

P O S U D E K O P O N E N T A D I P L O M O V É P R Á C E

Jméno a příjmení diplomanta: Bc. Jakub Bošek

Vedoucí práce: PhDr. Pavel Hráský, Ph.D

Téma práce: Znalosti a dodržování zásad zdravého životního stylu studenty VŠ v Praze

Cíl práce: Analýza erudovanosti studentů pražských vysokých škol v rámci zdravého životního stylu.

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 98 stranách včetně příloh. Z formálního hlediska je diplomová práce v pořádku, obsahuje všechny klíčové části, které by DP obsahovat měla. Autor využil 42 zdrojů, z nichž většina (34) je zahraničních. Práce s literaturou v textu je v pořádku.

Seznam literatury obsahuje drobné citační chyby.

Pozn.:

- s. 13 Přímá citace v uvozovkách by měla být psána kurzívou
- V práci se nachází větší množství překlepů.

Obsahové hledisko:

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

Cíl je v abstraktu vyjádřen velmi podrobně, domnívám se, že první věta vyjadřuje v podstatě celý cíl práce a není třeba ho vypisovat takto do detailů. Cíl je vyjádřen jako Analýza erudovanosti a znalosti...znalost je vlastně erudovanost, takže by se toto slovo nemuselo v cíli nacházet.

V abstraktu se vyskytuje 9 klíčových slov, standartně jich bývá méně (5-6).

V úvodu autor formuluje problém, představuje stručně svou práci a zdůvodňuje proč si téma práce vybral.

V rešeršní části jsou kapitoly (až na jednu) řazeny logicky, tematicky jsou vhodně voleny. Autor se nejprve věnuje pojmům zdraví a zdravý životní styl a s nimi souvisejícími informacemi z oblasti správné výživy, vlivu pohybové aktivity na lidské zdraví a spánku. Také se věnuje monitorování pohybové aktivity, jelikož, jak uvádí, je to současný trend a je zajímavé ho sledovat a také, protože tuto informaci ověřoval ve výzkumné části práce. Následující kapitola (2.2.5 Tekutiny) logicky nezapadá do celého řazení rešeršní práce. Tuto kapitolu bych řadila spíše k výživě.

Poté se autor zabývá nezdravým životním stylem a s ním souvisejícími riziky vzniku civilizačních onemocnění a také zmiňuje užívání návykových látek. Kvalitně je zpracována analýza týkající se vysokoškoláků a jejich životního stylu.

Z práce je cítit snaha o pečlivé uchopení tématu. Autor se velmi často odkazuje na WHO. Možná by bylo vhodné se zaměřit i na další konkrétní studie, které zkoumaly vliv pohybové aktivity na zdraví nebo zdravý životní styl. Práce s literaturou je v pořádku.

Pozn.: Text je na mnoha místech psán jako vyprávění, domnívám se, že diplomová práce by si zasloužila více akademický styl. Výrazy typu ...“ Nejprve se podíváme co píše WHO..., pod pojmem zdravý životní styl si možná mnoho lidí představí...i kdyby se nemělo jednat hned o týmový sport,...neuvěřitelně často diskutované téma...,začneme povídáním o vysoké škole..., když se řekne A, musí se říct i B...” atd. nejsou nejvhodnější vyjádření, která se užívají v psaní závěrečné práce.

Praktická část

Cíl práce je uvedený velmi rozvětveně. Bylo by možná vhodnější ho více sjednotit. Jak již bylo řečeno první věta vyjadřuje vlastně celý cíl, možná v rámci cíle by se dalo zdůraznit využití a důvěra v monitorovací zařízení využívaná při pohybových aktivitách. Byly stanoveny 4 konkrétní výzkumné otázky, které jsou vhodně formulovány. Úkoly práce uvedeny nejsou.

Metodika práce je adekvátně zpracována a obsahuje všechny části, které obsahovat má. Je popsána metoda výzkumu – dotazníkové šetření, chybí však jeho definice z konkrétní literatury. Bylo by také vhodné uvést jaká témata se v dotazníku objevují. Také je vhodné uvést, že se jednalo o dotazník vlastní konstrukce. Ostatní části jsou vhodně popsány a vše je náležitě vysvětleno.

Výsledky

Výsledky jsou zpracovány přehledně, vyjádřeny graficky s komentářem.

Diskuse

V diskusi diplomant komentuje výsledky své práce a na konec odpovídá na položené výzkumné otázky. Výzkumné otázky se nevyvrací ani nepotvrzují, jak se objevuje u otázky č. 2 a 4. Čtenář se lehce ztrácí při hledání 4. otázky, jelikož není tak jako ostatní otázky zdůrazněná.

V diskusi chybí hlubší analýza problematiky ve smyslu srovnání konkrétních výsledků této práce s konkrétními výzkumy, které se zabíraly stejnou nebo podobnou problematikou. Je to škoda, protože to by mělo být stěžejní částí diskuse. V diskusi se objevují výsledky porovnání na základě pohlaví, což je zajímavé, avšak ani ve výsledcích, ani v metodice nebo v rámci výzkumných otázek se tato informace, že se bude porovnávat pohlaví neobjevuje a navíc není porovnána s konkrétním jiným výzkumem, což by také mohlo být zajímavé.

Závěr

Závěr obsahuje opět shrnutí výsledků, včetně jednoho grafu. Domnívám se, že se některé informace ze závěru mohly objevit v diskusi. Stručné shrnutí práce a výhled do budoucna zde čtenář nalezne.

Otázka k obhajobě:

- 1) V práci je uvedeno, že BMI není směrodatný u kulturistů, to je samozřejmě v pořádku, jsou i jiné skupiny lidí, u kterých není BMI směrodatný a proč?
- 2) Máte nějaký konkrétní návrh, jak by se dalo již na základní škole působit na děti ve smyslu výchovy ke zdravému životnímu stylu? Existují předměty, které k němu směřují, jsou však dostatečné?

Závěr hodnocení: Předkládaná práce přes uvedené připomínky splňuje požadavky kladené na tento typ závěrečné práce. Práce s literaturou je v pořádku. Cíl práce byl splněn. Práce je zajímavá pro její zaměření na životní styl studentů vysokých škol. Literární zpracování není standardní, na druhou stranu chválím práci s velkým množstvím zahraničních zdrojů.

Práce prošla kontrolou na plagiátorství v systému Turnitin a nebyla shledána jako plagiát.

Navrhuji ji k obhajobě.

Stupeň hodnocení – 2 (dle obhajoby)

14.6. 2024, Praha

Datum a místo
vyhotovení posudku

Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D

Podpis oponenta
diplomové práce