Příloha k protokolu o SZZ č.

Vysoká škola: Pedagogická fakulta JU Č.B.

Katedra: tělesné výchovy a sportu

Datum odevzdání posudku: 16. května 2007

Autor: Jan Petřík

Aprobace: Zeměpis - Tělesná výchova

oponent diplomové práce práce:

Mgr. Jan Schuster

POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

Sledování změn zdravého životního stylu u mužů fotbalového oddílu vlivem speciálního intervenčního programu

Předložená diplomová práce posluchače Jana Petříka z oblasti dodržování zásad zdravého životního stylu a jejich pozitivních změn sleduje aktuální oblast lidského zájmu současnosti. Výběr zájmové skupiny, u které jsou změny sledovány, je velmi zajímavý, jelikož se jedná o fotbalový tým a fotbalisté jsou v tomto směru vnímáni okolím často jako rozporuplná skupina.

Autor definuje cíl práce, který vychází i z osobního přesvědčení a z praktických zkušeností autora. Tento cíl rozpracovává do dílčích úkolů, které sledují pracovní záměr autora. Součástí této části práce je především stanovení výzkumných záměrů, a tedy i konečného přínosu práce.

V další kapitole se autor věnuje rozboru literatury. Zde v teoretické rovině definuje a podrobně rozebírá kvalitu života, zdraví, výživu, životní styl a jeho klady a nedostatky. Cituje zde většinu význačných autorů zabývajících se touto problematikou. Tento rozbor je obsáhlý a především rozbor jednotlivých komponent nutrice v této podrobné formě odvádí pozornost od hlavní osy práce.

V kapitole Metody práce charakterizuje metody použité ve své práci. Kombinuje zde metody zaměřené na sledování změn v oblasti psychického spektra zdraví a metody sledující změny v oblasti fyzického zdraví. Tato kombinace je zdařilá a dává možnost sledovat charakter změn v komplexním spektru, a tím podává informace o efektivitě zvoleného programu.

Kapitola Výsledky a diskuse shrnuje dosažené výsledky po aplikaci intervenčního programu. Dosažené výsledky, především změny dosažené v oblasti fyzických dispozic hráčů, prokazují jednoznačný pozitivní vliv zvoleného intervenčního programu na cílovou skupinu. V oblasti duševního zdraví bylo dosaženo též pozitivních změn. Oblast duševního zdraví můžeme dnes považovat za primární oblast zdravého a hodnotného životního stylu. Dosahování změn v této oblasti je poněkud problematičtější a dlouhodobější záležitostí.

V závěru autor reálně shrnuje výsledky své práce a stanovuje priority a strategie, které mohou vést ke zlepšení životního stylu.
Práci považuji za velice přínosnou, precizně zpracovanou a v praxi použitelnou s reálnými výsledky. Práci doporučuji k obhajobě

Otázky k obhajobě :

1) Byl pozorován (subjektivně) vliv intervenčního pohybového programu na reakcích hráčů při nejednoznačných rozhodnutí rozhodčího v utkání?

Návrh na klasifikaci diplomové práce: **výborně**

Mgr. Jan Schuster, v.r.
.....
podpis oponenta diplomové práce

V Českých Budějovicích dne : 16. května 2007

Stupeň kvalifikace:	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl