

POSUDEK VEDOUcíHO PÍSEMNE KVALIFIKAČNÍ PRÁCE

Název práce: Využití DNS metody v hodinách tance
Autor/ka práce: Anna Knížková
Studijní program: Pedagogika tance, Lidový tanec
Typ studijního programu: bakalářský

Vymezení cíle a jeho naplnění:

Cíl práce si posluchačka vymezila z oboru kineziologického, který ji zaujal během studia na taneční katedře HAMU. Svůj cíl, věnovat se Dynamické Neuromuskulární Stabilizaci (DNS) naplnila dobře.

Aktuálnost tématu (a relevance zvolené metodologie v případě diplomové práce):

Téma zůstává vždy aktuální, protože správnému vývoji pohybového aparátu jedince se právě taneční pedagogika věnuje primárně a od nejtělejšího věku dětí. Zvolená metodologie je zcela správná. Nejprve jsou vysvětleny klíčové principy DNS, příklady z běžného života, základní cviky, a pak v praktické části jsou navrženy způsoby zapojení cvičení do běžné lekce.

Odborný přínos, původnost práce a její případné využití v praxi:

Odborným přínosem práce je rozšíření povědomí o možnosti zařazení cviků DNS do taneční lekce pro děti, a to hravou formou. V praxi stále hledáme, jak nejlépe dosáhnout zdravého a správného držení těla i vývoje postury a správných pohybových návyků. V práci najdeme takových doporučení hned několik.

Logická stavba a členění práce:

Práce má logické členění do šesti kapitol a dalších podkapitol, které logicky navazují. Práce je vhodně doplněna ilustračními obrázky k DNS a třemi přílohami s příkladem pohybových her pro děti.

Formální úprava a náležitosti práce včetně jejího rozsahu:

Grafická úprava, členění i rozsah práce odpovídá parametrům závěrečné písemné vysokoškolské práce.

Práce s informačními zdroji:

Bakalantka vyhledala dostatečné množství odborné literatury pro zpracovávané téma práce, které řádně cituje.

Jazyková, stylistická a terminologická úroveň:

Práce je psána kultivovaným jazykem, odborné termíny jsou použity správně a s vysvětlením významu v poznámkách pod čarou.

Stanovisko posuzovatele k výsledku kontroly Thesis:

Práce je zcela v pořádku z hlediska Thesis.

Celkové/vlastní shrnutí hodnotitele:

Bakalářská práce Anny Knížkové „Využití DNS metody v hodinách tance“ je odborným počinem pro zařazení zdravého cvičení pro správný vývoj dětského pohybového aparátu. Práce je výborným návodem, jak s cvičeními nakládat, jak fungují a pro které svalové partie jsou vhodné. Oceňuji snahu posluchačky nalézt hravý způsob, jak cvičení zařadit do běžné lekce s dětmi i návod, do které části je zařadit. Cvičení DNS je vhodné pro široké spektrum pohybových aktivit, a to nejen pro malé děti, lze je zařadit i pro další věkové kategorie. Bylo by dobré se v budoucnu tímto tématem dále zabývat a rozšířit možnosti a způsoby jeho využití.

Otázky a náměty k diskuzi při obhajobě:

- 1) Jak Vám osobně cviky DNS pomohly nebo pomáhají?
- 2) Která cvičení můžete doporučit pro odstranění bolestí bederní páteře?

Doporučení práce k obhajobě:

Doporučuji

Navrhovaná klasifikace: A

Datum vypracování posudku:

24. 5. 2023

MgA. Marie Vrbatová Fričová Ph. D.

.....

Jméno vedoucího práce

.....

(datum a podpis)