

OPONENTSKÝ POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Akademický rok 2017/2018

Jméno studenta: Adam Tročil
Studijní obor: Tělesná výchova a sport
Téma bakalářské práce: Novodobé směry jógy jako způsob prevence civilizačních chorob

Typ bakalářské práce

- výzkumný
- metodický
- výukové médium (videopořad apod.)
- kompilační
- projektový

Oponent práce: Mgr. Věra Knappová, Ph.D.

Kritéria hodnocení: (1 nejlepší, 4 nejhorší, N-nelze hodnotit)	1	2	3	4	N
A) Definování cílů a úkolů práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B) Vymezení problému, definice teoretických východisek, formulace vědecké otázky	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C) Metodický postup vypracování	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D) Jazykové zpracování práce (skladby vět, gramatika)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E) Práce s odbornou literaturou (citace)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F) Přesnost formulací a práce s odborným jazykem	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G) Závěry a jejich formulace	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H) Splnění cílů práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I) Formální zpracování práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J) Originalita zvoleného tématu a jeho zpracování	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
K) Odborný přínos práce (pro teorii, pro praxi)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
L) Grafická stránka práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
M) Celkový dojem z práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vzhledem k uvedeným skutečnostem **doporučuji** předloženou práci k obhajobě před státní komisí.

Navrhuji klasifikovat práci klasifikačním stupněm:

- výborně
- velmi dobře
- dobře
- nevyhovující

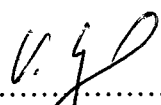
Stručné zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:

Předložená bakalářská práce je výzkumného a metodického charakteru. Cíl práce a "úkoly" specifikované jako další cíle spolu korespondují. Práce popisuje jednotlivé jógové pozice a jejich vliv na lidský organismus z hlediska prevence a někdy i léčby chronických civilizačních onemocnění. Vyvozené závěry autor dokládá čerpáním z publikací, studií a výzkumů. Prezentovaná zjištění jsou zajímavá, přesto přímý vliv jógových ásán na řešení tak komplexních onemocnění jako jsou kardiologická, metabolická či psychiatrická onemocnění je místy nadnesený (např. redistribuce tukové tkáně vlivem jógy by byl zcela jistě poměrně dlouhý proces s nejistým výsledkem). Přesto lze s vyvozenými závěryvlivu zdravého životního stylu v globálu souhlasit. V popisu ásán autor uvádí specifický přínos konkrétních ásán, metodická doporučení, chybí výčet možných chyb.

Otázky a připomínky k bližšímu vysvětlení při obhajobě:

Jaká hlavní úskalí a kontraindikace spatřujete ve cvičení jógy?

V Plzni, dne 1.6.2018



 podpis oponenta práce

