

POSUDEK VEDOUCÍHO DIPLOMOVÉ PRÁCE

Vedoucí práce: Mgr. Martina Chrástková, Ph.D.

Autor práce: Bc. Gabriela Linhartová

Diplomová práce studentky Bc. Gabriely Linhartové nazvaná „Problematika výživy a dopingu v kulturistice a fitness“ je zpracována na 101 stranách bez příloh, přílohy jsou zpracovány na dalších 21 stranách. Práce obsahuje 10 tabulek, 25 grafů a 7 příloh. Pro zpracování práce bylo podle seznamu literatury použito 54 zdrojů, z nichž 4 jsou zahraniční.

Téma práce je velmi aktuální a velmi často diskutované, a to jak mezi profesionály či závodícími amatéry kulturisty, či sportovci fitness, ale také mezi sportující veřejností. Autorka se rozhodla zpracovat velmi široké téma problematiky výživy, pitného režimu a dopingu kulturistů a sportovců fitness. Pro zpracování vybraného tématu zvolila metodu dotazníku. Ten sice reflektuje subjektivní hodnocení respondentů a nemusí být zcela objektivní. Nicméně toho si je autorka vědoma. Práce byla zpracována na základě získaných odpovědí od 100 respondentů.

Kromě vlastní skladby stravy je v práci správně řešena problematika načasování příjmu jednotlivých makroživin. Velmi oceňuji odvahu autorky pustit se na tenký led problematiky dopingu v kulturistice a fitness, a to nejen teoreticky, ale též konkrétními otázkami v anketním šetření.

Struktura práce byla dodržena podle doporučení (<http://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-161.html>) a je logicky členěna: Abstrakt, Úvod, Teoretická východiska – výživa, Teoretická východiska – doping, Cíle, vědecká otázka a úkoly práce, Metodika práce, Výsledky práce a diskuze, Závěr, Bibliografie a Přílohy. Práce obsahuje seznam zkratk, tabulek a grafů.

Kapitola Cíle, vědecká otázka a úkoly práce není zcela přesně formulovaná, neboť práce neobsahuje vědeckou otázku, ale byly vysloveny 3 hypotézy práce. Cíl práce koresponduje s názvem práce a úkoly práce jsou formulovány jasně a stručně a autorce se je podařilo splnit.

Autorka vhodně spojila kapitolu Výsledky práce a diskuze tak, že prezentované výsledky ihned doplňuje svým komentářem či srovnává s dostupnou literaturou.

Formátování práce je v pořádku podle doporučení UK FTVS, pouze část abstraktu v anglickém jazyce není zarovnan do bloku. Citováno je podle normy APA 6. Autorka se snažila využít pestrou škálu zdrojů od tradičních autorů (Maughan, Burke, Roubík apod.) stejně, jako nejaktuálnější informace z webových stránek WADA či ADV ČR. Formálních chyb a překlepů je minimum.

Studentka v práci prokazuje, že se v dané problematice velmi dobře orientuje a uvědomuje si nedostatky zvolené metody pro šetření. Získané poznatky je jistě schopna uplatnit i v praxi.

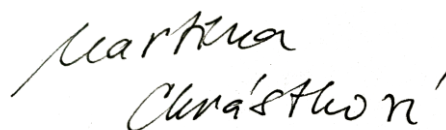
Práce byla zkontrolována systémem Turnitin s mírou shody 7 %.

Práci k obhajobě doporučuji.

Doplňující otázky k obhajobě:

- 1) *Myslíte si, že používání doplňků stravy je opravdu nezbytné, aby mohli sportovci (obecně) v soutěžích uspět – lze anebo nelze tělu doplnit všechny potřebné živiny „jen“ správně složenou kvalitní stravou?*
- 2) *Myslíte si, že bez suplementace látek dopingového charakteru nemohou být kulturisté v soutěžích úspěšní? Jaký je Váš názor na užívání dopingů kondičně cvičícími?*

V Praze, 12. 6. 2020



Mgr. Martina Chrástková, Ph.D.

Vedoucí diplomové práce