

Práci předložil(a) student(ka): **Dana Plíšková, DiS., Výchova ke zdraví**

Název práce: **Funkční potraviny**

1. CÍL PRÁCE

Problematika správné výživy je často zmiňované téma v souvislosti se správnou životospřávou a dnešním životním stylem. Dodržování zásad správné výživy je důležité z hlediska somatického i psychologického zdraví. Autorka se v této problematice zaměřila na tzv. funkční potraviny, které z hlediska lidského zdraví zaujímají velmi důležitou roli. Cíl, který si vytkla, se jí podařilo splnit.

2. OBSAHOVÉ ZPRACOVÁNÍ

Rozsahem nevelká práce je přehledná a logicky strukturovaná. Teoretická část je tvořena dvěma základními kapitolami. První z nich se zabývá funkčními potravinami z hlediska jejich historie, základní charakteristiky a jejich účinných složek. Druhá kapitola podrobněji popisuje vybrané funkční potraviny. Autorka se zaměřila pouze na sedm méně známých zástupců této skupiny potravin a předkládá zajímavé a důležité informace. Vzhledem k malému rozsahu práce by bylo užitečné věnovat pozornost i dalším tzv. superpotravinám, byť známějším, aby jejich představení bylo komplexnější. Z praktického hlediska velmi užitečná je třetí kapitola bakalářské práce s názvem „Jídelní lístek obohacený o funkční potraviny“. Tato kapitola je v podstatě již praktickou částí předkládané práce a měla by tak být v textu i označena, neboť jídelní lístek je pouze vyústěním výzkumného cíle. Obsahově je celá kapitola zajímavá, ale formálně zcela neodpovídá požadavkům, např. nutriční dotazník by bylo vhodné zařadit do přílohy, taktéž tabulku týkající se propočítávání jídelníčku. Rovněž orientovat praktickou část pouze na případ jedné osoby považuji za nedostačující, o něco větší počet respondentů by práci určitě prospěl, stejně tak i bohatší verbální komentář. Zajímavé pro čtenáře by jistě bylo i uvedení zmiňovaných receptů (str. 51) v příloze a rozšíření seznamu funkčních potravin i o ty běžnější, což může být předmětem obhajoby.

3. FORMÁLNÍ ÚPRAVA

Bakalářská práce má vyhovující strukturu, je možné se v ní snadno orientovat. Autorka správně využívá v teoretické části odkazů na zdroje informací, seznam literatury je dostačující. Úroveň práce však snižují časté gramatické a pravopisné nedostatky.

4. STRUČNÝ KOMENTÁŘ HODNOTITELE

Bakalářská práce odpovídá požadavkům a je skutečně velmi zajímavým příspěvkem k dané problematice. Autorka prokázala schopnost práce s odbornou literaturou i praktické aplikace získaných vědomostí v podobě konkrétního jídelníčku. Svým tématem i způsobem jeho ztvárnění má předložená práce značný praktický význam.

5. OTÁZKY DOPORUČENÉ K BLIŽŠÍMU VYSVĚTLENÍ PŘI OBHAJOBĚ

Jak využijete získané vědomosti v budoucnosti?

6. NAVRHOVANÁ ZNÁMKA: *velmi dobře*



Datum: 19.8.2016

Podpis: PhDr. Alexandra Aišmanová
oponent