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

Katedra: tělesné výchovy a sportu Aprobace: učitelství pro SŠ biologie - tělesná výchova

Datum odevzdání posudku: 19. 5. 2009 Vedoucí diplomové práce: doc.PaedDr. Milada Krejčí,CSc.

POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

Vliv rozvoje sebekontroly a sebeúcty na snižování nadváhy prostřednictvím jógového tréninku u mužů

Předkládaná diplomová práce posluchačky Michaely Pospíšilové je zaměřena na problematiku obezity a nadváhy u mužů. Tato problematika je v současné době vysoce aktuální a v českých podmínkách opomíjená. Z hlediska obsahového je práce členěna vyváženě. Teoretická část obsahuje 56 stran, výzkumná 48 stran a přílohy 26 stran.

V teoretické části diplomové práce jsou zdařile analyzovány dostupné české a zahraniční vědecké zdroje informací včetně ontogenetických, psychických a sociálních konsekvencí nadváhy a obezity mužů. 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). Z hlediska obsahováho u teoretrické části mám připomínku ke kapitolám 2.9.5 a 2.9.6, které se namísto specifik stárnutí muže zabývají procesem stárnutí ve všeobecné rovině (s výrazy jedinec, stárnoucí osoba, člověk).

V metodologické a výzkumné části práce autorka uvádí své výsledky a verifikaci hypotéz. Statistické zpracování dat je pečlivé včetně testování nulové hypotézy, což by měl být standard u magisterského studia, ale bohužel, často nebývá. 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 muži snížili % tělesného tuku prostřednictvím jógového programu s doprovodem zlepšení psychického stavu, jednak, že tento typ cvičebního programu jim vyhovuje, je pro ně zajímavý a chtěli by v něm pokračovat. Intervenční program, který je zařazen do příloh, je snadno použitelný v jakémkoliv edukačním prostředí. Je však nutná znalost jógových technik.

Závěrem konstatuji, že výsledky této práce jsou velmi důležité a inspirativní pro praxi cvičitelů. Vlastní realizace programu a celého výzkumu představovala pro autorku možnost participovat na

týmovém výzkumném šetření v rámci projektu GAČR 406/05/2431, což je výborná zkušenost z hlediska jejího profesního zaměření.

Předloženou diplomovou práci posluchačky Michaely Pospíšilové považuji za velmi zdařilou a citlivě zpracovanou vzhledem k dané problematice a velmi ráda ji doporučuji k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

1. Co vyjadřuje termín andropausa? Jaký má vztah k problematice Vaší práce?
2. Co lze z Vaší práce vyvodit pro přípravu a praxi budoucích učitelů tělesné výchovy a biologie na SŠ?

Návrh na klasifikaci diplomové práce: výborně .....

doc.PaedDr. Milada Krejčí,CSc.,v.r.

.....

podpis vedoucí diplomové práce

V Českých Budějovicích, dne 19. 5. 2009

Stupeň kvalifikace:	výborně	Velmi dobře	dobře	nevyhověl