

Oponentský posudek

Posluchač **Adam Šlégl** zpracoval svoji bakalářskou práci na téma „**Subjektivní pocity účastníků po absolvování Feldenkraisovy metody – Pohybem k sebeuvědomování**“.

Bakalářská práce je sepsána na 54 stranách a pro její zpracování, orientaci v tématu, autor využil a prostudoval 11 monografií. Studoval rovněž z nabídek internetových zdrojů, mezi nimiž je řada studií a výzkumných prací převážně zahraničních. Celkový počet tak činí 36 literárních prací, uvedených v 7. kapitole.

Bakalářskou práci autor rozdělil na dvě podstatné části; a to teoretickou a praktickou. Teoretická část seznamuje čtenáře s Feldenkraisovou metodou a jejím ohlasem ve světě. Z dostupné literatury publikuje tu základní tvůrčí myšlenku M. Feldenkraise, že apriori nejde o mechanické pohybové nucení se k výkonu a pružnosti, ale především k pohybovým vzorům, které při pozorném provádění mění lidské citění, myšlení, chápání a fungování těla. Vhodně je včleněna i ta část práce, která pojednává o osobnosti Moshé Feldenkraise. Přibližuje v ní některé z podstatných Feldenkraisových tezí, jimiž řídil svůj osobní život a působil jimi ve svých odborných či vědeckých aktivitách. Své místo má v textu i praktická ukázka části cvičební lekce. Neznalého čtenáře seznamuje se způsobem interpretace cvičebních příkladů cvičencům. Jde o to, i bez ukázky a dopomoci cvičitele, zpřístupnit pochopení cvičebního tvaru slovem a tím současně cvičit pozornost sepětí slova s pohybem. Celkově, teoretická část práce prozrazuje, schopnost autora pracovat s prostudovanou literaturou.

V praktické 3. části nás diplomant seznamuje s cílem práce, výzkumnými otázkami, metodami a postupy. Tato část je dostatečně informativní, stručná a přehledná.

Výsledky výzkumu jsou logicky rozděleny do dvou částí tak, jak byly dotazníky postupně předloženy k vyplnění výzkumným osobám. První část obsahuje výsledky o cvičencích, jejich důvodech k účasti v kurzu apod. Druhá část obsahuje odpovědi na otázky předložené po absolvování kurzu. Výsledky jsou shrnuty a uvedeny grafických vyobrazeních a sice v reálných číslech a nebo v procentech. Čtenáři dávají dostatečnou informaci o odpovědích na otázky z obou dotazníků i bez bližšího komentáře.

Diskusní část je věnována zamyšlení nad získanými výsledky. Vyskytují se zde i případná porovnání s výsledky a názory autorů uvedených v 7. kapitole.

Připomínky:

- Vymezení problému je správné; podle mého názoru mělo být spíše uvedeno jako citát opatřený autorem.

- Domnívám se, že cíl práce bylo možno formulovat takto: „Cílem výzkumu je sledování individuálního vnímání účinků cvičení osobami po třídním intenzivním kurzu FM.“ Jak cíl budu řešit, sem nepatří.
- Na s. 33 měl být uveden odkaz na Lickertovu škálu. Podobně na s. 45 chybí citace u Feldenkraise.
- Po formální stránce za číslem grafu, nemá být čárka. A za tímto číslem by měl být název grafu, zahájený velkým počátečním písmenem.
- Chyby v textu, např. na s. 44. Je třeba vyvarovat se v odborných textech hovorových výrazů či slovních spojení; napří Moshé mi ukázal...(s. 48).
- V diskusi, která je zaměřena na hodnocení výsledků, mohly být uvedeny odkazy na příslušné grafy ve výsledkové části; pro rychlejší orientaci mezi oběma částmi.

Dotazy:

- Co očekávali účastníci kurzu , jak píšete - „v oblasti teoretické výuky“?
- Co chápete pod sociální a estetickou pohodou?
- Po zkušenostech, které jste získal z poznání Feldenkraisovy metody, kam budete směřovat svá další studia?

Závěr:

Předložená bakalářská práce Adama Šlégla prozrazuje, že ji autor zpracovával s velkým zaujetím a studiem si obohatil své stávající tělovýchovné poznání. Práce splňuje požadavky na ni kladené studijním a zkušebním řádem UK FTVS a proto ji doporučuji k obhajobě.

Doc. PhDr. Pavel Strnad, CSc.

V Praze, 28.4. 2015