

**Univerzita Hradec Králové**  
**Pedagogická fakulta**  
**Katedra sociální patologie a prevence**  
**HODNOCENÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**  
**Posudek vedoucího práce**

**Jméno autora:** Staňková Jana

**Název práce:** POHYBOVÉ AKTIVITY A KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ

**Vedoucí práce:** PhDr. Stanislav Pelcák, Ph.D.

**Rok obhajoby:** 2015

**Rozsah:** 42 s.

**Tabulky a grafy:** 17/ 3

**Přílohy:** 1

**Použitá literatura:** 37 pramenů

**Struktura práce:** Práce se zabývá pohybovými aktivitami a jejich vlivem na kvalitu života seniorů. Autorka vychází z novějších poznatků gerontopsychologie a psychologie zdraví, akcentuje myšlenku proaktivního zvládnání stáří v kontextu resilience. Výzkumné šetření se zabývá vztahy mezi pohybovými aktivitami a kvalitou života seniorů.

**Téma práce:** velice aktuální, v odborné literatuře převažují práce zabývající se negativními aspekty involuce ve stáří, absentují práce orientované na proaktivní zvládnání stáří a adherenci ke zdravému životnímu stylu u seniorů

**Rozsah práce:** odpovídá

**Zaměření práce:** spojuje prvky teoretické a empirické práce

**Metodologický přístup:** Výzkumný cíl je formulován nepřesně. Hypotézy jsou věcně správně stanoveny na základě prostudované literatury. Pro rozsáhlé kvantitativní šetření autorka použila standardizované metody: Dotazník pohybové aktivity a inaktivity, SOC (29), SDS a Stress Profile.

**Statistické zpracování výsledků:** Plně odpovídá danému typu práce. Pro ověření vztahů mezi sledovanými proměnnými byl použit Pearsonův korelační koeficient ( $r$ ). Výsledky jsou přehledně zpracovány a podpořeny funkčními tabulkami a grafy. Data jsou průběžně interpretována v diskusi a také v souhrnu.

**Cíl práce:** splněn

**Použitá literatura:** aktuální

**Citace v textu:** přiměřená a korektní

**Jazyková a stylistická úroveň práce:** odpovídá odbornému textu

**Formální stránka práce:** solidní, odpovídá danému typu práce

**Autorka bakalářské práce prokázala:**

a) souhrnnou orientaci v řešeném problému	1-2
b) hlubší zájem o zvolené odborné téma	1
c) adekvátní stupeň osvojení odborné terminologie a odborného jazyka	2
d) dovednost samostatně se orientovat v odborných zdrojích, korektně s nimi pracovat a zaujímat k nim stanovisko	1
e) dovednost realizovat výzkumné šetření a interpretovat jeho výsledky	1-2
f) dovednost shrnout a zobecnit závěry a formulovat doporučení pro společenskou praxi	2
g) tvořivost, schopnost samostatné práce bez výrazných zásahů vedoucího	1

**Konkrétní náměty, připomínky nebo otázky vyžadující doplnění u obhajoby:**

1. Jaký je vztah mezi zdravotním stavem a subjektivní kvalitou života seniora?
2. Jaký je vztah mezi pravidelnou pohybovou aktivitou a depresí v seniu? Jaké benefity přináší pravidelná pohybová aktivita?
3. Jaký je vztah mezi SOC a adherencí ke zdravému životnímu stylu?
4. S jakými překážkami jste se musela vyrovnat při sběru dat, v čem spočívá přínos Vaší BP?

Předložená bakalářská práce splňuje podmínky a nároky kladené na odbornou práci.

25. 5. 2015

PhDr. Stanislav Pelcák, Ph.D.