

Práci předložil(a) student(ka): **PETR HRANÁČ**
Tělesná výchova a sport

Název práce: **AKTIVACE NERVOVÉ SOUSTAVY V PRŮBĚHU
RELAXAČNÍCH CVIČENÍ**

Oponoval/a : Mgr. Vladimíra Lovasová, PhD.

Předložená bakalářská má výzkumný charakter. Zabývá se neurofyzilogickými aspekty relaxace. V úvodních částech BP je zřetelně a kvalitně definován výzkumný cíl. Jako připomínku uvádím pouze možnost dvojího výkladu pojmu „koncentrace“ v rámci hypotéz. Výše uvedený termín „koncentrované vědomí“ je výstižnější.

Obsahová struktura celé bakalářské práce působí logicky a vzhledem k vytyčenému cíli je relevantní. Jednotlivé stati jsou nabyté fakty a předkládány odpovídající stylistikou. Ne vždy však autor dostatečně odkazuje na zdroje, ze kterých čerpal (např. subkapitola 2.1). Některé kapitoly jsou tažené pouze jedním pramenem. Autor v citacích neuvádí strany, čímž nelze posoudit míru shody. Za drobný nedostatek považuji to, že v subkapitole č. 5.4.1 („*Teorie temperamentu*“) žádné příklady temperamentových teorií uvedené nejsou, pouze jejich obecné třídění, a to dle online zdroje. Vzhledem k cíli BP lze také polemizovat o logičnosti zařazení subkapitoly č. 6.3.1 („Syndrom vyhoření“). Naopak oceňuji způsob zpracování kapitoly č.4 („Měření EOG“) a zařazení stati o neurofyzilogii stresu (v rámci subk. č. 6.3).

K metodologii výzkumné části nemám připomínky. Pozitivně hodnotím zejména pečlivost při analýze dat a názornost předkládaných grafů. V rámci popisu

zkoumaného souboru jsem však nenalezla velikost porovnávaných skupin. Z výsledných ukazatelů to sice rozpoznat lze, tento údaj patří k základnímu úvodnímu vymezení výzkumu. Také není zřetelný způsob, kterým autor zjišťoval, do které skupiny (meditující/nemeditující) má probandy zařadit. Z formálního hlediska neshledávám výrazné nedostatky, pouze odklon od doporučené bibliografické normy pro FPE v seznamu literatury.

I přes uvedené připomínky, považuji bakalářskou práci za kvalitní a přínosnou a doporučuji ji k obhajobě.

Dotazy a připomínky k obhajobě:

- Zdůvodněte zařazení subkapitoly 5.4 („*Temperament* ...“).
- Jakým způsobem jste zjišťoval, do které skupiny (meditující/nemeditující) máte probandy zařadit.
- Stalo se, že některý z probandů při relaxaci, která byla součástí testování, usnul ?

Celkové hodnocení práce : ***výborně***

Datum: 10. 5. 2015

Podpis:

