

Oponentský posudek

na diplomovou magisterskou práci „**Alexandrova technika a anti-gymnastika a možnost jejich využití v tělesné výchově na středních školách**“.

Autorka práce, **Linda Mašková**, si uložila za cíl popis a shrnutí dvou v názvu uvedených metod, ve kterých způsob pohybování příliš nezapadá do kontextu tělovýchovných činností, v současné době frekventovaných na všech typech našich škol. Na základě svých osobních zkušeností se chce pokusit o zhodnocení možnosti jejich využití v rámci stávajícího způsobu vyučování tělesné výchově, konkrétně na gymnáziu. Hned v úvodu je třeba vyzdvihnout, že si zvolila obtížné tělocvičné metody a to z pohledu současné požadované motivace spíše k aerobním a herním aktivitám. Zvolila si studium metod a jejich praktické využití proto, že oběma metodám je společná snaha, praktickou činností vést a vychovávat člověka k jinému uvažování o svém těle a mysli. Učit jej předcházet poruchám těla i duše aktivně, vlastní snahou a uvědoměním. Uvědoměním si té skutečnosti, že člověk je tělo a duše v celku a nikoliv dvě samostatné existence. Správně uvažuje, že předchozí myšlenku my lidé sice rozumově chápeme, ale nerozumíme jí. Chybí nám k porozumění zkušenost. Autorka se domnívá, že cesta za onou zkušeností je dostupná osvojením si jedné či druhé popisované metodiky.

A tak je také práce rozdělena. Nejprve po krátké předmluvě se autorka zabývá „Alexandrovou technikou“, a ve druhé části tzv. „Anti-gymnastikou“. Obě důležité části mají v textu podobné názvy podkapitol. V nich se relativně samostatně pojednává o harmonii lidského organismu, vysvětlují se základní pojmy s nimiž se v jednotlivých metodách pracuje, hovoří se o vztahu metod ke zdraví, sportu apod. K důležitým částem práce patří také didaktické informace, jak s jednotlivými metodami pracovat při vyučování a „Zásobníky cviků“. Ty mají čtenáři naznačit oč konkrétně se vlastně za teorií publikovaných metod skrývá, jakéže prostředky je třeba si osvojovat.

Abych se však také obhajobou diplomové práce poučil, mám k ní následující připomínky:

- Název práce v abstraktu by měl odpovídat názvu práce na titulním listu.
- V textu lze nalézt drobné chyby, např. s. 14 ve 3.odstavci, 1.větě; poslední věta na s. 17; s. 23, 2. věta.....dobrou nálada...; s.25, ...spousta sportovců se zaobíralo; poslední věta na s. 41; apod.

- Těžko mohu přijmout informaci, že Alexandr jediný vyvinul metodu.....viz s.11. Přestože v textu je snaha porovnávat tu a tam podobné či lehce rozdílné myšlenky v jedné či druhé metodě, očekával jsem, že v kapitole Diskuse si souhrnně ještě vše zopakují a naleznou i další, můžeme říci tělovýchovné metody, které - když ne stejně, tak ve stejné snaze pracují, informují, vyučují. Ta kapitola však v práci chybí. Jen částečně ji nahrazuje Závěr, který však postrádá zařazení obou metodik do širšího kontextu podobných autorských snah. A diplomová práce má mít část, ve které by se měly potkat pohybové systémy, které mají podobný základ a pak je možné diskutovat, jak je požadováno s literaturou a vlastními zkušenostmi. Závěr pak může být v textové části mnohem úspornější.
- S.20 Alcantara se zřejmě mylí, že Al. metoda se nedá ve fyzioterapii uplatnit, nebo ne? Vždyť na lekce AL. metody přicházejí lidé ve chvíli, kdy cítí bolest.
- Harmonogramy hodin TV....do textové části nepatří. Uvádějí se přílohách.
- Objevují se i ne zcela srozumitelná souvětí. Např. poslední odstavec na s. 22. V části 3.8.1., ve 2. odstavci posledních 5 vět, apod. Někde si autorka protiřečí, např. v posledních větách 2. odstavce na s. 53.
- V textu jsou věty, které čtenáři nic neříkají. Např.: „Al. technika je komplilovaná v tom, že cviky jsou založeny na drobných nuancích,...“. Jakých nuancích?
- Pokud uvádíme zásobník cviků a v textu říkáme, že cvičení se musí cvičit pečlivě...je nutné cvičení uvést obrázkem, řádným popisem, (viz např. na s. 35 apod.) myslím tělocvičným a upozornit na frekventované chyby. Cvičení takového charakteru, které diplomovou prací předkládáme, je poněkud nepochopeno, cvičíme li je v botách, když upozorňujeme na držení hlavy a čtenáři je na obrázku C páteř zahalena hustými kadeřemi, apod.
- Když připomínáme kalokagathii, nelze hovořit jen o kráse. (S.45)
- Je škoda, že se pohybové vzory, v práci uvedené a jejich význam neopírají o publikace kineziologické, případně i jiné odborné.

Dotazy:

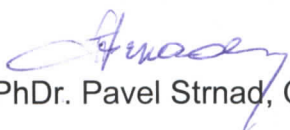
- S.16. - Proč nechceme v Al. technice docílit kontroly nad celým tělem?
- S. 17 - Jaké má být držení hlavy v postoji?

- S. 24 – Opravdu všechny sportovní aktivity „skvělým způsobem“...jak trénovat tělo i ducha...? Profesionální sport a šetrná péče o tělo? Opět otázkou je naznačen prostor pro diskusi.
- S. 25 – Jak se měří koordinace?
- S. 26 – Jak je možné zneužívat Alexandrovu metodu?
- S.51 – Co to znamená „:...každá fyzická aktivita by měla být založena na svalech a jejich antagonistech.“

Závěr:

Diplomová práce Lindy Maškové, jak výše, uvádím má mnoho kladů. Obsahuje řadu myšlenek, které se váží k úctě a péči o tělo, a také naznačuje, že člověk je více než hmotná existence. Zdá se, že autorka ví o čem píše, čeho si vážit z prostudovaných publikací a co vštěpovat svým studentům prostřednictvím tělovýchovného vzdělávání. Práce má také nedostatky. Ty spatřuji ve způsobu zpracování kapitol, které diplomová práce, byť takto koncipovaná, může mít. Připomínky, které formuluji, mají diskusní povahu a naznačují, že je třeba při psaní odborných textů vážit slova a respektovat odbornou terminologii. Oceňuji, že metodiky, v práci popisované, byly vyzkoušeny, uvedeny autorkou do pedagogické praxe. Práci doporučuji k obhajobě.

V Praze, 14. 4. 2010


Doc. PhDr. Pavel Strnad, CSc.

