

# ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

Fakulta pedagogická  
Katedra psychologie

## PROTOKOL O HODNOCENÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE (Posudek oponenta práce)

Práci předložil(a) student(ka): **Jakub Čapský**

Název práce: **Sport jako prostředek prevence a zvládnání stresu**

| Předmět hodnocení                                   | Výborné | Velmi dobré | Dobré | Nevylh. |
|---|---------|-------------|-------|---------|
| Iniciativa a samostatnost při zpracování            |         |             |       |         |
| Splnění cíle a rozsahu zadání                       |         |             | X     |         |
| Úroveň zpracování teoretické části                  |         |             | X     |         |
| Úroveň zpracování analytické části                  |         |             | X     |         |
| Projektová a metodologická koncepčnost              |         | X           |       |         |
| Vhodnost použitých metod                            |         |             | X     |         |
| Způsob zpracování dat                               |         | X           |       |         |
| Správnost, důkladnost vyhodnocení výsledků          |         |             | X     |         |
| Odborná jazyková úroveň                             |         | X           |       |         |
| Formální uspořádání a úprava (text, grafy, tabulky) |         | X           |       |         |
| Práce s odbornou literaturou (citace a odkazy)      |         | X           |       |         |
| Celková odborná úroveň BP                           |         |             | X     |         |
| Celkový přínos BP                                   |         |             | X     |         |

### Doplnění hodnocení, připomínky, dotazy:

Student předložil k obhajobě práci, ve které se věnuje problematice zvládnání stresu a jeho možné prevenci pomocí sportu. Hlavní cíle práce bylo zjistit, zda lidé, kteří se věnují aktivně sportu, jsou méně náchylní ke stresu. Cíle práce se podařilo naplnit na uspokojivé úrovni.

V teoretické části práce se student věnuje analýze pojmu stres, seznamuje čtenáře s druhy stresorů a okrajově rozebírá vliv sportu na zdraví a stres. Text práce je velmi strohý, jednotlivé pojmy jsou vágně vysvětlené, kapitoly postrádají logickou návaznost. Vzhledem k tomu, že hlavním tématem práce je problematika stresu, postrádám v práci hlubší vhled do problematiky, informace jsou obecné a postrádají odbornou relevanci. Student tak nevytvořil zcela pevný základ pro následující výzkum.

Výzkumná část práce je postavena na dotazníkovém šetření u žáků SŠ. Autor využil standardizovaný dotazník pro měření náchylnosti ke stresu. Výběr dotazníku pro adolescentní studenty je diskutabilní a ani jím není primárně určen. Po metodologické stránce se autor dopustil několika chyb, není zcela přesně stanovena výzkumná otázka (působí to na mě, že má autor soukromý odhad) a hlavně není dodržena anonymita vzorku, což se považuje za zásadní chybu. Interpretace získaných dat je velmi obecná, autor komentuje výsledky „dojmologicky“ („...pravdu jsem měl jen zpoloviny...“ apod.). Rozbor dat je povšechný a vágní, postrádám studentův odborný vhled do problematiky a vlastní závěry.

Celkově práci hodnotím jako podprůměrnou. Seznam prostudované literatury je chudý, autor cituje pouze z několika málo knih českých renomovaných autorů. Teoretická část práce je velmi

obecná, odpovídá nároků pro sylabus, kapitoly postrádají strukturu a logickou návaznost. Výzkumná část má několik nedostatků, které jsou zmíněny výše. Na celém dokumentu je vidět, že si s ním student nedal příliš práce. Práci doporučuji k obhajobě, ovšem vzhledem k výše uvedeným výtkám s výhradami a podmiňuji přijetí práce precizní obhajobou.

**Dotazy, které by se mohly stát předmětem obhajoby:**

1. *Vysvětlíte pojem biopsychosociální zdraví.*
2. *Jaké výsledky jsou ve vašem výzkumu nejzajímavější a proč?*

**NAVRHOVANÁ ZNÁMKA:**

*dobře*

Datum: 15. května 2016

Mgr. K. Kubíková, Ph.D., oponent BP

