



Posudek rigorózní práce

Název práce: Nízkosacharidové dietní režimy a jejich efekt na tělesné složení a sportovní výkon

Autor: Mgr. Pavel Kysel

Oponent: Prof. PhDr. Soňa Jandová, Ph.D.

KTV PedF UK

Předkládaná rigorózní práce je v rozsahu 126 stran textu včetně literárního seznamu. Popsáno je aktuální téma uplatnitelné především ve výkonnostním a vrcholovém sportu, ale částečně také ve sportovní přípravě mládeže.

Autor ve své rigorózní práci předložil **přehledovou studii** dosavadních výzkumů. Jedná se o velmi obsáhlý souhrn informací, které se vážou na problematiku stravy, dietních režimů, ale částečně i sportovního tréninku. Z této teoretické práce je zřejmé, že se autor velmi podrobně orientuje v dané problematice, dokáže velmi dobře pracovat s dostupnou literaturou a citovat ji. Vzhledem k uvedeným autocitacím se domnívám, že autor má potenciál stát se odborníkem v dané oblasti. Bohatý teoretický základ se jistě může stát základem pro velmi zajímavý výzkum v budoucím profesním vývoji autora.

Předkládaná **práce nemá stanoven cíl**, což znesnadňuje další posouzení práce.

Vzhledem k tomu, že autor předkládá rigorózní práci na Pedagogické fakultě UK, očekávala jsem od práce buď významnější propojení tématu se stravovacími návyky či dietními režimy dětí s povinnou školní docházkou (např. ve sportovních třídách), anebo konkrétní výzkum, který by ověřil vliv nízkosacharidové stravy právě na tělesné složení či sportovní výkon (ideálně dětí či mládeže).

V práci se vyskytuje nespočet gramatických chyb, především jsou zde problémy s interpunkčními znaménky zejména v první polovině práce. To velmi často znesnadňuje pochopení textu. Jelikož těchto chyb se vyskytuje opravdu mnoho, uvedu jen příklad:

s. 16, 1. odst.: „Dle autorů Havla a Hnízdila (2009) požadované stimulace silově vytrvalostních (aerobní, anaerobní) schopností, volíme a pozměňujeme intenzitu tréninku (nižší/vyšší zátěž, tempo vyšší/nížší, delší/kratší odpočinek, delší/kratší doba cvičení).“ – problém s interpunkcí

s. 79 dole: „V současnosti se objevuje velké množství diet, které sami sebe označují za nízkosacharidové či dokonce ketogenní.“ – problém s psaním i a y: ~~sami~~ x samy.

Vzhledem k velmi kvalitnímu zpracování teoretické části **doporučuji práci k obhajobě**, ale pro úspěšnou obhajobu **vyžadují, aby autor uvedl cíl práce** a dále aby **prezentoval jeho konkrétní názor na zařazení nízkosacharidové stravy do dietního režimu sportovních tříd se zaměřením na:**

a) vytrvalostní sporty

b) rychlostní disciplíny



c) silové sporty

V případě úspěšné obhajoby a zodpovězení uvedených otázek **navrhují udělit Mgr. Pavlu Kyselovi titul PhDr.**

V Praze dne: 25. 1. 2021


Prof. PhDr. Soňa Jandová, Ph.D.