

## **Bakalářská práce: Jógová cvičení pro děti ve školní družině**

**Autor: Hana Lukešová**

**Studijní obor: vychovatelství**

**Rok: 2008**

**Oponent práce: PaedDr. Marie Hronzová**

Zvolené téma se jeví jako aktuální s ohledem na rozšíření možností a využití pohybových aktivit ve školní družině. Významný je preventivní a zdravotní aspekt jógy ve smyslu tělesném i duševním.

Autorka pojala svoji práci teoreticko – prakticky. Struktura práce je vyvážená. *Teoretická část* obsahuje nejdůležitější poznatky z historie jógy, základní techniky a postupy i zvláštnosti pro cvičení jógy s dětmi mladšího školního věku. Nabízí i porovnání poznatků z různých zdrojů. V *empirické části* zvolila autorka velice jednoduché postupy, pro úroveň bakalářské práce však postačující.

Formulace cíle, problému, úkolů a hypotéz by měla být pregnantnější, rovněž tak jejich vyhodnocení. Kapitoly *Výsledky, Diskuse a Závěr* se místy obsahově prolínají.

Nesporným kladem a přínosem práce jsou cvičební sestavy, kvalitně zpracované v přílohách. Svoji názornou formou mohou být dobrou pomůckou pro vychovatele, učitele a cvičitele při školních i mimoškolních pohybových aktivitách.

Zvolené téma je zpracováno s nadhledem, a i s patrným entusiasmem. Autorka dokázala využít své osobní zkušenosti a konfrontovat je s odbornými poznatky.

Po formální stránce práce splňuje většinu požadavků. Jazyková i grafická úroveň je velice dobrá. U fotografické dokumentace chybí souhlas se zveřejněním.

Po odborné stránce doporučuji autorce, aby nekombinovala laické a odborné tělocvičné názvosloví.

Bakalářská práce Hany Lukešové splňuje požadavky publikačního manuálu, proto ji doporučuji k obhajobě.

**Klasifikace:** velmi dobře

**Otázky k obhajobě:** 1) Jaké jsou zvláštnosti, resp. odlišnosti, při cvičení jógy dětí venku?  
2) Jak ovlivňují jógová cvičení vadné držení těla u dětí mladšího školního věku?

V Praze, dne 20.dubna 2008