

Příloha k protokolu o SZZ č.
Vysoká škola: Jihočeská univerzita
Pedagogická fakulta

Diplomant: Simona Brůžková

Katedra: výchovy ke zdraví

Aprobace: výchova ke zdraví

Datum odevzdání posudku: 16.5. 2010

Vedoucí bakalářské práce: doc.PaedDr. Milada Krejčí,CSc.

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Edukační model psychotréninkové praxe na bázi integrální jógy u pubescentů

Předkládaná bakalářská práce posluchačky Simony Brůžkové je zaměřena na problematiku psychotréninku u pubescentní mládeže. Tato problematika je v současné době vysoce aktuální a v českých podmínkách opomíjená. Z hlediska obsahového je práce členěna vyváženě a po stránce obsahové, statistického zpracování dat a grafického zpracování převyšuje nároky kladené na bakalářskou práci. Teoretická část obsahuje 41 stran, výzkumná 52 stran a přílohy 10 stran.

V teoretické části bakalářské práce jsou zdařile analyzovány dostupné české a zahraniční vědecké zdroje informací včetně ontogenetických, psychických a sociálních konsekvencí jógy a psychotréninku u pubescentů. Celá část je z hlediska úpravy textu zpracována pečlivě. Formální nedostatky se v diplomové práci nevyskytují. Práce je zpracována podle metodiky „Kompendium psaní a publikování v kinantropologii“ (Frömel, 2002).

V metodologické a výzkumné části práce autorka uvádí výsledky výzkumného šetření, intervenčního působení a verifikaci hypotéz. Statistické zpracování dat je pečlivé včetně testování nulové hypotézy, což není běžný standard u bakalářské práce. Je zde také charakterizována realizace výzkumného záměru a výzkumný soubor. Zpracování výsledků do grafů je pro čtenáře názorné a vypovídající. Výsledky ukazují dvě zásadní skutečnosti. Jednak, že se pubescenti zlepšili svou úroveň koncentrace a sebedůvěry prostřednictvím jógového intervenčního psychotréninkového programu, jednak, že tento typ intervenčního programu jim vyhovuje, je pro ně zajímavý a chtěli by v něm pokračovat. Intervenční program je snadno použitelný v edukačním prostředí. Je však nutná znalost jógových technik.

Závěrem konstatuji, že výsledky této práce jsou velmi důležité a inspirativní pro praxi absolventů oboru výchovy ke zdraví, ale také jsou použitelné pro praxi pedagogů, cvičitelů a trenérů. Vlastní

realizace programu a celého výzkumu představovala pro autorku výbornou zkušenost z hlediska jejího profesního zaměření.

Předloženou bakalářskou práci posluchačky Simony Brůžkové považuji za velmi zdařilou, citlivě zpracovanou vzhledem k dané problematice a velmi ráda ji doporučuji k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

1. Charakterizujte pojem „duševní zdraví pubescenta“.
2. Jak lze daný psychotréninkový program použít v edukační praxi?

Návrh na klasifikaci bakalářské práce:
výborně

.....
podpis vedoucí bakalářské práce

V Českých Budějovicích, dne 16. 5. 2010

Stupeň kvalifikace:	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl
---------------------	---------	-------------	-------	-----------