

Posudek oponenta bakalářské práce

Jméno posluchače	Barbora Boubelíková
Téma práce	Vliv alkoholu na tělesné složení po zátěžovém testu na běžecském trenážeru
Cíl práce	Cílem práce bylo posoudit vliv alkoholu podaného před zátěžovým testem na vybrané parametry tělesného složení u žen
Vedoucí bakalářské práce	Mgr. Barbora Strejcová, Ph.D.
Oponent bakalářské práce	Mgr. Michal Štohanzl

Rozsah práce	48 stran
stran textu	38 stran
literárních pramenů (cizojazyčných)	67 (36)
tabulky, grafy, přílohy	7,5,2

Náročnost tématu na	úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
teoretické znalosti	x			
praktické zkušenosti		x		
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování	x			

Kritéria hodnocení práce	úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
stupeň splnění cíle práce	x			
logická stavba práce	x			
práce s českou literaturou včetně citací		x		
práce se zahraniční literaturou včetně citací		x		
adekvátnost použitých metod	x			
hloubka provedené analýzy		x		
stupeň realizovatelnosti řešení		x		
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
stylistická úroveň	x			
nároky BP na podkladové materiály, konzultace, průzkumy		x		
použití analýz, matem. statistických a jiných metod, komparací apod.	x			
využitelnost námětů, návrhů a doporučení k řešení problému			x	
obsah a relevantnost příloh v textu či příl. části BP (tabulky, grafy, propočty apod.)	x			
Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:	x			

Práce je doporučena k obhajobě

Navržený klasifikační stupeň: **výborně – velmi-dobře**

Do rámečku vypsát slovní hodnocení z této škály: výborně, velmi dobře, dobře, nevyhověl/a

Otázky k obhajobě:

- 1) Proč si myslíte, že je důležité objasnit vliv alkoholu na tělesné složení při tak krátké zátěži jako ve vašem případě, tj. do 10min.
- 2) Pokuste se shrnout, jaké akutní účinky alkoholu se projeví při pohybové aktivitě u rekreačního sportovce (cyklista se na výletě osvěží 2x0,5l piva).

Doplňující komentář k hodnocení práce:

Autorka se ve své bakalářské práci zaměřuje na problematiku fyziologie zátěže, kdy se snaží posoudit vliv alkoholu podaného před zátěžovým testem na vybrané parametry tělesného složení u sportujících žen. K dosažení vytyčených cílů práce využívá experiment prováděný v laboratorních podmínkách.

V první části práce nám autorka předkládá vcelku zdařile zpracovaná teoretická východiska pro následný vlastní výzkum. Tato část je z velké části zaměřena na problematiku tělesného složení, metabolismu alkoholu a termoregulaci při tělesné zátěži. Vhodné by bylo doplnit více informací o vlivu alkoholu přímo na danou pohybovou zátěž a to především z kvalitativního hlediska, tedy jak se alkohol projeví na zvládnutí daného pohybového úkolu. V kapitole o vlivu alkoholu na organismus jsou předloženy jen velmi obecné informace.

Vlastní výzkumná část práce je srozumitelně a jasně zpracována, analýza dat je podepřena vhodnými statistickými metodami a výsledná data přehledně znázorněna v tabulkách a grafech.

V práci je použit průměrný počet literárních pramenů s nadpolovičním podílem cizojazyčných zdrojů, což není u bakalářských prací běžné a tedy mnou hodnoceno velice kladně. V práci se však objevuje několik citací, které nejsou uvedeny ve zdrojích – na straně 14. - Miklíková (2013), na straně 19. – Falc-Yttera a kol. (2000), Hamaguchi (2012). Je tedy třeba upozornit na to, že všechny využití citace by měli být dohledatelné a tedy zmíněné v seznamu použitých zdrojů. Stejně tak by bylo vhodné sjednotit citační normy, např. uvádění ISBN, u práce Beulens (2012) je uvedeno 46 spoluautorů, u Hainer (2012) uvedeno pouze v kolektivu, jiné přechylován v textu a ve zdrojích – Lüllmann vs. Leullman apod.

Celkovou kvalitu práce snižuje fádní úvod a závěr. Z těchto částí, jakožto z celé práce, není jasně patrné, z jakého důvodu a k jakému účelu byla celá studie uskutečněna. Přínos práce je potom diskutabilní. Pokud bude autorka rozšiřovat práci a pracovat na tématu i v dalším studiu, doporučil bych jasněji stanovit a hlavně popsat účel a za kterým bude práce uskutečněna. Informace podaná v úvodu, že ...nejsou zcela objasněny akutní účinky alkoholu konzumovaného před krátkodobou pohybovou zátěží na tělesné složení... je nedostačující.

I přes výše uvedené připomínky autorka úspěšně dosáhla vytyčeného cíle a splnila, v některých částech jistě předčila požadavky na nároky bakalářské práce.

Oponent bakalářské práce:

Jméno, tituly: Michal Štohanzl, Mgr.

V Praze dne: 27. 4. 2015

Podpis: