

Příloha k protokolu o SZZ č.

Diplomant: Alena Málková

Vysoká škola: Pedagogická fakulta Jihočeské University České Budějovice

Katedra: Tělesné výchovy a sportu

Aprobace: Tělesná výchova a sport

Datum odevzdání posudku: 24.5.2011

Vedoucí práce: PhDr. Renata Malátová. Ph.D.

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Analýza vlivu regenerace a výživa na sportovní výkonnost

Bakalářská práce posluchačky Aleny Málkové o rozsahu 51 stran zpracovává ucelený přehled metod a prostředků regenerace a zdůrazňuje jejich důležitost ve sportovním procesu. Rozebírá složky výživy, pitný režim a správnou životosprávu.

Jedná se o práci teoretické povahy. Byl stanoven cíl práce, ze kterého vyplývají konkrétní úkoly. V práci byla použita metoda obsahové analýzy a syntézy.

V Analytické části se studentka nejprve věnuje formám a prostředkům regenerace, následně podrobně rozebírá biologické prostředky.

V syntetické části se studentka zabývá problematikou potravinových doplňků pro sportovce. Postupně rozebírá jednotlivé kategorie potravinových doplňků. Věnuje se i problematice pitného režimu.

V seznamu literatury je uvedeno 21 publikací a 24 internetových zdrojů.

Předložená bakalářská práce posluchačky Aleny Málkové splňuje po obsahové i formální stránce požadavky kladené na její zpracování.

Práci doporučuji k obhajobě s doplňujícími otázkami:

- 1) Proč je z fyziologického hlediska nutné během zátěže a po jejím ukončení doplňovat minerály?
- 2) Jak výživa ovlivňuje výkonnost?

Návrh na klasifikaci bakalářské práce: výborně

PhDr. Renata Malátová. Ph.D. v.r.

.....
podpis vedoucího práce

V Českých Budějovicích dne 24. 5. 2011

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