

Posudek oponenta habilitační práce

Odbor: Športová edukológia

Mgr. Alena Buková, Ph.D

Téma: **Životný štýl a zdravotný stav vysokoškoláčok v reflexii ich športovej aktivity**

Současná společnost klade velký důraz na odbornou připravenost mladé generace pro moderní technologie a akceleraci životního i pracovního rytmu ve všech sférách života. Proto jsou již u studentek na vysokých školách kladeny značné požadavky na jejich aktivitu vzhledem k budoucí profesi i ke zdraví a k rozvoji populace. Mladá žena na prahu dospělosti by měla představovat sebejistou osobnost, která je vyrovnaná ve všech sférách harmonické rovnováhy osobnosti, tedy v bio-psycho-sociálním rozměru. Na tyto skutečnosti reaguje projekt, který autorka řešila prostřednictvím výzkumné úlohy VEGA ve spolupráci s hlavní řešitelkou projektu (doc. PhDr. Klaudie Zusková, Ph.D), ve kterém se objevila řada faktů, úzce souvisejících s aktuální problematikou připravenosti mladé generace na výkon. Pohyb a zdraví patří neodmyslitelně k sobě a proto byl projekt vyvážen z pohledu výzkumných přístupů a řešení problému práce.

Ve své práci se autorka zaměřila zejména na výzkum životního stylu vysokoškolaček ve Východoslovenském regionu se zaměřením na analýzu jejich aktuálního prožívání stresu a současný zdravotní stav. V rámci obsáhlého výzkumu bylo osloveno a zpracováno 2960 dotazníků, což představuje poměrně reprezentativní vzorek pro dobrou výzkumnou studii.

Práce je rozdělena na teoretickou analýzu získaných poznatků, kde se autorka velmi zdatně vyrovnává s výzkumy prováděnými v zahraničí a popisuje v textu zkoumanou problematiku s dobrou vědeckou erudicí. Teoretická analýza získaných poznatků je vzhledem k rozsahu výzkumné části menší, její obsah však dostatečně koresponduje s řešenou problematikou práce. V textu se objevují dva druhy citací (používání čárky mezi autory nebo používání a).

V textu na s. 12 se objevuje v citaci lifestylová hodnota – prosím o vysvětlení u obhajoby.

Ve výzkumné části si autorka pro výzkum stanovila 8 pracovních hypotéz a k nim postavila výzkumné otázky práce, které přímo souvisejí s výzkumným problémem. Připomínku mám k H7 a VO7 – o jaký vztah se jedná? V metodice práce je popsán Dotazník PA a životního stylu a tento je uveden v příloze 1. V části výživa se objevují pouze otázky zabývající se frekvencí stravování a objemem zkonsumované stravy, chybí zde však otázka týkající se skutečné výživy – tedy vyváženosti stravy cukry – tuky – bílkoviny, vitamíny a minerály. Chybí zde pitný režim.

Popis výzkumného souboru, použité statistické metody a postup při interpretaci získaných výsledků a velmi bohaté diskuze k jednotlivým problémům, které při zpracování výsledků vznikaly, se autorka velmi dobře pokusila zpracovat. Tato část práce má vysokou výpovědní hodnotu. K získání výsledků použila autorka dotazníkovou metodu, která je postavena zejména na subjektivním hodnocení oslovených studentek, a získané výsledky jsou potom relevantní zejména z pohledu věcné významnosti. Škoda, že alespoň u menšího souboru studentek nebylo použito standardizovaných metod, zřejmě by práce měla vyšší hodnotu. U subjektivního hodnocení např. stresu je u někoho škála 7 dostačující, u jiného je nedostačující – to co jedna studentka prožívá jako extrémní stres, může u druhé být pouze stres střední. Použití standardizované metody (např. Test stresu WHO, Křivohlavý, 2001 by byl velmi dobře uplatnitelný v rámci srovnávací statistiky). Použité statistické metody zcela odpovídají potřebám práce.

Ve výsledcích práce autorka zmiňuje na s. 85 komentář k získaným výsledkům práce – studenti žijící doma vykazují vyšší počet vykouřených cigaret, než studenti žijící na internátu nebo v podnájmu. Pokud dáme tyto výsledky do souvislosti se stresem, potom studenti žijící doma, by vykazovali větší stres, než studenti na kolejích nebo v podnájmu. Což neodpovídá frekvenci pohybových aktivit studentů a jejich pocítování stresu v rámci životního stylu a zdraví. Na str. 92 se autorka zmiňuje o vztahu proměnné bolesti hlavy a chrbta – chybí zde však srovnání s výběrem pohybové aktivity studentů – zde by mohl hrát významnou roli i studijní obor a doba vytrvalostních postojů nebo opakovaných činností, které musí student vykonávat v rámci studijních povinností (např. měření v laboratorních podmínkách, práce na přístrojích, sedění u počítače apod.). V závěrech práce se autorka zaměřuje na teoretická východiska a závěry do praxe. Obě části jsou velmi zdařilé, zaujala mě zejména doporučení na znovuzavedení povinné tělesné výchovy při studiu Na vysoké škole a pestrost nabídky pro studenty v rámci inovací nabízených pohybových aktivit. Na str. 102 se objevuje doporučení ke změně životního stylu, kde pohybové aktivity hrají významnou roli v rámci jejich „modifikace“. Prosím u obhajoby habilitační práce o vysvětlení tohoto pojmu.

U obhajoby habilitační práce prosím o odpověď na tuto otázku:

Jak se díváte na skutečnost, že studenti bydlící doma vykazují méně sportovně pohybových aktivit, než studenti bydlící v místě studia na vysoké škole?

Habilitační práce Mgr. Aleny Bukové, Ph.D splňuje veškeré požadavky na tento typ práce. Autorka zpracovala téma práce na velmi dobré vědecké úrovni se všemi potřebnými náležitostmi, proto **doporučuji tuto práci k obhajobě.**

V Brně dne 16. února 2020

doc. PaedDr. Marie Blahutková, Ph.D