

Příloha k protokolu o SZZ č.
Vysoká škola: Pedagogická fakulta JU Č.B.

Diplomant: Eva Hrubcová, DiS.

Katedra: výchovy ke zdraví

Aprobace: výchova ke zdraví

Datum odevzdání posudku: 24. 5. 2012

Vedoucí bakalářské práce:
PaedDr. Ludvík Michalov, Ph.D.

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Předložená bakalářská práce studentky E. Hrubcové se zabývá problematikou výuky tradičního čínského bojového umění „*tai chi chuan*”.

Práce obsahuje 63 stran textu a je doplněna 3 přílohami. Autorka rozčlenila práci do 5 kapitol včetně použité literatury. Využila pro zpracování celkem 15 zdrojů, které jsou odpovídající pro řešené téma v dostatečném množství.

Cílem bakalářské práce bylo navržení a vytvoření multimediálního výukového programu 24 forem *tai chi chuan* stylu Jang pro začátečníky.

V teoretické části práce v kapitole 2 jsou předloženy potřebné základní teoretické informace o čínském bojovém umění *tai chi chuan* a principech jeho cvičení. Z didaktického hlediska nacházíme zde i problematiku specifikace výukového procesu a základní informace o motorickém učení ve vztahu ke cvičení *tai chi chuanu*.

Kapitola 3 je těžištěm práce. V této praktické části autorka řeší zadanou problematiku. Jasně je specifikován cíl, úkoly a metody práce. Návrh a obsah multimediálního výukového programu *tai chi-chuanu* -24 forem, včetně popisu jeho obsahové náplně. Návrh a zpracování je doplněno zdařilou vlastní fotodokumentací, v níž jsou názorně zpracovány základní pozice a postavení nohou v jednotlivých krocích *tai chi chuanu*. Stejným způsobem je naznačeno rozfázování prvních cviků ze sestavy 24 forem. Nedílnou součástí je také vlastní fotodokumentace názorně ukazující na nejčastěji se vyskytující chyby při provádění cvičení *tai chi chuanu*.

Výukový program je zpracován, natočen a uložen na DVD nosiči. Je součástí práce jako jedna z hlavních příloh. Filmové zpracování obsahuje: úvodní cvičení, *chi kung*, základní principy práce s tělem a přenášení váhy, průpravná cvičení, základní kroky a střehy, jednotlivé cviky ze sestavy 24 forem, sestavu 24 forem, ukázky aplikací.

Domnívám se, že cíl této bakalářské práce, tj. tvorba a sestavení výukového programu sestavy 24 forem *tai chi chuan*, se autorce podařilo splnit. Tato bakalářská práce má svůj nesporný praktický význam pro oblast didaktiky výuky, jak pro zájemce o toto bojové umění v rámci oddílů, kurzů i seminářů. Určitě jej lze i doporučit všem začínajícím cvičitelům a instruktorům v


jakékoliv oblasti pohybové výchovy. Domnívám se, že její uplatnění se najde i na půdě školní tělesné výchovy na všech typech škol.

Studentka E. Hrubcová svým zpracováním projevila značný a vysokou odbornou erudici v problematice zdravotního čínského umění *tai chi chuanu*. Celá práce je zpracovaná po obsahové i formální stránce velice pečlivě a na velmi dobré úrovni. Jednoznačně vyhovuje požadavkům kladených na BP, proto ji doporučuji k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

- V čem Vás bakalářská práce obohatila ve vztahu osobního pohledu na zkoumanou problematiku a osobní rozvoj pro cvičení a praktikování *tai chi chuanu*?
- Přemýšlíte o možnostech aplikace vašeho programu a jeho rozšíření mezi zájemce?
- Můžete stručně charakterizovat a akcentovat zásadní a uzlové body didaktiky výuky *tai chi chuanu*, vyplývající z navrženého programu?

Návrh na klasifikaci diplomové práce: výborně


.....
Podpis vedoucího práce

V Českých Budějovicích dne : 24.5. 2012

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