

U N I V E R Z I T A K A R L O V A V P R A Z E
P e d a g o g i c k á f a k u l t a
Katedra biologie a ekologické výchovy

HODNOCENÍ MAGISTERSKÉ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Posudek vedoucího diplomové práce RNDr. V. Přívratského, CSc.

Předložila studentka: Kateřina Nezavdalová

Název: Zdravý životní styl vysokoškolského studenta

Název v anglickém jazyce: Healthy lifestyle of a college student

1. CÍLE A HYPOTÉZY (uvedte, zda a jak byly cíle/hypotézy/předpoklady formulovány a zda a do jaké míry byly naplněny, resp. ověřeny):

Ačkoliv poslední desetiletí přinesla řadu změn, které se promítají do způsobu života naší společnosti, problematikou životního stylu vysokoškolských studentů v nových společenských podmínkách se doposud nikdo hlouběji nezabýval. Základním cílem této práce je tedy snaha postihnout způsob života vysokoškoláka v nejdůležitějších oblastech, které souhrnně nazýváme životním stylem. Vedle tohoto ústředního cíle autorka formulovala další, které je k němu měly dovést. Jsou to tvorba dotazníku pro příslušné dotazníkové šetření, vytvoření originální metody s vlastní stupnicí hodnotící životní styl vysokoškoláků s ohledem na jejich zdraví na základě shromážděných dat a konečně konstrukce grafů znázorňující příslušné závěry. Autorka formulovala šest hypotéz, prověřila je a získala tak dostatečný základ pro formulování závěrů a dosažení cílů práce.

2. OBSAHOVÉ ZPRACOVÁNÍ (použité metody práce, interpretace výsledků a jejich diskutování, náročnost, tvůrčí přístup, proporcionalita teoretické /rešeršní/ části a vlastního badatelského/odborného přínosu, logická struktura a provázanost, vhodnost příloh, apod.):

Práce je poměrně rozsáhlá, má 138 stran textu a 9 stran příloh. Teoretická část je značně obsáhlá a představuje vlastně rešerše všech základních oblastí tvořících komplexní obsah pojmu zdravý životní styl včetně jeho rizik (jako např. zdraví, výživa, regulace příjmu potravy, racionální výživa, nesprávná výživa, stravování, poruchy výživy, spánek a jeho nepřítel, nízká a nadměrná tělesná aktivita, diety, konzumace alkoholu, psychické zátěže atd.). Přes svůj rozsah je teoretická část práce vhodným východiskem pro vlastní výzkum. Ten byl poměrně náročný, a to nejen v přípravě dotazníkových šetření, ale též organizačně. Autorka si pro účely šetření vybrala studenty čtyř vysokých škol záměrně tak, aby vyjadřovaly velmi odlišné studijní programy. Celkově mezi ně alokovala 256 dotazníků a zpracovala svou vlastní metodu jejich hodnocení umožňující rozmanité oblasti životního stylu komparovat s normami uvedenými v teoretickém rozboru tématu. Metodologicky se autorka s tématem vypořádala originálně a úspěšně, vezmeme-li v úvahu vrstevnatost, komplexnost a prolínání jednotlivých komponent zdravého životního stylu na straně jedné a specifika jednotlivých studijních programů a vysokých škol na straně druhé. Rovněž diskuse a formulace závěrů odpovídá cílům a souborům dat, které pořídila. Metoda, kterou vyvinula, umožňuje její použití i v dalších šetřeních zaměřených na toto téma.

3. FORMÁLNÍ ÚPRAVA (jazykový projev, cizojazyčný abstrakt/summary, vhodnost výběru použité literatury, správnost citování a odkazů na literaturu, obrázky, grafy, přílohy, celková grafická úprava, přehlednost a dodržení základního formálního členění práce do kapitol, úroveň kvality tabulek, grafů, obrázků a příloh, apod.):

Jazykový projev je na dobré úrovni a odpovídá potřebám diplomové práce. Literatura obsahuje 39 položek a výběrem odpovídá tématu. Text je vhodně doplněn grafy a schémata, což jej činí přehledným. Grafy mají dobrou vypovídající hodnotu a jsou dobře zpracovány i po grafické stránce. Celkově je práce po formální stránce v pořádku a odpovídá nárokům kladeným na tento typ kvalifikační práce.

5. OTÁZKY A PŘIPOMÍNKY DOPORUČENÉ K BLIŽŠÍMU VYSVĚTLENÍ PŘI OBHAJOBĚ (je nutné vzít v úvahu dobu trvání obhajoby, cca 15 min.):

Je možné z dat, která byla získána od jednotlivých studentů, odhadnout další vývoj životního stylu vysokoškolských studentů v nejbližších letech?

6. NAVRHOVANÉ ZÁVĚREČNÉ HODNOCENÍ (doporučuji k obhajobě a hodnotím: výborně, velmi dobře, dobře, nebo nedoporučuji k obhajobě):

Předloženou diplomovou prací Kateřiny Nezavdalové doporučuji k obhajobě a hodnotím stupněm výborně.

V Praze 16. května 2011

RNDr. Vladimír Přívratský, CSc.