



Ústav tělovýchovného lékařství
1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy
Salmovská 5, 120 00 Praha 2
přednosta: Doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.



UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

1. lékařská fakulta

Ústav tělovýchovného lékařství 1. LF UK a VFN, Salmovská 5, Praha 2, 120 00

Posudek vedoucího bakalářské práce oboru Nutriční terapeut

Název bakalářské práce: **Kofein a jeho vliv na sportovní výkon**

Autor práce: **Nikola Kadlecová**

Vedoucí práce: doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc

Oponent práce: doc. MUDr. Vladimír Tuka, Ph.D.

Akademický rok: 2018/2019

Volba tématu

Autorka zpracovala bakalářskou práci na téma „Kofein a jeho vliv na sportovní výkon“. Autorka si kladla za cíl zjistit, jak se ovlivní kofein výkon v běhu na 1 500 m.

TEORETICKÁ ČÁST

Struktura práce, logické členění (obsah)

Teoretická část BP obsahuje 3 podkapitoly pojednávající o kofeinu jako doplňku stravy, který podle odborné literatury zlepšuje vytrvalostní výkon.

Abstrakt a klíčová slova

odpovídají obsahu práce

Práce s literárními prameny, informačními zdroji

Autorka ve své práci využívá jako literární zdroje klasické odborné publikace stěžejních autorů v knižní formě, hlavně však čerpá z moderních článků publikovaných v anglosaském písemnictví včetně prací typu „Position Statement“. Celkově uvádí 30 pramenů světové literatury.

Správnost a úplnost citací použitých zdrojů

Formát citací je standardní a odpovídá citační normě.

Přesnost formulování vlastních myšlenek, práce s odborným jazykem

Autorka jasně a srozumitelně formuluje své myšlenky, práce se dobře čte.

Úroveň jazykového zpracování

Jazak práce je stylisticky v pořádku, po stránce gramatické a pravopisné neobsahuje žádné chyby..

Náročnost tématu na teoretické znalosti

Studentka se velmi dobře orientuje v zadaném tématu.



Ústav tělovýchovného lékařství
1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy
Salmovská 5, 120 00 Praha 2
přednosta: Doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.



PRAKTICKÁ ČÁST

Formulace výzkumné otázky, cílů práce

Cíl práce je formulován jasně a srozumitelně.

Užité metody výzkumného šetření

Jde o experimentální práci. Výsledky běhu před a po aplikaci kofeinu porovnála studentka dvouvýběrovým Studentovým párovým t-testem.

Vhodnost zvolené metody řešení vzhledem k tématu práce

Zvolená metoda přesahuje obvyklou úroveň bakalářské práce.

Charakteristika zkoumaného souboru

Bylo testováno celkem 16 probandů. Soubor pacientů je dostatečně velký vzhledem k cíli studie.

Dosažené výsledky, jejich správnost a možnost praktického využití

Výsledky jsou zpracovány ve formě přehledných tabulek a grafů.

Úroveň diskuse

Diskuse je rozsáhlá a přesahuje svým rozsahem diskusi bakalářské práce. vedena fundovaně a logicky. Diskuse je vedena fundovaně a logicky. Obsahuje odkazy na odborné práce světového písemnictví, které se zabývaly stejnou nebo podobnou tematikou.

Splnění cíl

Základní cíl práce byl splněn, v mnoha aspektech dosahuje úrovně diplomové práce

Formulace závěru

Závěr shrnuje získaná data a zasazuje je do kontextu.

Význam práce pro teorii / praxi, doporučení pro praxi

Práce přináší zajímavá data o užití kofeinu pro zvýšení sportovního výkonu.

Přílohy

Bakalářská práce obsahuje tabulky, obrázky a 5 příloh, které tematicky odpovídají obsahu práce.

Formální zpracování práce

Práce odpovídá normám, zákonným ustanovením a předpisům pro psaní závěrečných prací.

Celkové hodnocení práce (6 – 10 vět)

Teoretická část práce je napsána sice stroze, ale srozumitelně a pokrývá důležité aspekty studovaného tématu. Výsledky jsou prezentovány jak ve formě raw dat, tak i souhrnů. Formálně i obsahově práce splňuje nároky na bakalářskou práci. Svým provedením práce přesahuje běžné bakalářské práce v oboru nutriční terapeut.



Ústav tělovýchovného lékařství
1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy
Salmovská 5, 120 00 Praha 2
přednosta: Doc. MUDr. Zdeněk Vilík, CSc.



Práce překračuje požadavky kladené na bakalářskou práci
Doporučuji práci k obhajobě

*Práci klasifikuji stupněm **v ý b o r n ě***

Otázky a připomínky k obhajobě práce (nutné)

1. Proč se autorka domnívá, že její experimentální práce neprokázala účinek kofeinu na vytrvalostní sportovní výkon, když podle Consensus Statement (Maughan, Burke 2018) kofein vytrvalost zlepšuje?
2. Má kofein vliv i na silové sportovní výkony?
3. Jaké dávky kofeinu by pro sportovce mohly být nebezpečné?
4. Proč již není kofein od roku 2004 na seznamu zakázaných látek?

V Praze 27.5.2019

Podpis vedoucího práce

