

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

<i>Jméno a příjmení studenta:</i>	<i>Jana Brožová</i>
<i>Studijní obor/program:</i>	<i>Nutriční terapeut</i>
<i>Vedoucí bakalářské práce:</i>	Mgr. Ing. Simona Šimková
<i>Ústav:</i>	ULZ
<i>Název bakalářské práce:</i>	Stravovací zvyklosti u fitness cvičenců
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 nebyl naplněn 4. Nevhodně zvolený cíl
Struktura práce:	1. Originální – zdařilá 2. Logická – systémová 3. Logická – tradiční 4. 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. Nedostatečná – s ohledem na požadovaný počet nebo kvalitu
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:	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

Kontrola plagiátorství v systému STAG: **a) práce dle posouzení není plagiát**
b) práce dle posouzení je plagiát

Zásadní připomínky k bakalářské práci:

1. nemám

2. mám tyto:

Slovní hodnocení dle struktury práce (vyjádřete se prosím k jednotlivým částem práce: teoretická část, metodologie, výsledky, diskuze, závěr):

Autorka zvolila v současné době velmi populární téma. V teoretické části se věnuje nejprve problematice výživy, následně fitness. Uvádí, že fitness je shodný pojem s fyzickou zdatností, což nepovažuji za přesné. Věnuje se také doplňkům stravy a v teorii vždy popisované makro-, mikronutrienty vztahuje právě k oblasti fitness.

Praktickou část autorka pojala jako celek, ovšem je potřeba rozdělit na cíle a výzkumné otázky, metodiku a pak samostatně i kapitulu výsledky. Cíle práce a výzkumné otázky jsou definovány. Autorka uvádí, že do výzkumu zahrnuje mladé dospělé ve věku 20-30 let, neuvádí ovšem, kde je oslovila/získala. Je uvedeno, že faktory aktivity jsou hodnocené „z referenčních hodnot“ - což je pro autora nedostatečný údaj pro možné dohledání (takto je uvádí i dále v práci).

Ve výsledcích autorka uvádí hmotnost a výšku respondentů, zde by bylo jistě přínosné dopočítat BMI, takto samostatně data příliš čtenáři neřeknou, jak na tom respondenti jsou. Dotazník vyplnili i ti, kteří uvádí, že nenavštěvují fitness centra vůbec, zde je otázkou, zda neměli být z výzkumu vyřazeni.

Jsou používány nesprávné pojmy – např. potřeba makroživin ve smyslu reálného příjmu respondenta, nebo celkový bazální metabolismus značící (tj. dle autorky potřeba energie po vynásobení BMR hodnotou PAL). Před označením vyšší příjem kalorií by bylo vhodné uvádět vyšší energetická příjem. I další formulace jsou nesprávné – př. „faktor aktivity u respondenta vychází po vynásobení čísla 2 na 4192 kcal.“ To se opakuje i dále. Autorka uvádí příkladový jídelníček dvou vybraných respondentů. V práci bylo využito menšího počtu zdrojů. Závěr práce by mohl být konkrétnější.

Práce je rozsahově kratší a nejsem si jistá, zda počtem znaků splňuje požadavky kladené na BP.

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. nevyhověl

Otázka k ústní obhajobě práce:

Co považujete za největší negativa ve výživě fitness cvičenců dle Vašeho výzkumu?

Datum: 23.5.2023

Podpis vedoucího bakalářské práce.....