

UNIVERZITA PARDUBICE
Fakulta zdravotnických studií
Posudek vedoucího bakalářské práce

Název práce: Dodržování zásad zdravého životního stylu u exponovaných profesí

Autor práce: David Rejl

Studijní program: B5345 Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: zdravotnický záchranář

Akademický rok: 2013/2014

Typ práce: bakalářská

Vedoucí práce: Ing. Hana Strítecká, Ph.D.

Kritéria hodnocení	Hodnocení 1 - 2 - 3 - 4
Všeobecná charakteristika práce	
Kvalita a aktuálnost teoretických poznatků	1
Schopnost logického vyjádření vlastních myšlenek a vyvození závěrů	2
Odborný přínos	2
Aktivita studenta	
Míra samostatnosti studenta při práci	1
Využití konzultací s vedoucím práce	1
Uplatnění připomínek a doporučení vedoucího práce	1
Posouzení výzkumné části (pokud je součástí)	
Stanovení výzkumného problému	1
Formulace výzkumného záměru a vytýčení cílů práce	2
Posouzení praktické části (pokud je součástí)	
Formulace cíle práce	1
Vhodnost zvolených technik a metodických postupů	1
Práce s odbornou literaturou	
Kvalita, aktuálnost a relevantnost zdrojů	2
Formální stránka práce	
Dodržení doporučených pravidel a norem formální úpravy (směrnice UPa)	1
Kvalita, opodstatněnost a srozumitelnost příloh, tabulek a obrázků	2
Jazyková úroveň práce	2

Slovní vyjádření k hodnocení bakalářské práce:

Autor přistupoval ke své práci velice svědomitě, dodržoval všechny stanovené termíny a reflektoval rady a požadavky vedoucího práce.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části jsou rozpracované jednotlivé složky zdravého životního stylu, které právě u exponovaných profesí mohou být špatně dodržovatelné (pravidelná strava, spánek, kouření...). Autor se snažil v teoretické části i poukázat na možnost prevence některých nežádoucích změn zdrav. stavu (obezita, hypertenze...) právě dodržováním zásad zdravého životního stylu.

V praktické části se zaměřil na dodržování zásad, které jsou specifikovány v teoretické části. Data získal pomocí dotazníku, vytvořeného z podkladů mezinárodních srovnávacích studií o zdravém životním stylu (Helen a Hepiee) a dotazníků obezitologické a endokrinologické ambulance Endokrinologického ústavu v Praze.

Výzkumné otázky byly zaměřeny na pravidelnost stravy a pohybu (prevence nadváhy a obezity) a na kouření a konzumaci alkoholu (řešení stresových situací). Nicméně další podotázky byly zaměřeny i na délku a kvalitu spánku a konzumaci některých protektivních potravinových komodit (ovoce, zelenina, ryby).

Odpovědi byly hodnoceny dle typu profese (HZS, PČR, ZZ) a u některých, kde odpověď má vztah k prevenci)rozvoji) nadváhy a obezity i dle BMI.

Vzhledem k velkému množství informací, které byly pomocí dotazníků získány, mohl být komentář a diskuze k jednotlivým grafům a tabulkám a výzkumným otázkám obsáhlejší, případně mohla být diskuze doplněna hlubším zamyšlením autora k danému problému.

V ý s l e d n á k l a s i f i k a c e (možnosti klasifikace - výborně, výborně minus, velmi dobře, velmi dobře minus, dobře, nevyhověl)
--

Velmi dobře

Doporučuji / ~~nedoporučuji~~* bakalářskou práci k obhajobě.

Dne:

26.5. 2014

.....
Podpis vedoucího práce

* Vyhovující podtrhněte