



Univerzita Hradec Králové
Filozofická fakulta
Katedra filozofie a spol. věd

Posudek oponenta diplomové práce

Jméno autora/ky	Bc. Jana Hrazdílková				
Název práce	Meditace jako součást výuky na středních školách				
Studijní program	N7504 Učitelství pro střední školy				
Vedoucí práce (jméno a příjmení s tituly, pracoviště)	Mgr. Vanda Vaníčková, Ph.D.				
Oponent práce (jméno a příjmení s tituly, pracoviště)	doc. Mgr. Martin Paleček, Ph.D.				
Konzultant práce (jméno a příjmení s tituly, pracoviště)	není				
Rok obhajoby	2022				
Rozsah práce (počet stran vlastního textu + přílohy zvlášť): 91 stran					
Obrazová příloha	ano - ne	Rejstřík	ano - ne	Další přílohy	ano - ne

Použitá literatura (počet):

15 titulů

Hodnocení cíle/ů práce

(charakteristika cíle, způsob jeho stanovení, užitečnost cíle, slovně)

Autorka se věnuje možnostem zavést meditaci, jako součást psychohygieny v rámci výuky na střední škole. Diplomová práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část.

Bohužel v úvodu celé práce chybí přesné vymezení cílů týkajících se teoretické části a jednotlivých logických kroků, díky kterým by mělo být těchto cílů dosaženo. Je pouze zmiňovaná chvályhodná motivace posluchačky pro výběr tématu a vágně charakterizovaná oblast, na kterou se práce zaměřuje. Stejně lze bohužel charakterizovat i závěr. Tato skutečnost je jen na škodu celkovému vyznění práce.

Teoretická část po odborné stránce mírně zaostává za vědeckými poznatky (nerozlišuje mezi předmětnou a bezpředmětnou meditací; absentuje popis mechanismu meditace; meditace je chápána volně jako relaxace; absentuje charakteristika možné patologie spojené s meditací). Zcela postrádám odborné články publikované na toto téma. Zahraniční literatura chybí zcela. Autorka často pracuje pouze se slovníkovou literaturou. Na druhé straně je třeba ocenit relativní aktuálnost a potřebnost vybraného tématu.

Praktickou část musela autorka přepracovat s ohledem na probíhající pandemii. Lze říci, že s přepracováním si autorka poradila dobře. Praktická část, včetně příloh, je zpracována dobře a přehledně. Pracovní listy lze využít v praxi.



Celkově lze konstatovat, že charakter argumentace, zvolené členění práce a celkové její vyznění splňuje podmínky kladené na diplomovou práci. Cílů, byť pouze vágně charakterizovaných, se daří autorce dosáhnout.

Hodnocení obsahové stránky práce

Užití zásadní odborné literatury a zdrojů	ano	s výhradami	ne
Přiměřená odborná terminologie práce	ano	s výhradami	ne
Vhodně zvolená metoda	ano	s výhradami	ne
Splnění deklarovaného cíle/cílů práce	ano	s výhradami	ne

Hodnocení formálních kritérií práce

Stylistická úroveň práce	dobrá	s výhradami	špatná
Pravopis a gramatika	dobrá	s výhradami	špatné
Vhodná grafická úprava stránkování a textu	dobrá	s výhradami	špatná
Zpracování příloh	dobré	s výhradami	špatné

Zásadní připomínky k obsahové úrovni práce

Teoretická část po odborné stránce mírně zaostává za vědeckými poznatky. Psychohygienu je chápána v Bartkově pojetí, jehož práce je víc jak 40 stará. Autorka nerozlišuje mezi předmětnou a bezpředmětnou meditací. Nevysvětluje mechanismy meditace. Vůbec se nezaměřuje na možná rizika spojená s meditací. Zahraniční literatura a odborné články chybí zcela.

Zásadní připomínky k formální úrovni práce

Nemám připomínky.

Otázky k obhajobě práce

- 1) Jakým způsobem rozlišujete mezi meditací, relaxací a tzv. mindfulness?
- 2) Jaký zmiňované má na funkci mozku?
- 3) Jsou nějaká možná rizika spojená se zaváděním meditace nebo tzv. mindfulness s ohledem na charakterové vlastnosti a psychiku studentů?

Výsledné hodnocení práce

Práci doporučuji – ~~nedoporučuji~~ – k obhajobě. *nehodící se škrtně

Stručné slovní hodnocení (dle uvážení posuzovatele)¹

¹ Např. náročnost tématu, specifika řešení, samostatnost nebo invence studenta, co jsou hlavní klady, nedostatky práce, případně jaký je přínos, nebo využitelnost práce, navrhovaná doporučení k možnému využití práce; zejména však návrh



Autorčina práce působí mírně nevyváženým dojmem. Celkově lze ovšem říci, že práci úspěšně rozčleňuje do logických kroků, kterým se postupně věnuje. Domnívám se, že práce **splňuje** požadavky kladené na diplomovou práci, a proto ji **doporučuji** k obhajobě a předběžně ji klasifikuji **s výsledným hodnocením D**.

V Hradci Králové 19. ledna 2022
datum a místo

podpis autora posudku