

# **POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**

Jméno a příjmení: **Jan Blažej**

Název práce: **Faktory ovlivňující kvalitu spánků u sportovců**

Cíl práce: Hlavním cílem je zjistit, jaké spánkové zvyklosti u sportovců negativně ovlivňují jejich spánek. Vedlejším cílem je vzájemné porovnání nejčastěji se vyskytujících negativních faktorů v daných výkonnostních skupinách.

Bakalářská práce (BP) má klasické členění, obsahuje všechny požadované části a je vyhovující rozsahem stran, počtem literárních zdrojů (včetně cizojazyčných). Jsou využity odborné zdroje staršího i současného data vydání, nicméně v práci jsou různé citační nedostatky. Po stylistické stránce je práce nedoladěná.

Abstrakt je strukturovaný, obsahuje název, cíl, metodiku, výsledky a klíčová slova, obsahově by především část výsledky měla být konkrétnější. V poněkud krátkém úvodu autor uvádí obecné důvody volby tématu a představuje cíl práce.

Teoretická rešeršní část je zaměřena na spánek a faktory, které jej ovlivňují a významu spánku pro sportovce. Obsahově není text ideální, některé formulace jsou nelogické či poněkud zmatečné, přesto je většina podstatných informací k tématu začleněna.

V praktické části je stanoven cíl práce a uvedeny 3 výzkumné otázky, výzkumný soubor je popsán i graficky znázorněn, jsou uvedeny použité metody. Výsledková část obsahuje zpracovaná data z anketního šetření ve formě tabulek, grafů i slovního komentáře, ne vždy ve zcela přehledném provedení. Diskutování výsledků s výsledky jiných autorů by mohlo být obsáhlejší. V závěru jsou zmíněny nedostatky práce a omezená platnost výsledků.

Kontrola v systému Turnitin (míra shody v hodnotě 83 %) je dána shodou s první neobhájenou verzí práce autora, a to v rozsahu cca 80 %. Vzhledem k okolnosti, že v první verzi práce byla shoda s jinými pracemi 17 % a práce nevykazovala známky plagiátorství, lze konstatovat, že zde nedochází k porušení pravidel. Žádost EK byla podána a schválena.

**Závěrečné hodnocení:** Autor BP pracoval značně samostatně, připomínky se snažil zohlednit. V celkovém pojetí práce a jejím zpracování, kde by ovšem byla na místě větší pečlivost, je patrna jeho publikační nezkušenost. V předložené bakalářské práci je, kromě již zmíněných citačních chyb, řada drobných gramatických či interpunkčních chyb. I při zohlednění zmíněných nedostatků doporučuji práci k obhajobě.

**Navržené hodnocení:** dle obhajoby

8.6. 2023

MUDr. Simona Majorová