

Posudek bakalářské práce

Název práce: Vliv pohybové aktivity v přírodním prostředí na změnu aktuálních emocí

Autor: Michaela Pecoldová

Vedoucí: Radka Bačáková, Ph.D.

Autorka se podílela na společném projektu k hodnocení zdravotních benefitů aktivit v přírodě. Cílem této dílčí práce bylo „zjistit, jaký vliv má pohybová aktivita prováděná v přírodním prostředí na změny aktuálních emocí člověka.“

Teorie

Práce má logickou strukturu, v první části jsou představeny teorie vysvětlující vliv přírody a pohybových aktivit na psychické a fyzické zdraví. V teorii jsou citovány relevantní zahraniční zdroje. Obsahově kapitola 2.1.5 Pohybová aktivita v umělém prostředí neodpovídá názvu. Chybí mi větší propojenost mezi kapitolami.

Cíle se definují v minulosti, práce už proběhla. Hypotézy jsou při takto malém počtu účastníků zbytečné. Není definováno kritérium, kdy je hypotéza podpořena a kdy vyvrácena.

Metody práce jsou na úrovni bakalářské práce v pořádku. Ve výsledcích je „převýsledkováno“. Doporučoval bych použití max. 3 grafů nebo tabulek. Popisy tabulek a grafů by mohly být podrobnější. Jaké hodnoty poklesu skóre potěšení, ovládnání emocí nebo vzrušení byly považována za dostatečné?

Diskuze je poměrně čtivá. Zmiňuje pouze práci Ulricha a chybí další zarámování. Hodnocení hypotéz je irelevantní. Závěry jsou psány správně.

Autorka prokázala schopnost pracovat s primární literaturou a aktivně se podílet na týmovém projektu. Slabší stránkou práce je prezentace výsledků a jejich interpretace. Nicméně, text splňuje požadavky kladené na závěrečné práce, a proto ji doporučuji k obhajobě.