

Posudek vedoucího diplomové práce

Autor: Bc. Eliška Nejdlová

Název: **Zkušenosti lektorů Feldenkraisovy metody s využitím skupinových lekcí Pohybem k sebeuvědomění u dětí**

Vedoucí práce: PhDr. Jitka Vařeková, PhD.

Rozsah: 65 stran

Literatura: 43 literárních odkazů, 8 stran příloh

Obsah práce:

Úvodní teoretická část nabízí východiska k tématu: přiblížení Feldenkraisovy metody, a to konkrétně jejích skupinových lekcí Pohybem k sebeuvědomění.

Práce je kvalitativní a tomu odpovídá i zvolené členění práce, kdy celé hloubkové zkoumání fenoménu skupinových lekcí je podrobně nastíněno v deskriptivně analytické části práce. Metodami sběru dat byly analýza literatury, písemné zjišťování názorů a zkušeností lektorů FM a vlastní zkušenosti s realizací dětských lekcí.

Dotazy k obhajobě:

- 1) V čem se domníváte, že spočívají hlavní rozdíly cvičení Pohybem k sebeuvědomění podle M. Feldenkraise oproti jiným typům zdravotních cvičení?
- 2) Z Vašich osobních zkušeností s dětskými lekcemi Feldenkraisovy metody: lze zmínit nějakou pozitivní zkušenost (co bylo překvapivě úspěšné, co se setkalo s dobrou reakcí dětí či rodičů) a kde shledáváte úskalí uplatnění tohoto přístupu?

Hodnocení:

Feldenkraisova metoda není novinkou mezi metodami práce s tělem, ale v poslední době se setkáváme s její stále větší popularitou. Zájem lze přičíst na jednu stranu většímu zájmu o celostní vnímání lidského zdraví v běžné populaci a na druhou stranu ve vědecké sféře rozvoji poznatků z oblasti neurofyziologie (vývojová kineziologie, psychosomatické konsekvence, ideomotorika aj.), s nimiž Feldenkraisova metoda úzce koresponduje.

Z toho důvodu jsem přivítala, že na naší katedře bude zpracovávána práce s touto tematikou. Diplomantka Eliška Nejdlová byla ve svém studiu na FTVS aktivní již od prvního ročníku. Nejen, že nadstandardně spolupracovala ve výuce, ale účastnila se i nepřeberné řady akcí nabízených v rámci studia i mimo něj. Účastnila se zahraničních pobytů, jako dobrovolník i posléze profesionál působila na řadě akcí z oblasti aplikovaných pohybových aktivit a mimo jiné se i dále profesně vzdělávala na odborných kurzech. Je zatím prvním studentem našeho oboru, který podstupuje několikaletý výcvik Feldenkraisovy metody ve Vídni.

Diplomantka Eliška Nejdlová si téma vybrala samostatně a intenzivně se mu věnovala v průběhu několika let. Předložená práce je pilotním výzkumem k práci disertační a vytváří teoretický prostor pro hlubší zkoumání využití lekcí FM u dětí. Že se jedná o fenomén zajímavý a aktuální potvrzují i pozitivní reakce lektorů FM, s nimiž jsem měla možnost téma diskutovat.

Zpracování práce je na dobré úrovni. Diplomantka dobře pracuje s jazykem a vycházela z moderní metodologické literatury. Snaha o poctivé přípravy a zpracování tématu nicméně mnohdy vedla ke zpoždění práce, které se při finalizaci projevilo. Při větším časovém prostoru by bylo možné některé části zpracovat podrobněji a doplnit souvislosti (např. zahrnout dětský psychomotorický vývoj, více přiblížit dětské lekce FM pomocí příkladů aj.).

Souhrn:

Autorka práce Eliška Nejdlová pracovala dlouhodobě a samostatně. Práce splňuje požadavky kladené na vypracování diplomové práce, a proto ji doporučuji k obhajobě.

V Praze, 2. 9. 2017

PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.