

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, bez citačních nedostatků. Vyskytují se zcela ojedinělé interpunkční nedostatky.

Abstrakt je strukturovaný, obsahuje název, cíl, metodiku, výsledky a klíčová slova. V kratším 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 zcela ideální, některé formulace jsou lehce neobratné, přesto jsou podstatné informace začleněny.

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 a grafů se slovním komentářem. Úroveň diskutování výsledků je pro bakalářskou práci postačující, i když jsou zde určité rezervy. V závěru jsou zmíněny nedostatky práce a omezená platnost výsledků.

Kontrola v systému Turnitin s mírou shody 75 % a kontrolou na plagiáty celkově 91 % je dána shodou s první a druhou neobhájenou verzí práce autora, u jiných jednotlivých zdrojů shoda nepřesahuje 1 – 2 % na zdroj. 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: Předložená bakalářská práce splňuje po provedených úpravách požadavky kladené na tento typ závěrečných prací, a proto doporučuji práci k obhajobě.

Navržené hodnocení: dle obhajoby

24.8. 2023

MUDr. Simona Majorová