

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: **Klára Viršíková**
Studijní obor: **Nutriční terapeut**
Oponent bakalářské práce: **MUDr. Lydie Ryšavá, Ph.D.**
Katedra: **Ústav laboratorní diagnostiky a veřejného zdraví**
Název bakalářské práce:

Výživa a její vliv na výkonnost závodníků extrémních překážkových běhů

- Volba tématu:
1. Mimořádně aktuální
 2. Aktuální pro danou oblast
 3. Užitečné a prospěšné
 4. Standardní úroveň
 5. **Neobvyklé**
- Cíl práce a jeho naplnění:
1. Vhodně zvolený cíl, který byl naplněn
 2. Vhodně zvolený cíl, který byl částečně naplněn
 3. **Vhodně zvolený cíl, který byl naplněn**
 4. Nevhodně zvolený cíl
- Struktura práce:
1. Originální – zdařilá
 2. Logická – systémová
 3. **Logická – tradiční**
 4. Pro dané téma tradiční
 5. Pro dané téma nevhodná
- Práce s literaturou:
1. Vynikající, použity dosud neběžné prameny
 2. Velmi dobrá, použity nejnovější dostupné prameny
 3. **Dobrá, běžně dostupné prameny**
 4. Slabá, zastaralé prameny
- Vybavení práce (data, tabulky, grafy, přílohy):
1. Mimořádné, funkční
 2. Velmi dobré, funkční
 3. Odpovídá nutnému doplnění textu
 4. **Nedostačující**
- Přínosy bakalářské práce:
1. Originální, inspirativní názory
 2. Ne zcela běžné názory
 3. **Vlastní názor argumentačně podpořený**
 4. Vlastní názor chybí
- Uplatnění bakalářské práce v praxi a ve výuce:
1. Práci lze uplatnit v praxi
 2. Práci lze uplatnit ve výuce
 3. Vhodná pro publikování
 4. **Práci nelze příliš využít ani v praxi ani při výuce**
- Formální stránka:
1. Výborná
 2. **Velmi dobrá**
 3. Přijatelná
 4. Nevyhovující

Jazyková stránka:

1. Stylistika a) výborná
b) velmi dobrá
c) **dobrá**
d) nevyhovující
2. Gramatika a) výborná
b) **velmi dobrá**
c) dobrá
d) nevyhovující

Zásadní připomínky k bakalářské práci:

1. nemám
2. **mám tyto:**

Výzkumný soubor je příliš malý (2 probandi intervenovaní (žena 31 let, muž 42 let, 2 probandi kontrolní, žena 20 let, muž 24 let), rozdílné věkové skupiny, s délkou sledování pouze listopad-prosinec, aby mohly být potvrzeny výsledky a uváděné závěry.

Slovní hodnocení dle struktury práce :

K teoretické části nemám zásadních připomínek.

Z metodického hlediska byl zvolen nedostatečně velký soubor (2 intervenovaných, 2 kontrolních probandů), který byl sledován pouze krátkou dobu (listopad-prosinec).

Výsledky nejsou podloženy zápisem InBody po ukončení výzkumu u žádného ze čtyř probandů. V textu jsou uvedeny definované (nastavené) jídelníčky pro intervenované probandy i libovolné (nedefinované) jídelníčky pro dva kontrolní probandy pouze jako „ukázka“ pro 1 týden, bez uvedení množství, gramáže. Nelze tak posoudit, např. zda zda byl opravdu příjem bílkovin u probanda č. 4 tak vysoký, jak se v textu uvádí (35 % z celkového energetického příjmu; 195 g. Jednotýdenní ukázka byt' pouze kvalitativního jídelníčku tomu nenasvědčuje.) V diskuzi chybí přesvědčivé vysvětlení uváděných výsledků.

Závěr práce, resp. uváděné výsledky změn tělesných proporcí nejsou objektivně doloženy (chybí zápis InBody po ukončení sledování).

Práce splňuje základní požadavky kladené na tento typ prací, a proto ji doporučuji k ústní obhajobě:

1. **ano**
2. ne

Navrhovaná klasifikace:

1. výborně
2. velmi dobře
3. **dobře**
4. nevyhovějí

Otázka k ústní obhajobě práce:

1. Jak si vysvětlujete téměř shodnou hodnotu bazálního metabolismu (dle publikovaného vstupního zápisu InBody) u probandů č. 2 a 4. Jak si vysvětlujete úbytek 4,3 kg hmotnosti (3,3 kg tuku, 1 kg tukové tkáně) za 1 měsíc u probanda č. 2.
2. Při obhajobě objektivně dokažte, jak se změnilo složení těla (dle uvedené metodiky tedy InBody) u probanda č. 2 na konci výzkumu, ve kterém segmentu svaloviny byl úbytek 1 kg svalové hmoty a ve kterém segmentu byl uváděný úbytek 3,3 kg tukové tkáně.

Datum: 18.5.2021

Podpis oponenta bakalářské práce: *Rechou*