

# Z Á P A D O Ě Š K Á U N I V E R Z I T A V P L Z N I

Fakulta pedagogická  
Katedra psychologie

## PROTOKOL O HODNOCENÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE (Posudek vedoucí práce)

Práci předložil(a) student(ka): Lucie Štychová  
Název práce: Relaxace dětí v mateřské škole

Předmět hodnocení	Výborné	Velmi dobré	Dobré	Nevyh.
Iniciativa a samostatnost při zpracování		x		
Splnění cíle a rozsahu zadání	x			
Úroveň zpracování teoretické části		x		
Úroveň zpracování analytické části		x		
Projektová a metodologická koncepčnost			x	
Vhodnost použitých metod	x			
Způsob zpracování dat		x		
Správnost, důkladnost vyhodnocení výsledků		x		
Odborná jazyková úroveň		x		
Formální uspořádání a úprava (text, grafy, tabulky)		x		
Práce s odbornou literaturou (citace a odkazy)		x		
Celková odborná úroveň BP		x		
Celkový přínos BP		x		

### Doplňné hodnocení, připomínky, dotazy.

Cílem předložené práce je popsání způsobů relaxace dětí i učitelé v MŠ, jejich jednotlivých forem a účinnosti. Celkem se šetření zúčastnilo 36 učitelé MŠ.

Stanovených cílů se autorce podařilo dosáhnout na poměrně solidní úrovni.

Práce má klasičtější formu, teoretický úvod a praktickou část, která je tvořena dotazníkovým šetřením a rozhovorem s učitelkou z Waldorfské školy.

Teoretická část práce je zpracována kompilační metodou, obsahuje základní informace z oblasti psychohygiene, teorie stresu, a prevence stresu. Pak následuje přehled různých uvolňovacích technik včetně využití kreativity a meditace. Zajímavá je též kapitola o dechových cvičích.

Praktická část sice neobsahuje základní východiska, podrobnější interpretaci získaných dat, dotazník je jednoduchý, ale poskytuje alespoň povšechný pohled na využívání relaxačních technik během dne v mateřské škole. Také rozhovor vedený s učitelkou podává dosti zajímavé informace, i když ne všechny se týkají zkoumané problematiky.

Přehled literatury je dostačující, výsledky zkoumání jsou uvedeny v tabulkách, které jsou přehledné a srozumitelné.

Práci lze hodnotit celkově jako dobrou, autorka prokázala, že se ve zkoumané problematice umí orientovat.

Doporučuji k obhajobě.

### Dotazy, které by se mohly stát předmětem obhajoby

1. Jaká věková omezení vidíte u předškolních dětí v oblasti využití relaxačních postupů?
2. V čem zejména vidíte význam relaxací u učitelů obecně?

Plzeň, 18.7.2012

NAVRHOVANÁ ZNÁMKA: velmi dobře

Datum: 22. července 2012

PhDr. Alena Šzachtlová