

Posudok

na habilitačnú prácu Dr. Vladislava Kukačku, PhD.

„Pohybové aktivity a vybrané ukazovatele životného štýlu u študentov Juhočeskej univerzity“

Problematika pohybových aktivít je dlhodobo v pozornosti vedeckej komunity u nás doma i v zahraničí, avšak jej sledovanie v spojitosti s ďalšími faktormi, ktoré sa podieľajú na životnom štýle ľudskej populácie a explicitne vysokoškolákov nepredstavuje dodnes širší záber skúmania vedeckej komunity. Dr. Kukačka patrí k pomerne úzkemu okruhu autorov, ktorí sa danou problematikou zaoberajú dlhodobo a pomerne komplexne. Dôkazom tohto konštatovania sú jeho monografie, resp. vedecké či odborné články k vymedzenej téme habilitačnej práce. Mal som tú možnosť sa osobne zoznámiť s niektorými autorovými publikáciami a hlavne s jeho monografiou „Udržateľnosť zdravia“ z roku 2010. Širšiu optiku nazerania na riešenie problematiky zdravia a životného štýlu zo strany Dr. Kukačku považujem za prínosnú a do určitej miery aj komplexnú. Je badateľné, že autor sa pri spracovaní tohto neľahkého problému opiera o veľmi širokú bázu poznatkov relevantných autorov domácich i zahraničných zdrojov, pričom nesústreďuje svoju pozornosť len na autorov z oblasti vied o športe, ale aj iných vedných odborov. Je zjavné, že komplexné spracovanie danej témy nie je možné bez interdisciplinárneho nazerania a riešenia, čo autor ako základné východisko spracovania pochopil.

Samotná habilitačná práca pozostáva zo 7 základných kapitol + prílohy. V prvej kapitole a jej podkapitolách analyzuje autor všetky relevantné súčasti zdravého životného štýlu ako sú pohybové aktivity, telesná hmotnosť, zdravá výživa, relaxácia, regenerácia a spánok.

Cieľom predloženej práce je komparácia dvoch výberových súborov študentov Juhočeskej univerzity v Českých Budějoviciach z hľadiska vybraných ukazovateľov životného štýlu so zameraním na zdravý životný štýl. Jednu časť výberového súboru tvoria študenti JU skúmaných v roku 2008, ktorých základným poznávacím znakom bola účasť na hodinách povinnej telesnej výchovy, resp. na niektorých z jej foriem a druhú (kontrolnú) tvorí súbor, ktorý predstavuje akúsi prierezovú vzorku univerzity. Druhá časť výskumu bola časovo lokalizovaná do roku 2013 a jej cieľom bolo na menších výberových skupinách sledovať niektoré tendencie zistených faktov z predošlých výskumov (roky 2008, 2010). Naplnenie stanoveného cieľa sa autor rozhodol naplniť pomerne logicky rozpracovanými úlohami, ktorých hlavným znakom bola komparácia zistených faktov a poznatkov z výskumov

v rokoch 2008, 2010 a 2013. Následne si stanovil habilitant 5 hypotéz, ktoré sú formulované síce pregnantne, ale ich overiteľnosť je založená len na subjektívnych výpovediach respondentov a nie na objektívne zistených faktoch, ktoré sú overiteľné. Tento nedostatok sa snažil Dr. Kukačka nahradiť výskumom ex post facto, ktorý časovo rozdelil do troch základných časových rovín. Výskumom z roku 2008 sa snažil získať potrebné informácie od študentov, ktorí navštevovali niektorú z foriem telesnej výchovy. Táto prvá fáza tvorí aj základňu pre komparáciu výsledkov z výskumov v roku 2010 a 2013.

Základnou a jedinou metódou získavania potrebných faktov a poznatkov o životnom štýle vysokoškolákov JU je dotazník, ktorý nie je štandardizovaný. Tento fakt však ospravedľňuje skutočnosť, že uvedená problematika v Českej i Slovenskej republike nie je v takejto podobe i šírke záberu dostatočne spracovaná. Určitý stupeň objektivizácie zistených údajov dosiahol autor veľkosťou skúmaných vzoriek, ktoré možno považovať za reprezentatívne (r. 2008 – 1 074 respondentov – 737 žien a 337 mužov 4 fakúlt JU vo veku 19 – 25 rokov; 2010 – 1 170 respondentov – 744 žien a 426 mužov 8 fakúlt JU, pričom boli z tohto výskumu vylúčení študenti (počet 88), ktorí sa zúčastnili výskumu v roku 2008. Výskumný súbor z roku 2013 bol podstatne menší, mal však iba charakter doplnkového výskumu a dotazníkovej metódy sa zúčastnilo 173 respondentov dvoch súborov (121 žien a 52 mužov). Matematicko – štatistické metódy na spracovanie veľkého množstva získaných údajov sú primerané a autor sa pomocou nich úspešne snažil zistiť vzájomné vzťahy vo vnútri jednotlivých súborov ako aj v komparácii všetkých troch súborov navzájom. Závislosti medzi jednotlivými faktormi na hladine významnosti p-value 0,01 (t.j. 99% závislosť) je dostatočne priekazná, čo zvýšilo v konečnom dôsledku objektivitu údajov.

Časť 4 Výsledky práce hodnotím kladne. Autor v nej preukázal dostatočne kvalitne analyticko-syntetické schopnosti interpretácie získaných faktov a poznatkov, pričom text dopĺňajú vhodne aj jednotlivé obrázky, popisujúce názorne uvedené zistenia. V tejto časti by som mal k autorovi niekoľko kritických pripomienok: 1. monotónne opakujúce sa interpretácie matematicko-štatistického vyhodnotenia jednotlivých otázok; 2. Pri subjektívnom hodnotení študentov na položené otázky (napr. subjektívne hodnotenie fyzického stavu) mohol autor aspoň u vzorky r. 2008 (navštevovali niektorú z foriem telesnej výchovy) použiť komparáciu s testami telesnej zdatnosti (ak ich robili), prípadne iné výsledky antropometrie, resp. výsledky funkčných testov telesnej zdatnosti.

Zaujímalo by ma, či hodnoty BMI si robili študenti sami na základe vlastných údajov alebo boli hodnoty namerané učiteľmi telesnej výchovy a nimi vypočítané? Údaje o BMI študentov u mužov všetkých vzoriek sú na hranici priemeru a nadváhy (BMI 24,9). Pritom

vzorka 2008 i 2010 muži vykazuje v kolónke nadváha 1/3 všetkých respondentov aj za okolnosti, že rozpätie priemeru 21 – 25 je pre našu populáciu veľmi voľné. Ako si potom vysvetľovať, že 1/3 mužov má nadváhu, ale týždenný počet pohybových aktivít 2x a viac absolvovalo 64,7% študentov?

Významným poznatkom u vzorky 2008 a 2010 záujem o zvýšenie počtu pohybových aktivít, kde 74% opýtaných má záujem a len 25,9% nie, čo korešponduje aj obrázkom 8 (str. 82), kde pozitívny vzťah k pohybovým aktivitám vyjadriilo 95,9% (r. 2008), resp. 94,3% (r. 2010) študentov.

Určitým prekvapením je pre mňa výsledok obľúbenosti pohybových aktivít u študentov JU z roku 2008, kde najobľúbenejšou pohybovou aktivitou bola jazda na bicykli, športové hry a aeróbné cvičenia, pričom o posilňovanie a plávanie prejavili pomerne nízky záujem. Vo výsledkoch výskumu z roku 2010 (str. 84) sa poradie obľúbenosti značne zmenilo, keď plávanie a posilňovanie sa dostali na popredné priečky obľúbenosti. Čím si autor vysvetľuje tento jav?

Aspekt zdravej výživy a pravidelnosti stravovania sa je u vysokoškolákov všeobecne problematickou záležitosťou, ktorá je determinovaná viacerými špecifickými okolnosťami vysokoškolského života. Zaujímavý je fakt, že 32,2% v r. 2008 a 48,3% v r. 2010 neraňajkuje, pričom však stravy za deň 4x a viac predstavuje 71,3% v r. 2008 a 73,6% v r. 2010 čo poukazuje na zlé stravovacie návyky u vysokoškolákov, pričom sa môžeme domnievať o zlej kvalite skladby stravovania. Aj trend nárastu fajčiarov a príležitostných fajčiarov je javom, ktorý stojí za povšimnutie a hlbšiu analýzu príčinnosti.

Aj napriek spomenutým pripomienkam či výhradám predložil Dr. Vlastimil Kukačka, PhD., prácu, ktorá spĺňa kritéria habilitačnej práce a jej výsledky sú prínosom pre rozvoj vied o športe.

Po úspešnej obhajobe **navrhujem udeliť** Dr. Vlastimilovi Kukačkovi, PhD., vedecko-pedagogickú hodnosť docent vo vednom odbore športová kinantropológia.

Bratislava, 7.5.2014

Prof. PhDr. Miroslav Bobřík, PhD..

0oponent