

Práci předložila studentka: **Barbora Bláhová**, Výchova ke zdraví
Název práce: **Životní styl seniorů**

Oponent: PhDr. Lenka Novotná

1. CÍL PRÁCE:

Bakalářská práce studentky Barbory Bláhové řeší aktuální problematiku z oblasti gerontopsychologie. Práce poskytuje pohled na opomíjenou skupinu - seniory a sleduje jejich životní styl s důrazem na specifika této populační skupiny. Cíl práce byl splněn jak v oblasti teoretické, tak výzkumné. Projekt práce byl zdařile realizován. Výsledky výzkumu odhalují zajímavá zjištění o způsobu života českých seniorů a rizikových faktorech, které ohrožují jejich duševní i fyzického zdraví.

2. OBSAHOVĚ ZPRACOVÁNÍ:

Práce studentky je vyvážená, teoretická i praktická část jsou fundované a vhodně na sebe navazují. Rozsah práce je dostatečný, doplněný o přílohy. Seznam literatury obsahuje 31 titulů renomovaných autorů a značný počet internetových zdrojů. Obsah je orientován na čtyři okruhy, které jsou teoretickým základem pro realizovaný výzkum. Východiskem pro výzkumný projekt jsou zejména třetí kapitola pojednávající o životním stylu a zásadách správné životosprávy a kapitola 2. pojednávající o involučních změnách v oblasti tělesné, psychické a sociální.

Z textu je patrná orientace a porozumění problematice a schopnost tvořivě řešit výzkumný problém.

Výzkum je dobře připraven po stránce metodologické i realizaci. Zvolený vzorek 64 respondentů ve věku 64 - 76 let je dostatečně reprezentativní. Výsledky dotazníkové techniky jsou kvalitativně i kvantitativně vyhodnoceny a vhodně analyzovány. Kladem je přehlednost a grafické vyjádření. Metodika výzkumu odpovídá záměrům a zvoleným cílům.

Kladně hodnotím precizní analýzu výsledků i úroveň jejich interpretace.

3. FORMÁLNÍ ÚPRAVA:

Práce nemá formální nedostatky a je v souladu s požadavky na bakalářskou práci. Kladem je srozumitelnost a logičnost textu a snaha o komplexní přístup k teoriím a koncepcím stáří v kontextu životního stylu. Autorka využívá značné množství prostudované literatury, které vhodně aplikuje při tvorbě jednotlivých kapitol. Kladem je grafické vyjádření výsledků výzkumu.

4. STRUČNÝ KOMENTÁŘ HODNOTITELE:

Kladem předložené práce je její aktuálnost a společenská významnost zkoumané problematiky. Kladně hodnotím osobní motivaci studentky, která vedla k výběru tématu a jeho zpracování. Bakalářská práce má po stránce obsahové i formální velmi dobrou úroveň, proto ji doporučuji k obhajobě.

5. OTÁZKY A PŘIPOMÍNKY DOPORUČENÉ K BLIŽŠÍMU VYSVĚTLENÍ PŘI OBHAJOBĚ:

Kde jsou největší rezervy zdravého životního stylu seniorů?

6. NAVRHOVANÁ ZNÁMKA:

výborně

Datum 18.4.2014

Podpis: PhDr. L. Novotná

