

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
Pedagogická fakulta
Katedra biologie a environmentálních studií

POSUDEK VEDOUCÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Předložila studentka: Soňa Šnáblová

Název: Stravovací návyky žáků ZŠ a SŠ a jejich důsledky vzhledem k riziku rozvoje civilizačních chorob

Vedoucí: RNDr. Lenka Pavlasová, Ph.D.

Předložená práce si klade za cíl zjistit aktuální stravovací návyky žáků ZŠ a SŠ a poskytnout tak učitelům přírodopisu, biologie i výchovy ke zdraví informace o problémových okruzích, které by bylo vhodné zařazovat do výuky těchto předmětů. Obsahuje 60 stran textu a 4 strany příloh.

Teoretická část se zabývá výživou a její funkcí, složkami potravy, potřebou živin v období růstu a vývoje (6 – 18 let), výživovými doporučeními pro obyvatelstvo stanovenými Ministerstvem zdravotnictví ČR a jeho vyjádřením pomocí pyramidy zdravé výživy. Dále autorka rozebírá vztah osobnosti a jídla, individuální potravní chování, rozdíly v regulaci příjmu potravy mezi jedinci, preference a averze k určitým potravinám a celkové postoje k jídlu. Uvádí také sociální faktory v utváření stravovacích návyků (rodina, škola, sdělovací prostředky), vybrané civilizační nemoci (obezita, zubní kaz, alergie) a jejich ovlivnění zdravou výživou.

V **praktické části** byl proveden výzkum stravovacích návyků u 135 žáků ZŠ a SŠ metodou dotazníkového šetření. Dotazník je jednoduše a přehledně konstruován a plně vyhovuje zamýšlenému cíli šetření. Doporučovala bych ho případně jen doplnit o otázky týkající se pitného režimu. **Výsledky** jsou uvedeny slovně, doplněny grafickým znázorněním, okomentovány a použity k ověření 9 předem stanovených hypotéz šetření. V **diskusi** se autorka vyjadřuje k výsledkům se zřetelem na některé nezdravé návyky, které žáci mají již na základní škole (např. počet denních jídel 3 a méně, dívky téměř v 50% nesnídají, určité procento žáků vůbec neobědvá, konzumace pochutin z automatů apod.). Zřetelně to dokládá rozpor mezi znalostmi žáků o zdravé výživě a mezi jejich chováním.

Celkově působí práce vyváženým dojmem, s jasnou koncepcí. Neobsahuje vážnější formální ani faktické chyby. Autorka přistupovala k práci zodpovědně a jednotlivé její etapy konzultovala s vedoucí.

Předložená práce splňuje požadavky kladené na bakalářské práce, doporučuji ji k obhajobě a hodnotím ji

- výborně -.

V Praze dne 25.5.2010

RNDr. Lenka Pavlasová, Ph.D.