

P O S U D E K O P O N E N T A B A K A L Á Ř S K É P R Á C E

Jméno a příjmení diplomanta: Michaela Lauberová

Vedoucí práce: MUDr. Simona Majorová

Téma práce: Využívání regenerace u rekreačně sportující populace

Cíl práce: Zjistit, zda rekreační sportovci využívají regenerační prostředky, a které konkrétně a dále zjistit důvody, které rozhodují o výběru regeneračních prostředků.

1. Kritéria hodnocení práce:

	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce	x			
teoretické znalosti		x		
logická stavba práce		x		
vstupní údaje a jejich zpracování		x		
práce s literaturou včetně citací	x			
adekvátnost použitých metod	x			
hloubka provedené analýzy ve vztahu k tématu			x	
využitelnost výsledků práce v praxi			x	
úprava práce (text, grafy, tabulky)		x		
stylistická úroveň		x		

Formální hledisko:

Práce je psána na 76 stranách včetně příloh. Z formálního hlediska je bakalářská práce v pořádku. Obsahuje všechny náležitosti, které má daná práce mít. Autorka čerpala ze 33 zdrojů, z toho 5 zdrojů je zahraničních. Seznam literatury je jednotný, práce s literaturou v textu v pořádku.

Pozn.

V práci se nachází několik překlepů, avšak jazyková úroveň práce je celkově v pořádku.
s. 37 – (Dvořák, 2022) - v seznamu zdrojů uveden rok 2017

Obsahové hledisko:

Abstrakt vystihuje podstatu práce, obsahuje cíl, metody, výsledky, závěr a klíčová slova, což je v pořádku.

V úvodu se autorka vyjadřuje k problematice rekreačního sportu v souvislosti se zdravým způsobem života. V této souvislosti zdůrazňuje regeneraci jako jeho nezbytnou součást. Stručně představuje svou práci, uvádí výzkumné otázky a nastiňuje cíl práce.

Autorka se v teoretické části zabývá rekreačním sportem a především regenerací, která je důležitá pro každého člověka, nejen pro výkonnostní sportovce. Definiuje rozdíl mezi rehabilitací a regenerací a poté se věnuje všem složkám regenerace, které jsou v dostupné literatuře popisovány.

Informace jsou srozumitelně roztříděné, autorka se snaží citovat různé autory. Teoretická část nepřináší sice žádné nové poznatky, avšak pro určitý základní vhled do problematiky a pro účely bakalářské práce je dostačující.

Praktická část

Cíle, úkoly hypotézy:

Cíl práce je jasně formulován a odpovídá názvu i obsahu práce. Jsou uvedeny úkoly práce a 3 vhodně volené výzkumné otázky.

Metodika práce je z mého pohledu v pořádku a obsahuje všechny informace, které obsahovat má.

Výsledky

Výsledky anketního šetření jsou přehledné, vyjádřené grafy a tabulkami se stručným komentářem.

Diskuse

V diskusi autorka komentuje výsledky své práce a porovnává je s dalšími autory, kteří se zabývali podobnou tematikou. Snaží se hledat faktory, které mohly výsledky ovlivnit a uvědomuje si, že výsledky nelze zobecnit. Uvádí limity práce. Na konci je psáno, že výsledky nelze zobecnit, neboť výběr respondentů byl randomizovaný. Domnívám se, že to tak není. Randomizace, tedy náhodný výběr, naopak dovoluje zobecňovat. Zobecnit nelze, jelikož se výzkumu zúčastnilo málo respondentů a dotazník nebyl standardizovaný. Navíc se domnívám, že v této práci k náhodnému výběru nedošlo, jelikož dotazník mohl vyplnit ten, kdo o to projevil zájem, ne ten, kdo byl náhodně vybrán.

Závěr

Závěr obsahuje shrnutí práce. Autorka navrhuje případný výzkum do budoucna, zmiňuje přínos práce.

Otázky k obhajobě:

V práci uvádíte, že na dělení regenerace jsou různé názory, to je pravda. Jak vnímáte dělení regenerace na aktivní a pasivní?

Závěr hodnocení: Předkládaná práce splňuje požadavky, kladené na tento typ závěrečné práce. Cíl práce byl splněn. Téma je zajímavé a aktuální.

Práce prošla kontrolou na plagiátorství a nebyla shledána jako plagiát.

Navrhuji ji k obhajobě.

Stupeň hodnocení: 1-2 (dle obhajoby)

13.6. 2024, Praha

Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D

datum a místo
vyhotovení posudku

podpis oponenta
bakalářské práce