



UNIVERZITA KARLOVA
1. lékařská fakulta
3. interní klinika 1. LF UK a VFN
U Nemocnice1, Praha 2, 128 00

Posudek oponenta diplomové práce oboru Výživa dětí a dospělých

Název diplomové práce: Výživa a suplementace ve fitness a kulturistice

Autor práce: Bc. Ivona Havlová

Vedoucí práce: Mgr. David Kimmer, Ph.D.

Oponent práce: Mgr. Ing. Simona Šimková

Akademický rok: 2022/2023

Posudek

Práce je logicky členěna. Abstrakt a klíčová slova odpovídají obsahu práce.

Volba tématu

Téma práce je aktuální vzhledem k narůstajícímu počtu osob věnujících se fitness a kulturistice.

Teoretická část

Autorka se věnuje tématu fitness a kulturistiky a uvádí nejčastěji praktikovaný způsob stravování při tomto druhu sportu, dále se detailně věnuje také problematice suplementů a pitného režimu. Pro vypracování práce bylo využito více než 70 zdrojů, mnoho z nich je zahraničních a z posledních let, jejich citování v textu je ovšem ne vždy správné, v některých případech je uváděna strana, aniž by se jednalo o přímou citaci, někde jsou uváděny iniciály křestních jmen, jinde nikoliv.

Formulace autorky jsou adekvátní, ačkoliv v některých pasážích je způsob vyjadřování poněkud komplikovaný. Jazyková výbava a způsob vyjadřování autora jsou pro požadavky diplomové práce dostatečné.

Praktická část

Autorka využila kvalitativní výzkumnou metodu, v praktické části je doplněno i o kvantitativní data, která se týkají množství přijímaných živin apod. Jsou popsány rozhovory s respondenty a také ukázky jídelníčků jednotlivých respondentů. Při hodnocení příjmu je vycházeno s konkrétního doporučení příjmu jednotlivých živin v g na kg tělesné hmotnosti. Jistě by bylo zajímavé doplnit hodnocení o výpočet celkové energetické potřeby a také doporučeného

příjmu živin, např. v souvislosti s příjmem tuků, který, jak autorka uvádí, je u většiny respondentů opravdu v nízkém množství.

V závěru autorka na všechny výzkumné otázky, a tak i cíle práce odpovídá.

Celkově je práce čtivá, je vidět, že téma je autorce blízké. Bohužel některé citace, jak již bylo zmíněno, nejsou správně uvedené a nabourávají tak tok textu. Občas se vyskytují překlepy/ nebo příliš neoborné vyjádření/zhodnocení určité situace.

Určitě bych uvítala sjednocení písma v celé diplomové práci. Abstrakt v aj, přílohy jsou jiným tipem písma, což nabourává vzhled práce jako celku.

Vzhledem k odbornému zpracování i přes výtky (viz výše) hodnotím práci jako velmi zdařilou.

Přílohy

Přílohy jsou zpracovány v odpovídající kvalitě.

Doporučení / nedoporučení k obhajobě: Doporučuji práci k obhajobě.

Práci klasifikuji stupněm: ~~výborně~~ velmi dobře ~~dobře~~ ~~neprospěš/a~~

V Táboře dne 15.5.2023

Šimková

Oponent diplomové práce