

**Hodnocení diplomové práce oponentem**

**Jméno autora: Michaela CVEJNOVÁ**

**Název práce: Stravovací a pohybové zvyklosti žáků**

**Oponent: Mgr. Olga KESNEROVÁ ŘÁDKOVÁ, Ph.D.,  
Katedra pedagogiky a psychologie PdF UHK**

**Téma práce: aktuální**

**Zaměření práce:**

Práce je rozdělena na část teoretickou a část praktickou. V teoretické části jsou předloženy tři hlavní témata. V prvním se autorka zabývá nejprve zdravým životním stylem. Komplexně popisuje vše, co se týká zdravého životního stylu, zaměřuje se na výživu, konkrétně se podrobně zabývá živinami. Dále se soustřeďuje na výživu u dětí různého věku, od mladšího školního věku, přes starší školní věk až po adolescenci. V dalších podkapitolách se zamýšlí např. nad pravidly správné výživy, pohybovými aktivitami, spánkem, ale i nad negativními faktory ovlivňujícími lidské zdraví, tj. kouřením, alkoholem a drogami.

Druhá část nabízí pohled na různá onemocnění, která souvisejí s nesprávnou výživou. V části třetí jsou pak popsány školní projekty týkající se zdravého životního stylu.

Celkově je teoretická část sepsána velmi podrobně, diplomantka detailně vysvětluje různé faktory související se zdravým životním stylem a rovněž uvádí přehled sedmi programů pro školy a vysvětluje jejich podstatu.

V praktické části předkládá výzkum zabývající se stravovacími a pohybovými zvyklostmi žáků a studentů. Zaměřuje se na výživu, pitný režim, pohyb, trávení volného času, ale i na užívání alkoholu, cigaret a drog. Pro svůj výzkum použila dotazník, který vytvořila i na základě mezinárodního výzkumu, jež proběhl v rámci projektu „Health Behaviour in School-aged Children: WHO Collaborative Cross-National study (HBSC)“ v roce 2010. Velmi oceňuji uvedený výzkumný vzorek, který čítal 409 respondentů ze všech krajů ČR a 7 respondentů ze SR. Vyhodnocení výsledků je zpracováno systematicky podle témat (otázek) a jsou připojeny i přehledné grafy.

V závěru se pak studentka zamýšlí nad příčinami uvedených odpovědí, činí závěry a uvádí vlastní názory a komentáře. Zde by bylo vhodné alespoň některé podpořit výzkumy, aby nezůstalo jen u předpokladů. Na druhou stranu kladně hodnotím, že u některých témat autorka nabízí možná řešení. Je škoda, že nenabídla porovnání výsledků svých bádání s výsledky zmíněného mezinárodního výzkumu.

Velmi kladně hodnotím diplomantkou vytvořenou deskovou hru, která je obsahově velmi pečlivě zpracována a zdařile graficky a výtvarně zpracována.

**Jazyková a stylistická úroveň práce: dobrá**

**Rozsah práce: standardní**

**Použitá literatura: aktuální**

**Počet uváděných titulů: dostačující**

**Práce s odbornými zdroji: odpovídá požadavkům**

**Formální stránka práce: odpovídá požadavkům**

**Využitelnost pro praxi: ano**

**Úroveň bakalářské práce: odpovídá požadavkům**

**Autorku prosím, aby u obhajoby:**

- uvedla, jak se zjištěné výsledky liší či shodují s výsledky uvedeného výzkumu, kterým se inspirovala;
- uvedla, jak může výsledky svého výzkumu uplatnit ve své (budoucí) praxi, např. ve výuce svých aprobačních předmětů (učitelství Bi-Rj pro SŠ);
- sdělila, v čem ji práce nejvíce obohatila.

**Výsledné hodnocení:**

**V Hradci Králové 14. 5. 2021**

**Mgr. Olga Kesnerová Řádková, Ph.D.  
oponent práce**