



POSUDEK ZÁVĚREČNÉ PRÁCE (*Posudek oponenta práce*)

Jméno studenta: Václava Houdová

Studijní obor: Specializace v pedagogice: Výchova ke zdraví

Název závěrečné práce: VÝŽIVA JAKOSOUCÁST ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO
STYLU

Akademický rok: 2015/16

Jméno vedoucího práce: Mgr. Jana Kočí

Stupnice hodnocení: 1 - výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – nevyhovující; N – nelze hodnotit

	<i>Oblast hodnocení:</i>	<i>Stupeň hodnocení</i>
OBSAHOVÁ STRÁNKA DIPLOMOVÉ PRÁCE:		
1.	Význam a aktuálnost problematiky.	1
2.	Celková struktura, způsob zpracování práce.	2
3.	Úroveň zpracování teoretických poznatků.	2
4.	Úroveň zpracování vlastních poznatků.	3
5.	Metodologie práce (stanovení problémů, cílů, metod).	3
6.	Analýza a interpretace výsledků.	2
7.	Přínos pro praxi.	2
9.	Práce s literaturou (dodržování citačního normy, počet zdrojů)	2
FORMÁLNÍ STRÁNKA DIPLOMOVÉ PRÁCE:		
1.	Formální a grafické zpracování.	2
2.	Jazyková stránka (stylistika, odborná úroveň textu).	2
3.	Spolupráce autora s vedoucím práce.	

CELKOVÝ DOJEM Z PRÁCE:

Závěrečnou práci navrhuji klasifikovat stupněm hodnocení:

Velmi dobře

ZDŮVODĚNÍ NAVRHOVANÉHO KLASIFIKAČNÍHO STUPNĚ:

Bakalářská práce studentky Václavy Houdové je příspěvkem k tématu správného stravování v rámci dodržování zásad zdravého životního stylu. Problematika výživy a zdravého životního stylu je aktuálním a velmi diskutovaným problémem a jistě si zaslouží pozornost.

Hodnocená práce je členěna na část teoretickou a část praktickou. Autorka předkládá rešerši odborné literatury zaměřenou především na zdraví, vliv výživy na zdraví, programy podpory zdraví a teorii správného stravování. Tematické celky jsou zpracovány převážně na základě citací z odborné literatury, které by si zasloužily více vlastního názoru autorky a práce s textem a které často zůstávají bez uvedení literárního zdroje (např. str. 7, 2. odstavec; str. 8, 3. odstavec; str. 10, 2. odstavec; str. 11, 3. odstavec; str. 12, 1. odstavec; str. 14 dokonce uvádí několik definic výživy bez uvedení literárního zdroje aj.). Teoretická část práce je dobře strukturovaná a jednotlivé celky dodržují logickou návaznost, nicméně práce místy jeví formální nedostatky, jakým je například nedodržování odsazování odstavců, díky kterým často text splývá. Obsah řešení kapitoly 1.2. „Rizikové faktory zdravého životního stylu“ neodpovídá názvu (řeší rizikové faktory nezdravého životního stylu) a název je matoucí (podněcuje ve čtenáři dojem, že zdravý životní styl s sebou nese rizikové faktory).

Praktická část práce se zabývá přípravou a tvorbou programu zdravého životního stylu ve vztahu ke konkrétnímu jedinci. Je rozdělena na vstupní anamnézu pro nutriční, zdravotní a psychosociální oblast, analýzu vstupních dat a program zdravého životního stylu. Praktická část práce je řešena velmi zajímavým způsobem, nicméně postrádá organizaci podle zásad empirického bádání – zejména jasné stanovení cíle práce, metod řešení projektu a hypotézy, nebo alespoň nějaké předpoklady výsledků práce. Pro zodpovězení vytyčených otázek kvantitativní části práce použila autorka dotazník nutriční anamnézy bez uvedení, zda dotazník sestavovala sama či přejala od nějakého autora. Psychosociální anamnéza byla řešena pomocí polostandardizovaného rozhovoru s uvedením základních typů otázek opět bez zmínek zda otázky autorka sestavovala sama či přejala od jiného autora. Výsledky práce (intervence do životního stylu vybraného jedince) jsou vhodně vyobrazeny v tabulkách s doprovodným textem a diskusí.

Název práce je po prostudování předložené bakalářské práce velmi obecný, doporučila bych specifikaci zejména ke vztahu k zásahu do životního stylu vybraného jedince.

Rozsah předložené práce je 71 normostran včetně všech příloh. Bakalářskou práci studentky Václavy Houdové, *VÝŽIVA JAKOSOUČÁST ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU* doporučuji k obhajobě a navrhuji stupeň hodnocení **velmi dobře**.

OTÁZKY A PODNĚTY PRO DISKUZI PŘI OBHAJOBĚ PRÁCE:

- Jmenujte důsledky nezdravého životního stylu ve vztahu k výživě jedince.
- Diskuse nad výsledky práce.

V Plzni dne 20. 4. 2016



Podpis hodnotitele