

ABSTRAKT:

Diplomová práce je zaměřena na svačiny dětí staršího školního věku. Hlavním cílem práce je sumarizovat (shrnout) poznatky o školních svačinách dětí staršího školního věku. Dílčími cíli je vyhodnotit četnost a nutriční strukturu svačin dětí, zhodnotit energetickou vyváženost svačin dotazovaných dětí, vyhodnotit postup čili průběh přípravy svačin dětí, posoudit nutriční status respondentů. Práce je zpracována ve dvou částech, a to částí teoretickou a částí praktickou. Část teoretická představuje, a především sumarizuje poznatky týkající se zdravého stravování dětí staršího školního věku. Z tohoto důvodu se kapitoly věnují specifiku stravování dětí této cílové skupiny, rovněž také zásadám i chybám ve výživě těchto dětí, významu pyramidy výživy pro dětský věk, stravovacím zvyklostem dětí tohoto období. Praktická část se skládá ze tří částí. První část je věnována skladbě školních svačin a je zkoumána z analýzy stravovacích záznamů, které děti vyplňovaly a dále byly vyhodnoceny. Druhá část šetření se zaměřuje na analýzu rozhovoru s otevřenými otázkami. Poslední část se věnuje antropometrickému šetření žáků za pomoci váhy a měření výšky dětí. Výzkumný vzorek tvoří žáci 6.–9. tříd základní školy, tedy žáci staršího školního věku.