímu zapojení do sportovních a pohybových aktivit?

Ne každý má potřebu se pravidelně hýbat a vystačí si se svým „pohodlným stylem života“. Studenty samozřejmě motivují kredity a dobrý kolektiv. Zaměstnance může motivovat vize dobrého zdravotního stavu, menší bolesti zad, dobrý pocit z pohybu, a hlavně prevence syndromu vyhoření.

To je v dnešní době téma pro celou populaci. Nabízí se možnost zavedení motivačních programů, tvorba krátkých workshopů – například pohyb jako prevence stresu, zábavné výzvy nebo třeba společné dny pohybu.

PhDr. Jitka Marxová (*1977) pracuje od roku 2008 jako odborný asistent na Fakultě zdravotnických studií Západočeské univerzity v Plzni, kde vyučuje obory fyzioterapeut a ergoterapeut. V roce 2011 založila nestátní zdravotnické zařízení v Plzni – soukromou rehabilitační praxi. Od roku 2018 do roku 2025 pracovala na pozici vrchní fyzioterapeut na Oddělení léčebné rehabilitace ve Fakultní nemocnici v Plzni. Dále se od roku 2024 věnuje studiu oboru psychoterapie.

<https://info.zcu.cz/Ustav-telesne-vychovy-a-sportu-ZCU-ma-novou-reditelku--Fyzioterapeutka-chce-motivovat-k-pohybu/clanek.jsp?id=8452>