

### Posudek vedoucího bakalářské práce

<b>Název bakalářské práce:</b>	Životní styl z hlediska ovlivnění zdraví
<b>Název bakalářské v anglickém jazyce:</b>	Lifestyle in Terms of Health Effects
<b>Autor práce</b>	Renáta Marounková
<b>Název studijního oboru</b>	Všeobecná sestra
<b>Forma studia</b>	kombinovaná
<b>Vedoucí práce</b>	Mgr. Miluše Kulhavá
<b>Oponent práce</b>	PhDr. Zdeněk Kučera
<b>Akademický rok</b>	2011 / 2012

### Posudek

Bakalářská práce je napsána v rozsahu 83 stran odborného textu. Obsahuje abstrakt v českém a anglickém jazyce, 6 stran příloh, seznam grafů a zkratk. Literatura, ze které studentka vycházela při zpracování bakalářské práce, obsahuje 14 publikací a 8 internetových zdrojů.

#### Volba tématu

Životní styl je problematika, která se poslední dobou dostává do popředí zájmu široké veřejnosti. A to především tím, že nevhodný životní styl se stává problémem nejen zdravotním, rodinným, sociálním, ale i ekonomickým. Bakalářská práce se zabývá především jednou složkou životního stylu a to pohybovou aktivitou s možností poškození zdraví při její nedostatečnosti. Zvolené téma, zabývající se pohybovou aktivitou, jako součástí životního stylu jedince, je tedy tématem nejen aktuálním, ale i velmi potřebným.

Práce má teoreticko-empirický charakter. Zvolené téma a způsob zpracování odpovídá požadavkům kladeným na bakalářskou práci.

#### Teoretická část

Teoretická část práce je členěna do 5 kapitol, které se zabývají obecně problematikou zdraví a životním stylem. Pozornost je věnována pohybové aktivitě z hlediska prevence civilizačních onemocnění a programům podpory pohybové aktivity. Velmi pozitivně hodnotím kapitolu, která se zabývá pohybovou aktivitou jako prevencí civilizačních onemocnění. V této části se autorka zaměřuje především na obezitu, DM, kardiovaskulární a nádorová onemocnění, poruchy pohybového aparátu, kompenzaci stresu a prevenci psychických poruch. V teoretické části postrádám strukturu pohybové aktivity a zmínku o zainteresovaných sektorech pro podporu pohybové aktivity v ČR.

Teoretická část práce vykazuje schopnost autorky pracovat s literaturou a ostatními informačními zdroji.

## **Empirická část**

V empirické části bakalářské práce si autorka stanovila jako hlavní cíl zjistit, jaká je současná pohybová aktivita studentů maturitních ročníků středních zdravotnických škol v Praze a Brně. Mimo hlavního cíle byly stanoveny i cíle dílčí. Ty zjišťovaly počet hodin na škole věnované tělesné výchově, informovanost studentů o dopadu nedostatečné pohybové aktivity na jejich zdraví, pohybovou aktivitu studentů mimo školu a vyskytující se negativa v oblasti pohybové aktivity u studentů. Jako metody bylo zvoleno dotazníkové šetření. Výzkum byl realizován na jedné zdravotnické škole v Praze a v Brně. Celkem se výzkumu zúčastnilo 120 respondentů. Vzhledem k celkovému počtu studentů na zdravotnických školách v ČR se nejedná o vzorek reprezentativní, ale přesto výsledky mnohemu napovídají. Tělesné výchově jsou věnovány na obou školách pouze 2 hodiny týdně, studenti jsou dostatečně informováni o negativním dopadu nedostatečné pohybové aktivity na své zdraví. Z výsledků vyplývá, že 67 % studentů v Praze a 61 % v Brně se věnuje určité pohybové aktivitě mimo školu. Negativní výsledky se týkaly doby studentů trávené u TV a počítače.

Závěr empirické části je věnován diskusi a doporučení pro praxi. V diskusi autorka polemizuje nad výsledky výzkumu.

Na str. 34 autorka uvádí, že v Praze se výzkumu zúčastnilo 56 respondentů a na následující straně uvádí respondentů 55. Za chybné považují při vyhodnocování jednotlivých položek zaokrouhlení procentuálních výpočtů na celá čísla. U vyhodnocení položky č. 2 (str. 38) nesouhlasí % výpočet, na str. 55 nesouhlasí % vyjádření s grafickým znázorněním. Rovněž na str. 64 je chybný procentuální výpočet.

## **Přílohy**

Práce obsahuje tři přílohy, které jsou věnovány dotazníku a obsahují písemné souhlasy zdravotnických škol k realizaci výzkumu.

## **Formální zpracování práce**

Stylistická úroveň práce je vyhovující, práce odpovídá normám, zákonným ustanovením a předpisům platným pro psaní závěrečných prací. Místy se v práci objevují nepřesnosti (např. str. 16, kde autorka vyjmenovává složky životního stylu, ale v následném popisu některé chybí). V práci se objevují místy drobné gramatické chyby, jejichž počet a závažnost však nikterak nesnižují její kvalitu. Pro lepší estetickou úroveň a orientaci se v práci, by bylo vhodnější číselné a procentuální výpočty u jednotlivých položek zaznamenat do tabulky. Citace v seznamu literatury neodpovídá platné normě.

## **Celkové hodnocení práce**

Bakalářská práce pojednává o pohybové aktivitě studentů maturitních ročníků dvou zdravotnických škol v Praze a Brně. Práce odpovídá požadavkům kladeným na bakalářskou práci. Uvedené nepřesnosti, které jsou uvedeny v posudku práce, však zásadním způsobem nesnižují její kvalitu.

## **Doporučení k obhajobě**

Bakalářskou práci doporučuji k obhajobě.

## **Práci klasifikuji stupněm**

**velmi dobře**

## **Otázky a připomínky k obhajobě práce**

1) V práci na str. 27 uvádíte, že zejména u věkové skupiny nad 70 let je výskyt diabetu mellitu až 95%. Odkud jste čerpala tyto informace a je opravdu procento výskytu diabetu tak vysoké?