

Příloha k protokolu o SZZ č.

Diplomant: Petra Pluháčková

Vysoká škola: Pedagogická fakulta Jihočeské University České Budějovice

Katedra: Tělesné výchovy a sportu

Aprobace: Tělesná výchova a sport

Datum odevzdání posudku: 25.5.2010

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

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Vliv tělesného pohybu a zdravé výživy na snížení tělesného tuku u žen středního věku

Bakalářská práce posluchačky Petry Pluháčkové o rozsahu 66 stran a tří příloh se zabývá možností snížení množství tělesného tuku u žen středního věku.

V anotaci práce chybí stručná charakteristika výsledků experimentu a závěr.

V anglické verzi bibliografické identifikace není vyplněno „Field of study“.

V kapitole Přehled poznatků se posluchačka věnuje pojmu zdravá strava, potrava, strava, výživa a pyramidě zdravé výživy. Stručně rozebírá redukční diety. Popisuje základní pravidla zdravého stravování, optimální rozložení jednotlivých složek výživy, racionální výživu věkových skupin. Dále se věnuje obezitě, tělesnému pohybu a vystihuje ženy středního věku.

Byl stanoven cíl práce, ze kterého vyplývají jednotlivé úkoly a hypotéza.

V metodologii posluchačka rozebírá použité metody experimentu, dotazník, měření obvodů těla, bioimpedanční měření a hmotnostně výškový poměr (BMI). Dále charakterizuje výzkumný soubor, kde není uveden počet probandů a již zde posluchačka popisuje realizaci vlastního experimentu. Dále uvádí podkapitolu Metodika výzkumu, kde obsah úplně nevystihuje nadpis.

V kapitole Výsledky jsou postupně prezentovány získané hodnoty šetření u jednotlivých probandů (celkem pěti). Je vždy zaznamenáno počáteční vyšetření a měření probanda, měření v průběhu experimentu a výstupní měření a vyšetření. Následně uvádí hodnoty získané porovnáním vstupního a výstupního měření.

Diskuse se zabývá výsledky experimentu a jejich zdůvodněním.

V Závěru práce se diplomantka věnuje stanovené hypotéze a stručně shrnuje význam práce.

V Referenčním seznamu literatury je citováno pouze 11 publikací a 18 internetových zdrojů.

V textu se na některých místech vyskytují gramatické chyby a nejednotná grafická úprava textu.

Předložená bakalářská práce posluchače Petry Pluháčkové splňuje po obsahové i formální stránce požadavky kladené na její zpracování.

Práci doporučuji k obhajobě s doplňujícími otázkami:

- 1) Proč jste pro zjištění množství tělesného tuku u probandů nezvolila kaliperační metodu?
- 2) Vysvětlete pojem „typ postavy jablko“.

Návrh na klasifikaci bakalářské práce: dobře

Mgr. Renata Malátová, Ph.D., v.r.
.....
podpis vedoucího práce

V Českých Budějovicích dne 25. 5. 2010

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

