



FAKULTA PEDAGOGICKÁ  
ZÁPADOČESKÉ  
UNIVERZITY  
V PLZNI

Katedra psychologie  
Oddělení výchovy ke zdraví  
a osobnostně-sociálního rozvoje  
Chodské náměstí 1  
306 14 Plzeň

## POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE (Posudek vedoucího práce)

**Jméno studenta:** Tereza ŠPERLOVÁ

**Studijní obor:** Výchova ke zdraví

**Název diplomové práce:** Efektivita učení jako součást psychického zdraví

**Akademický rok:** 2011/12

**Jméno vedoucího práce:** PhDr. Michal Svoboda, Ph.D.

**Stupnice hodnocení:** 1 - výborně; 2 - velmi dobře; 3 - dobře; 4 - nevyhovující; N - nelze hodnotit

Oblast hodnocení:	Stupeň hodnocení
<b>OBSAHOVÁ STRÁNKA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE:</b>	
1. Význam a aktuálnost problematiky.	1
2. Celková struktura, způsob zpracování práce.	2
3. Úroveň zpracování teoretických poznatků.	2
4. Úroveň zpracování vlastních poznatků.	3
5. Metodologie práce (stanovení problémů, cílů, metod).	2
6. Analýza a interpretace výsledků.	2
7. Přínos pro praxi.	2
9. Práce s literaturou (dodržování citačního normy, počet zdrojů)	1
<b>FORMÁLNÍ STRÁNKA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE:</b>	
1. Formální a grafické zpracování.	1
2. Jazyková stránka (stylistika, odborná úroveň textu).	2
3. Spolupráce autora s vedoucím práce – dodržení harmonogramu tvorby práce.	2

### **CELKOVÝ DOJEM Z PRÁCE:**

Bakalářskou práci **doporučuji** k obhajobě a navrhuji ji klasifikovat stupněm hodnocení:  
**velmi dobře**

### **ZDŮVODNĚNÍ NAVRHOVANÉHO KLASIFIKAČNÍHO STUPNĚ:**

Autorka v úvodu vymezuje cíle BP na obecné úrovni: „*chtěla bych přiblížit velký význam tohoto tématu a také možnost jeho zakotvení v mnoha oblastech běžného života...*“ (s. 6) První dvě kapitoly jsou věnovány vymezení pojmů zdraví a učení. Tyto kapitoly jsou zpracovány systematickým a podrobným způsobem. Vztah učení a psychické zdraví je obsažen od podkapitoly 3.2 – Vztah duševní hygieny a vysokoškolských studentů. Další kapitoly obsahují zásady správné životosprávy – spánek, výživa, odpočinek, pohybová

aktivita, hospodaření s časem a jeho organizace- ve spojitosti s principy efektivního učení. Součástí teoretické části je popis prostředí a ergonomické podmínky pracovního prostředí. Některé pasáže z uvedených kapitol jsou popsány na obecné úrovni bez hlubší aplikace na téma bakalářské práce – efektivita učení jakou součást psychického zdraví. Za stěžejní kapitolu teoretické části práce lze považovat problematiku o efektivitě studia – kapitola č. 5. Tato kapitola obsahuje zajímavé poznatky o učení, ale uvedená fakta jsou řazena nesystematickým způsobem - metakognice – strategie učení – efektivní zapamatování - bez logické vazby na hlavní problematiku bakalářské práce.

Praktická část práce má výzkumný charakter. Výzkumné šetření je zpracováno dle zásad empirického výzkumu pedagogicko-psychologických jevů. Některé věty popisující postup projektu výzkumného šetření mají nelogický charakter např. „*Pro vyhodnocení tohoto výzkumného problému prostřednictvím dotazníku jsme si zvolili tyto výzkumné otázky...*“ (s. 44). Výzkum je realizován prostřednictvím dotazníku, který autorka připravila pro potřeby vlastní práce. Závěr výzkumného šetření je popsán v podkapitole 6. 3 – Shrnutí výsledků.

Po formální stránce odpovídá bakalářská práce požadavkům, jež jsou na absolventské práce tohoto typu kladeny.

#### **OTÁZKY A PODNĚTY PRO DISKUZII PŘI OBHAJOBĚ PRÁCE:**

- Diskuze nad výsledky dotazníkového šetření.
- Rekapitulace vlivu učení na psychické zdraví.

V Plzni dne 8. 8. 2012



**Podpis hodnotitele**