

Příloha k protokolu o SZZ č.

Diplomant: Jaromír Pražák, Dis.

Vysoká škola: Jihočeská univerzita
Pedagogická fakulta

Katedra: Výchovy ke zdraví

Aprobace: Výchova ke zdraví

Datum odevzdání posudku: 31. 5. 2012 Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Michaela Pospíšilová

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Pohybové aktivity ve vodě pro seniory a jejich vliv na zdraví s využitím intervenčního programu

Předkládaná bakalářská práce posluchače Jaromíra Pražáka je zaměřena na pohybové aktivity ve vodě pro seniory a jejich vliv na zdraví s využitím intervenčního programu, který byl následně integrován do běžného života seniorů.

Teoretická část tvoří přehledně zpracovaný celek, kde jsou definovány základní aspekty a problematika týkající se stárnutí, charakterizovány fyziologické a psychologické změny, pojící se s danou problematikou. Veškeré poznatky posluchač využil k vytvoření intervenčního pohybového programu, který uvedl do praxe. V bakalářské práci Jaromíra Pražáka je patrná schopnost pracovat s odbornými publikačními zdroji českých i zahraničních autorů při téměř bezchybném použití citační normy ČSN ISO 690, která vstoupila v platnost 1. dubna 2011.

Výzkumná část zahrnuje poměrně podrobně a pečlivě prezentované výsledky a diskuzi. Autor použil metody ke zjištění důležitých antropomotorických údajů, dotazník POP a zpětnou vazbu k získání informací o pozitivním ovlivnění psychických parametrů před a po absolvování intervenčního pohybového programu. Výsledky dotazníků vypovídají o vlivu intervenčního pohybového programu na zdraví seniorů. Prezentace výsledků svědčí o výborné úrovni práce s klienty.

Bakalářská práce posluchače Jaromíra Pražáka může být velmi dobrým návodem jak aktivně zpestřit seniorům dny pohybem a využita ve všech institucích, zabývajících se touto problematikou.

Z formálního hlediska mám k práci následující připomínky:

V obsahu autor čísluje kapitoly 8, 9 a 10.

V diskuzi se objevují překlepy (Začátek věty začíná malým písmenem viz. str. 55, 5. řádek).

U prvního předpokladu autor uvádí, že se částečně potvrdil – ze statistického hlediska není možné.

Autor zapomněl v seznamu literatury uvést citační normy, dle kterých se řídil.

Přes uvedené nedostatky předkládaná práce svým obsahovým zaměřením i formální úpravou splňuje nároky kladené na bakalářskou práci. Doporučuji ji k obhajobě a hodnotím kladně.

Velmi dobře

Návrh na klasifikaci bakalářské práce:

Otázky k obhajobě:

1. Vymenujte vhodné druhy pohybových aktivit ve vodě pro seniory
2. Popište projevy psychického stárnutí



.....
podpis vedoucího bakalářské práce

V Českých Budějovicích, dne 31. 5. 2012

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