

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

Diplomant: Markéta Pospíšilová

Katedra: tělesné výchovy a sportu

Aprobace: učitelství pro ZŠ, TV-Z

Datum odevzdání posudku: 16. 5. 2010

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

POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

Analýza účinnosti jógových programů pro seniory v ČOS

Předkládaná diplomová práce posluchačky Markéty Pospíšilové je zaměřena na aktuální problematiku seniorů současné doby, tj. oblast zdravotně preventivní. Základem práce je postihnout didakticko – benefiční strategie jógových programů uplatňovaných v české obci sokolské. Diplomová práce svou kompozicí a rozsahem odpovídá nárokům kladeným na diplomové práce magisterské. Včetně příloh má daná diplomová práce 105 stran. Je optimálně členěna. Teoretická část obsahuje 55 stran, výzkumná část 42 strany. Přílohy obsahují 8 stran. Sepsání práce nebylo jednoduché. V průběhu realizace diplomové práce se ukázalo, že výhodou pro formulaci cílů a jejich naplnění je již předchozí autorčina zkušenost s aplikací jógových cvičení u osob v seniorském věku, získaná v rámci její bakalářské práce.

Výše uvedený fakt se projevil zejména v teoretické části, kde jsou předkládána teoretická východiska a projekt celé diplomové práce. Teoretická část je adekvátně členěna a je zde patrná velmi dobrá orientace v odborné literatuře. Ve výzkumné části je charakterizována realizace výzkumného záměru, verifikace výzkumných otázek, předkládány výsledky. Výsledky jsou zpracovány do grafů a vyjádřeny procentuálně. Grafické znázornění dat v grafech je přehledné. V diskusi k aplikaci jógového revitalizačního programu autorka uvádí řadu zajímavých a podnětných zjištění.

Závěrem konstatuji, že výsledky diplomové práce posluchačky Markéty Pospíšilové jsou velmi důležité pro praxi cvičitelů v ČOS, případně i pro instruktory jógy všeobecně.

Připomínky:

- V anglické verzi bibliografické identifikace se vyskytují nepřesnosti v názvu univerzity (správně Univerzity of South Bohemia), fakulty (správně Faculty of Education) a katedry (správně Department of PE and Sport), v abstraktu chybí vyjádření k výsledkům motorických testů.

- V práci se vyskytují gramatické a formální chyby, např. s. 82 ...byli vidět pokroky, ale nebyli tak výrazné....navíc celá tato věta nemá správnou gramatickou stavbu. Na s. 83 je v nadpise Cvik číslo 6 a v textu cvik číslo 5. Dále je zde chyba v názvosloví – sed na patách (správně klek sedmo)
- Z hlediska metodologie práce připomínám, že kap. 2.2 s. 11 vyjadřuje výzkumné otázky a ne úkoly. Výzkumné otázky mají být vyjádřeny v přítomném čase.
- Z hlediska zpracování dat připomínám, že signifikance výsledků v motorickém testu mohla být ověřena t-testem.

Přes uvedené připomínky hodnotím práci velmi kladně. Pdkládaná diplomová práce splňuje požadované nároky a doporučuji ji k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

1. Uveďte, k čemu slouží t-test a jak by mohl být využit ve Vaší diplomové práci.
2. Jaké jsou zásady pro provádění jógových cvičení? Jak je to s používáním obuvi při cvičení jógy? Na fotodokumentaci vidíme použití cvičební obuvi.

Návrh na klasifikaci diplomové práce: výborně

.....
podpis vedoucí diplomové práce

V Českých Budějovicích, dne 16. 5. 2010

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