

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu
Katedra technických a úpolových sportů

Posudek bakalářské práce

Jméno studenta: Anna Podskalská

Název práce: Vliv menstruačního cyklu na sportovní výkon cyklistek

Vedoucí práce: Mgr. Daniel Jurák, Ph.D.

Pracoviště: Katedra gymnastiky a úpolových sportů

Oponent práce: Mgr. Vendula Soukupová

<input type="checkbox"/> školitelský posudek
<input checked="" type="checkbox"/> oponentský posudek

Kritéria hodnocení práce	Známka			
	1	2	3	4
Adekvátnost/současnost tématu	x			
Kvalita formulace výzkumného cíle/problému		x		
Adekvátnost použitých metod			x	
Splnění cílů práce			x	
Přínos závěrů práce pro obor		x		
Práce s odbornou literaturou		x		
Interpretace získaných výsledků			x	
Formální a stylistická úroveň	x			
Vedoucí práce: Hodnocení úrovně spolupráce				

- Práce je teoretickou literární rešerší
 Práce obsahuje vlastní empirické výsledky

Slovní hodnocení:

Téma práce (předmět rešerše, cíle empirického výzkumu)

Tématu menstruačního cyklu je poslední dobu věnováno více pozornosti, jedná se tedy o téma velmi současné a adekvátní. Cílem práce bylo „objasnit potenciální ovlivnění sportovního výkonu menstruačním cyklem“. Je to cíl velmi ambiciózní, jelikož se jedná o náročnou problematiku, kterou řešitelka statečně uchopila a postavila si zajímavý základ pro pokračování v diplomové práci.

Struktura (členění práce)

Práce je členěna na úvod, čtyři hlavní kapitoly, metodiku práce, výsledky, diskuzi a závěr v celkovém rozsahu 68 stran. Seznam literatury a přílohy z toho tvoří 14 stran.

V první kapitole studentka popisuje historii cyklistiky, která nemá s cílem práce příliš společného, ale podkapitola historie ženské cyklistiky přibližuje problematiku ženských práv, která s tématem souvisí. Následuje kapitola o etapách cyklistického tréninku, kde chybí přímé propojení s tématem. Důvod proč zde tento popis jednotlivých etap je. Závěrem této kapitoly autorka dobře poukazuje na nepřizpůsobování tréninkových plánů s ohledem na momentální zdravotní stav, což se týká menstruačního cyklu, i když to zde,

pro řečenou propojenost, není zmíněno. Další kapitola je věnována rozdílům ve sportovním tréninku žen. Čtvrtá kapitola popisuje specifika v cyklistickém tréninku žen, což je v podstatě menstruační cyklus z fyziologického hlediska, název kapitoly není tedy vzhledem k obsahu vhodně zvolený. Této kapitole zde mělo být věnováno více pozornosti hlavně z důvodu popisu hormonální antikoncepce a její vliv na cyklus, jelikož participantky jsou uživatelkami hormonální antikoncepce. Teorie o fázích menstruačního cyklu (které nejsou logicky seřazeny od první fáze po poslední) a o produkci pohlavních hormonů je zde vzhledem k charakteristice výzkumného vzorku jen popisná, ale nesouvisející s naplněním cíle výzkumu. Kapitola o současném stavu poznání by měla obsahovat více citovaných zdrojů a mělo by se jí věnovat více pozornosti. Nelogicky je zde zmíněna třikrát stejná studie (*Carmichael, Thomson, Moran, Wycherley, 2021*), přestože text hovoří o dalších výzkumech (str. 30).

Metody výzkumu, výsledky, diskuze a závěry jsou logicky členěny.

Přílohy obsahují seznam použité literatury, seznamy zkratk, grafů a tabulek, žádost Etické komise UK FTVS a Informovaný souhlas.

Jsou použité literární zdroje dostatečné a jsou v práci správně citovány?

Použil(a) autor(ka) v rešerši relevantní údaje z literárních zdrojů?

Literární zdroje nejsou v seznamu abecedně seřazeny. V textu se objevují odkazy na zdroje, které nejsou uvedeny v seznamu použité literatury (*Formánková a kol., 2014*) a (*Anon, 2017*).

Teoretická část práce relativně obstojně pracuje se zdroji, jen pro druhou kapitulu by bylo vhodné využít více literárních zdrojů včetně odborné literatury jako je například sportovní trénink; výkon a trénink ve sportu. Bohužel jsou zdroje často běžnými internetovými články namísto studií a odborných článků např. (*Mašek, 2020*), (*Emingerová, 2013*) a další.

Studentka práci staví z velké části na zahraničních zdrojích, což zvedá kredit práce. Prokázala schopnost vyhledat a analyzovat, i když často z ne příliš odborných textů. Práce cituje 63 zdrojů, většinou zahraničních zdrojů s přibližně třetinovým podílem českých zdrojů. Celkově je teoretická část práce z většiny popisná a obsahuje menší návaznost na praktickou část.

Test indexu shody s podobnými pracemi vyšel na 14 % (Turnitin).

Některé zdroje jsou v textu citovány podle různých pravidel, např. (*Zapletal, 2022*); *Zapletal (2022)*. Toto by mělo být v rámci práce sjednoceno, nepovažuji to však za vážnější nedostatek. Stejně tak by měla být použita stejná citační norma, a to v českém jazyce (tzn. *a kol.*) místo (*Graja, Kacem, Hammouda, et. al, 2022*)

Práce (Máček, 2011) uvedená v seznamu použité literatury, v textu citována nebyla.

Adekvátnost použitých metod (soubor, nástroje, sběr a zpracování dat):

Metody sběru dat nejsou dostatečně a správně popsány. Postrádám vyjádření ke statistice sběru dat, také k analýze dat a k vyjádření statistické významnosti.

Soubor byl zlehka charakterizován, ovšem chybí zde zdůvodnění velikosti vzorku. Až při popisu souboru je uvedeno užívání hormonální antikoncepce participantkami, což je důležité pro celkové zpracování tématu. Ale není uvedeno, jaký typ hormonální antikoncepce je užíván, což je opět velmi zásadní informace, která ovlivňuje menstruační cyklus participantek. Hormonální antikoncepce inhibuje 3 ze 4 fází menstruačního cyklu žen, proto se vlastně o běžných fázích přirozeného menstruačního cyklu nedá mluvit.

Při zpracování dotazníkového šetření není uvedeno, zda jsou oslovené ženy uživatelkami hormonální antikoncepce, což je pro výsledky šetření podstatné.

Z praktického pohledu by bylo vhodné při užívání hormonální antikoncepce využít jiné metody sběru dat a tuto problematiku zahrnout do teoretické části práce. Přestože se v práci hovoří o zátěžových testech v různých fázích cyklu, není uvedeno, jak řešitelka i oslovené ženy věděly v jaké fázi menstruačního cyklu se nacházejí.

Řešitelka uvádí, že participantky popisují své pocity před a po vykonávání zátěžového testu v dotazníku, který není v práci uveden.

Studentka graficky znázorňuje výsledky dotazníkového šetření. Výsledky následně popisuje a analyzuje. Práce s grafy a s tabulkami je spíše popisná než statistická.

V textu práce chybí jakákoliv zmínka o existenci informovaného souhlasu a schválení výzkumu Etickou komisí UK FTVS, přestože jsou tyto náležitosti součástí příloh.

Formální úroveň práce (obrazová dokumentace, grafická úprava, jazyková úroveň)

Práce obsahuje grafy a tabulky, které jsou v souvislosti s tématem práce. V textu občas došlo k chybnému či k žádnému odkázání na některé grafy a tabulky.

Celková grafická úroveň práce je dobrá.

Jazyková úroveň je obstojná, práce obsahuje množství překlepů. Měl by být jednotný styl psaní práce, zda v 1. nebo v trpném rodě.

Splnění cílů práce a celkové hodnocení

Studentka zpracovala množství odborné i neoborné literatury na téma cyklistiky a menstruačního cyklu. Vybrala si téma, které ji samotnou zajímá a které se v dnešní době začíná široce otevírat. Zvolený způsob výzkumu je chvályhodný a oceňuji statečnost otevřít toto téma a věnovat se mu. Práce by zasloužila hlubší pochopení a popis problematiky menstruačního cyklu v souvislosti s užíváním antikoncepce, aby téma i cíle byly vhodně zvoleny a naplněny.

Věřím v návaznost do diplomové práce a v zodpovězení otázky, která tím studentce přišla na mysl v závěru práce.

Studentka naplnila svůj stanovený cíl práce, kromě zmíněných rad o skloubení fázích cyklu s tréninkem, jelikož se jedná spíše o popisnou a analytickou práci. Zodpověděla si také

výzkumné otázky, které si stanovila, byť to vzhledem, k ne příliš dobře, zvoleným metodám nemá do dalších výzkumů statistickou významnost.

Otázky a připomínky k obhajobě:

- 1. Co byste poradila sportovkyním a trenérům po zpracování této práce?*
- 2. Vrcholové sportovkyně jsou často uživatelkami hormonální antikoncepce, proč si myslíte, že tomu tak je?*
- 3. Budete s prací navazovat do diplomové práce? Pokud ano, přemýšlela jste jak?*

Práce je doporučena k obhajobě

Hodnotitel práce:

Podpis:

Mgr. Vendula Soukupová

V Praze dne: 7. 6. 2023