

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

1. lékařská fakulta

ÚSTAV TEORIE A PRAXE OŠETŘOVATELSTVÍ

140 59 Praha 4 – Krč, Vídeňská 800

Posudek vedoucího bakalářské práce

Název bakalářské práce: Ovlivňování sportovního výkonu výživou

Název bakalářské práce v anglickém jazyce: Influencing sports performance nutrition

Autor práce: Tomáš Macek

Název studijního oboru: Nutriční terapeut

Forma studia: Prezenční

Vedoucí práce: MUDr. Šárka Soukupová

Oponent práce:

Akademický rok: 2011/2012

Posudek

Volba tématu

Autor zpracoval bakalářskou práci na téma „Ovlivňování sportovního výkonu výživou“.

Náročnost zvoleného tématu hodnotím jako průměrnou.

Teoretická část

Autor bakalářské práce se zaměřil na výživu jednotlivých populačních skupin v závislosti na intenzitě pohybové aktivity od rekreačního pojetí, až po vrcholové sportovce. Pozornost věnuje jak základním složkám výživy, tak i pitnému režimu a doplňkům stravy určeným pro danou kategorii. Vzhledem k zaměření své práce uvádí autor vyšetřovací metody k zjišťování poměru tukové a svalové tkáně.

Celkovou úroveň práce snižuje řada formálních chyb.

Abstrakt a klíčová slova odpovídají obsahu práce.

Student odpovídajícím způsobem propojil vlastní teoretické znalosti s informacemi z odborných literárních publikací a informačních zdrojů.

Použil 21 literárních pramenů a 4 internetové zdroje, které jsou citovány dle platné citační normy.

Empirická část

Formulace cílů práce

Cílem výzkumu bylo zjištění stravovacích návyků sportovců – atletů a možnost ovlivnění jejich sportovního výkonu výživou

Užitá metoda výzkumného šetření

Jako metoda kvalitativního šetření byla využita dotazníková metoda (dotazník)

Charakteristika zkoumaného souboru

Pro účely šetření byla vybrána skupina vrcholových a výkonnostních sportovců – atletů atletického klubu PSK Zlín

Rozvržení časového plánu zpracování empirické části práce

Samotný sběr dat a příprava dotazníku probíhala po dobu 3 měsíců

Dosažené výsledky, jejich správnost a možnost praktického využití

Zjištěná data jsou zpracována do tabulek a grafů.

Úroveň a originalita diskuse

Výsledky šetření jsou představeny v diskusi,

Splnění cílů

Cíle práce byly splněny.

Formulace závěru

Student se věnuje cílům práce a jejich splnění.

Přílohy

Bakalářská práce obsahuje tabulky, obrázky a tři přílohy, které tematicky odpovídají obsahu práce.

Formální zpracování práce

Práce odpovídá normám, zákonným ustanovením a předpisům pro psaní závěrečných prací.

Struktura teoretické části práce je logicky členěna do kapitol a podkapitol, které respektují zvolené téma práce a podávají jeho přehledné zpracování. Postřehnutelná je i provázanost teoretické a praktické části práce.

Student pracoval samostatně se zájmem o danou problematiku, vyhledával informace k danému tématu práce, ale chyběla aktivní účast na konzultacích, což se negativně projevilo na celkové úrovni bakalářské práce.

Celkové hodnocení práce (6 – 10 vět)

Student se v teoretické části věnuje historii sportu, jednotlivým populačním skupinám dle intenzity fyzické aktivity, složkám výživy, pitnému režimu a doplňkům výživy. Vše je uvedeno pouze v obecné rovině, chybí konkrétnost. Téma je ale zpracované přehledně a členěno na kapitoly a podkapitoly, které jsou řádně citovány dle citační normy. Empirická část přesahuje část teoretickou a je patrná jejich provázanost.

Práce odpovídá požadavkům kladeným na bakalářskou práci

Práci k obhajobě doporučuji

Práci klasifikuji stupněm dobře

Otázky a připomínky k obhajobě práce (nutné)

1. Co pro Vás bylo nejtěžší při zpracovávání bakalářské práce? Popř. s jakými problémy jste se setkal?
2. Jakým způsobem výživa ovlivňuje regeneraci organismu u sportovce?

V Praze 31.8.2012

Podpis vedoucího práce