

Posudek oponenta diplomové práce oboru Nutriční specialista

Název diplomové práce: Výživa sportovců v porovnání s osobami se sedavým způsobem života

Autor práce: Bc. Kristýna Kubíková

Vedoucí práce: Doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.

Oponent práce: Mgr. et. Mgr. Renata Větrovská Ph.D.

Akademický rok: 2020/2021

Posudek

Práce je logicky členěna a její struktura je adekvátní.

Abstrakt a klíčová slova odpovídají obsahu práce.

Volba tématu

Zvolené téma práce je aktuální, zvláště vzhledem k současné době, kdy díky pandemii COVID19 a vládním restrikcím v oblasti sportu nebyla situace pro sportovce v oblasti fitness úplně příznivá. Nicméně nenašla jsem v práci přesné vymezení časového období, kdy byl výzkum uskutečněn.

Teoretická část

Autorka čerpá z celkem 32 monografií a článků českých i zahraničních autorů. Z toho 22 zdrojů jsou citace z internetových, nicméně adekvátních zdrojů. Použité zdroje autorka cituje správně. Několik málo pasáží textu není řádně ocitováno například citace chybí u tvrzení, že kardiovaskulární onemocnění se drží v horních příčkách nejčastějších úmrtí v ČR (str. 31) nebo informace o studii s 977 hráči kopané či informace o studiích zaměřených na atletky a gymnastky (str. 50) atp. Nenašla jsem v souhrnu literatury odkaz na literární zdroj čerpající informace z WHO, který autorka v textu často zmiňuje.

Úvod práce je lehce nestandardní, srovnání jednotlivých studií by se lépe hodilo do kapitoly diskuze.

Jazyková výbava a způsob vyjadřování autorky jsou pro požadavky diplomové práce dostatečné. V práci se však opakují gramatické chyby (např. ve slovních spojeních: skupiny přijímali, konzultace probíhali, ...konzultaci s respondentkami pro posouzení, zda jsou vhodní pro zapojení...)

Praktická část

Cílem práce bylo porovnání výživy fitness sportovců s osobami se sedavým způsobem života. Formulace cílů práce jsou adekvátní, nicméně v práci chybí úkoly práce a jakékoliv výzkumné otázky.

Jak už jsem psala výše, v metodice práce chybí časové rozložení studie, v charakteristice souboru je zvykem popsat průměrný věk se směrodatnou odchylkou, minimem a maximem. Věk a zastoupení fitness sportů by bylo vhodnější neřadit do výsledků, ale právě do informací o sledovaném souboru. Graf č. 1 – věkové rozpětí respondentek není vhodný.

Není zcela jasná metodika pro výběr respondentů:

- 1. Za pravidelnou pohybovou aktivitu jsem považovala 3-4 tréninky s trváním minimálně 40 - 50 minut. A to s trváním alespoň poslední 3 měsíce.*

Zde chybí, že se jedná o 3-4 tréninky týdně s celkovou dobou trvání 3 měsíce.

- 2. Procházky, příležitostné výlety na kole, nebo in-line bruslích, jógu, pilates, jízdu na rotopedu, cvičení na orbitreku jsem nepovažovala za vhodné sporty. V případě, že respondentka vykonávala výše vyjmenované aerobní aktivity 3-4 týdně s dobou trvání 40 minut a více, byla z výzkumu vyřazena.*

Zde není srozumitelné, zda respondentka, která prakticovala denně jógu, byla vyřazena ze studie nebo zařazena do skupiny nesportujících osob. Stejně tak, jak to bylo s respondentkou, která například kombinovala běh, jógu i posilování.

Výsledky práce byly zpracovány adekvátně, avšak některé komentáře autorky v kapitole výsledky se spíše hodí do kapitoly diskuze, která by mohla být obsáhlejší.

Stanovené cíle práce byly splněny a závěry formulovány.

Přílohy

Přílohy práce neobsahuje, nicméně vzor formuláře a jídelníčku v praktické části práce by se hodil spíše do příloh.

Formální zpracování práce

Formální zpracování DP odpovídá nárokům kladeným na tento typ studentské práce. V práci chybí číslování stran.

Doporučení / nedoporučení k obhajobě:

Doporučuji práci k obhajobě.

Práci klasifikuji stupněm: dobře

Otázky k obhajobě:

1. Jak zmiňuji v komentáři výše, není zcela jasný výběr respondentek pro studii:

Jak byl definován „sportovec“ ve Vaší diplomové práci s názvem: *Výživa sportovců v porovnání s osobami se sedavým způsobem života*? Jakou intenzitou by měl cvičit? Do jaké skupiny jste zařadila osoby, které vykonávaly kombinovaný trénink či praktikovaly pravidelně jógu či pilates?

2. V práci píšete, že *...pokud se jednalo o respondentku se sportovní aktivitou například 2 - 3x týdně a k tomu měla fyzicky náročné zaměstnání, byla také zařazena do skupiny fitness people.*

Jaké zaměstnání považujete za fyzicky náročné? Dostalo se respondentkám před vyplněním dotazníku nějakého vysvětlení, jaké zaměstnání je středně fyzicky náročné a jaké fyzicky náročné?

3. Myslíte si, že třídní záznam stravy byl dostatečný pro získání validních výsledků ve všech sledovaných nutričních parametrech?

V Praze dne 20.7. 2021

Oponent bakalářské práce:

Mgr. et. Mgr. Renata Větrovská Ph.D.