

## OPONENTSKÝ POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

Akademický rok 2022/2023

**Jméno studentky:** Bc. Veronika Vlčková  
**Studijní program:** Učitelství pro 1. stupeň základní školy  
**Téma diplomové práce:** Spánek a stres u dětí mladšího školního věku a jeho ovlivnění relaxačními technikami

**Typ diplomové práce**

výzkumný  
 metodický  
 výukové médium (videopořad apod.)  
 kompilační  
 projektový

**Oponent práce:** Mgr. Petr Valach, Ph.D.

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

Diplomová práce má výzkumný charakter a zabývá se problematikou ověření intervenčního programu zaměřeného na zlepšení spánku u dětí mladšího školního věku pomocí relaxačních technik. Téma považuji za originální, aktuální, práce po stránce obsahové i formální splňuje požadavky kladené na zpracování závěrečné kvalifikační práce.

Autorka se v DP dopustila následujících nepřesností:

1. Celá práce je členěna do jednotlivých kapitol nestandardně, základní kapitoly jako Úvod, Teoretická východiska, Diskuze,... nejsou číslované.
2. Kapitulu Teoretická část doporučuji nazvat Teoretická východiska a text na str. 4, který pojednává o obsahu jednotlivých kapitol považuji za nadbytečný.
3. Na str. 5 chybí letopočet u citací Ericsson, Vágnerová, Vaněk, na str. 50 Praško,... a na str. 18 u citace Selye. Tento zdroj, navíc, shodně jako zdroj Ericsson, není uveden v seznamu použité literatury.
4. Na str. 11 se vyskytují odstavce bez citace, na str. 22 není uveden žádný použitý zdroj a na str. 12, 13 je citován zdroj pouze jeden.
5. Chybná terminologie...str. 20 "dýchací cvičení"; str. 23..."sevření svalové skupiny" (vysvětlit).

6. Citace a popisy některých grafů se vyskytují na jiné straně než graf; graf 3 obsahuje v legendě o jednu barvu navíc.
7. Kap. 5 je nazvána Metodika praktické části. Metodika by se měla týkat i zpracování části teoretické.
8. Cíl a úkoly práce, hypotézy nepatří do kap. Metodika.
9. V seznamu zdrojů se vyskytuje nejednotnost citací, literaturu doporučuji očíslovat.
10. U internetového zdroje "FBLT" se nejedná o Fakultu biomedicínského inženýrství, ale o skripta nazvaná "Funkce buněk lidského organismu" autorů z 3. LF UK.
11. Formulace popisů některých grafů bych doporučoval přeformulovat z: "Graf zjišťuje..." na např. "Z grafu můžeme vyčíst...", protože graf nic nezjišťuje.
12. Nadpis kap. 6.1 má nepřesný název "Dotazníkové šetření - vyhodnocení hypotéz". Stanovené hypotézy se potvrzují nebo vyvrací.
13. Obrázek 3 má nízkou kvalitu a u obr. 11 je uveden popis "Leh mírně roznožný", což neodpovídá fotografii.
14. V práci se vyskytují chybějící nebo nadbytečné čárky v souvětí pouze v sedmi případech, překlapy 6x.

#### **Otázky a připomínky k bližšímu vysvětlení při obhajobě:**

1. Vysvětlíte definici mladšího školního věku dle Kouby (1995) na str. 5.
2. Vysvětlíte, jak souvisí sebeuspávání se sebepoškozováním (str. 12).
3. Z čeho usuzujete na str. 26, že pilotní experiment při počtu 34 žáků není validní?
4. Na str. 24 uvádíte užití standardizovaného dotazníku. Opravdu je Vámi použitý dotazník standardizovaný?
5. Na str. 29 hovoříte o nepotvrzení původní hypotézy týkající se počtu hodin spánku. Vysvětlíte, co znamená vyjádření „původní hypotéza“ a proč se takovou hypotézou zabýváte, když v práci není formulována.
6. Vysvětlíte 1. odstavec na str. 31, kde se opět zmiňujete o původní hypotéze, která nebyla stanovena.
7. Na základě čeho usuzujete na str. 31, že pokud by byl dotazník předložen jiným respondentům, výsledky by pravděpodobně ukázaly, že dětem vstávání potíže dělá?
8. Vysvětlíte vyjádření „špatné návyky“ ze str. 35“.
9. Strukturovaný rozhovor po pohybové intervenci byl uskutečněn pouze se čtyřmi dětmi, z nichž ne všechny odpověděly shodně. Na základě takto provedeného výzkumu nelze stanovené hypotézy potvrdit ani vyvrátit! Vysvětlíte kap. 6. 1.

V Plzni, dne 26. 5. 2023

.....  
podpis oponenta práce