

Příloha k protokolu o SZZ č.

Student: Lubomír Krankuš, Bc.

Vysoká škola: Jihočeská univerzita, Pedagogická fakulta, katedra výchovy ke zdraví

Studijní program: Učitelství pro střední školy

Obor: Učitelství psychologie pro střední školy, Učitelství výchovy ke zdraví pro základní školy

Datum odevzdání posudku: 22.5. 2012

Oponent diplomové práce: Mgr. Petra Vojtová, Ph.D.

OPONENTSKÝ POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

Změny tělesné hmotnosti v průběhu roku v závislosti na cirkadiánní typologii u adolescentů

Předkládaná diplomová práce posluchače Lubomíra Krankuše, Bc. je zaměřena na sledování změn tělesné hmotnosti v průběhu roku s ohledem na cirkadiánní typologii u adolescentů. Práce je téměř vyváženě zpracována s tím, že praktická část obsahuje 43 stran a výzkumná 30 stran plus přílohy. Stručně napsaný je pouze abstrakt v českém i anglickém jazyce, který obsahuje názvy jednotlivých kapitol; dále pak i úvod práce. I přesto se diplomová práce jeví jako podrobně zpracovaná se správně uchopenou problematikou. V teoretické části se student zabývá biorytmy, jejich historií, dělením, cirkadiánními rytmy, faktory mající vliv na spánkový režim. Je zde vyzdvihnout význam melatoninu i kvalita spánku, spánková hygiena a fáze a typy spánku. Dále jsou zde kapitoly věnované adolescentům, jak po stránce fyziologické, tak po psychosociální. Teoretická část následně zahrnuje význam tělesné hmotnosti, její měření a závislost tělesné hmotnosti na energetickém příjmu a výdeji. V teoretické i praktické části práci se vyskytuje velké množství citovaných autorů, a to zvyšuje kvalitu celé práce. Práce je zaměřena na zjištění těchto cílů: Stanovení ročních období, ve kterých dochází u adolescentů v největšímu nárůstu a poklesu tělesné hmotnosti; Zjištění, zda cirkadiánní typologie ovlivňuje stravovací režim a tělesnou hmotnost. Student si stanovil šest odborných hypotéz, které verifikuje prostřednictvím specifických metod. Metodika práce zahrnuje charakteristiku souboru, který je tvořen $n = 105$ adolescentů. Konkrétní metody jsou důsledně popsány na str. 55-57, s tím, že jsou v práci použity odborné statistické výpočty s dvouvýběrovým t-testem. Dále

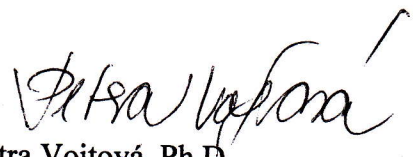
následuje kapitola „Východiska pro vznik hypotéz“, která obohacuje nadstandardně tuto práci. Výsledky práce jsou doprovázeny bohatou diskusí a ověřováním stanovených hypotéz. V závěru je rozebrána celá diplomová práce a výsledky práce jsou zde již jen v obecné podobě, bez jejich konkretizace. Diplomová práce nás seznamuje se zajímavými výsledky, a proto i tuto práci studenta Lubomíra Krankuše, Bc. považuji za velice zdařilou a doporučuji ji k obhajobě.

Zásadní připomínky k práci nemám.

Otázky určené k obhajobě:

1. Jaké aspekty tvoří hodnoty kvality usínání v grafu č. 6.?
2. Jakou spánkovou hygienu byste doporučil adolescentům a proč?
3. Máte v praktické části práce vyhodnoceny všechny otázky z použitých dotazníků či se tam objevuje určitý výběr?

Návrh na klasifikaci diplomové práce: výborně


.....Mgr. Petra Vojtová, Ph.D.....

podpis oponenta diplomové práce

V Českých Budějovicích, dne 22. 5. 2012

Stupeň kvalifikace:	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl
---------------------	---------	-------------	-------	-----------