

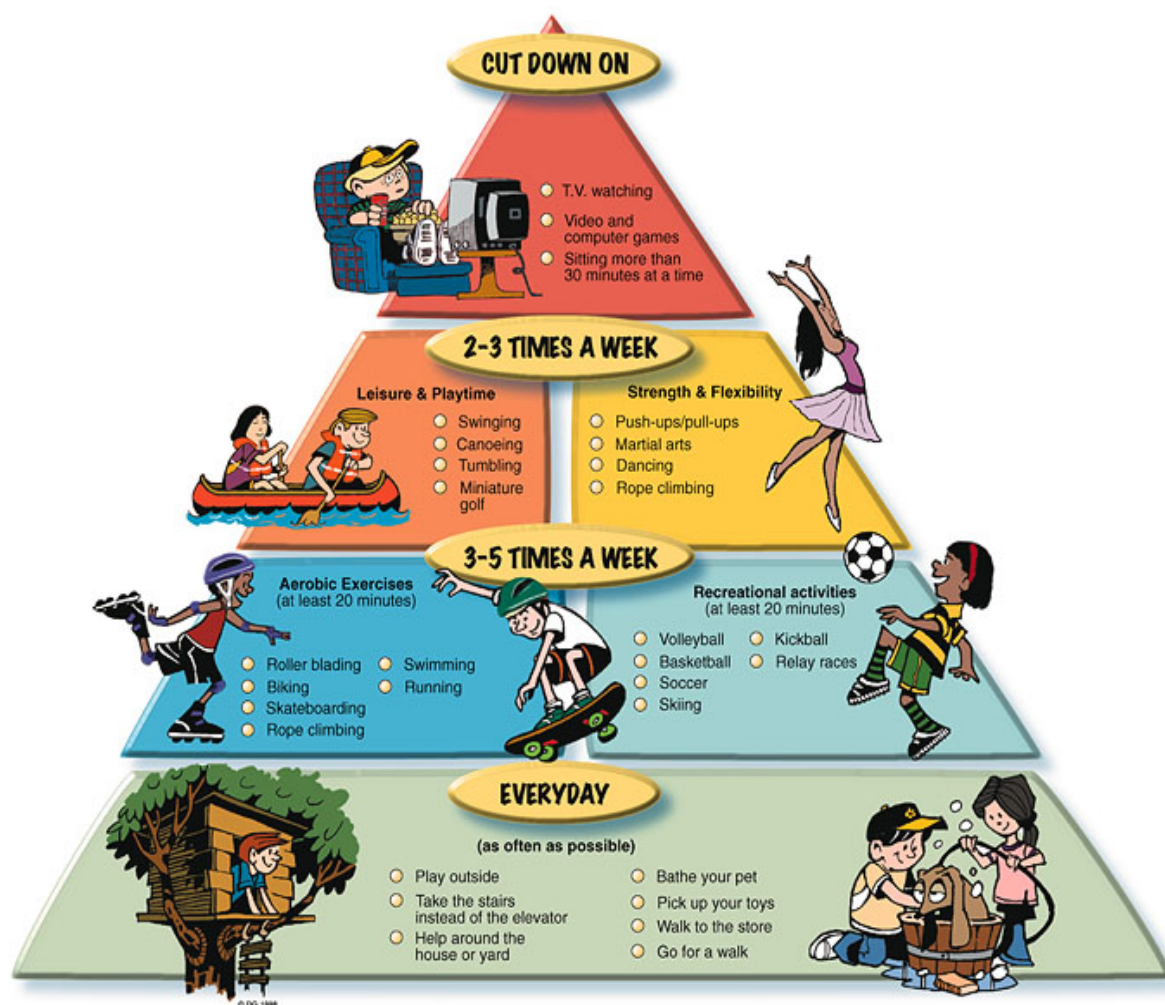
9. OBRÁZKY

Obrázek č. 1 Potravinová pyramida



zdroj: <http://www.fzv.cz/pro-media/publikace/informacni-materialy/pyramida-zdrave-vyzivy/115-pyramida-zdrave-vyzivy.aspx>

Obrázek č. 2 Pohybová pyramida

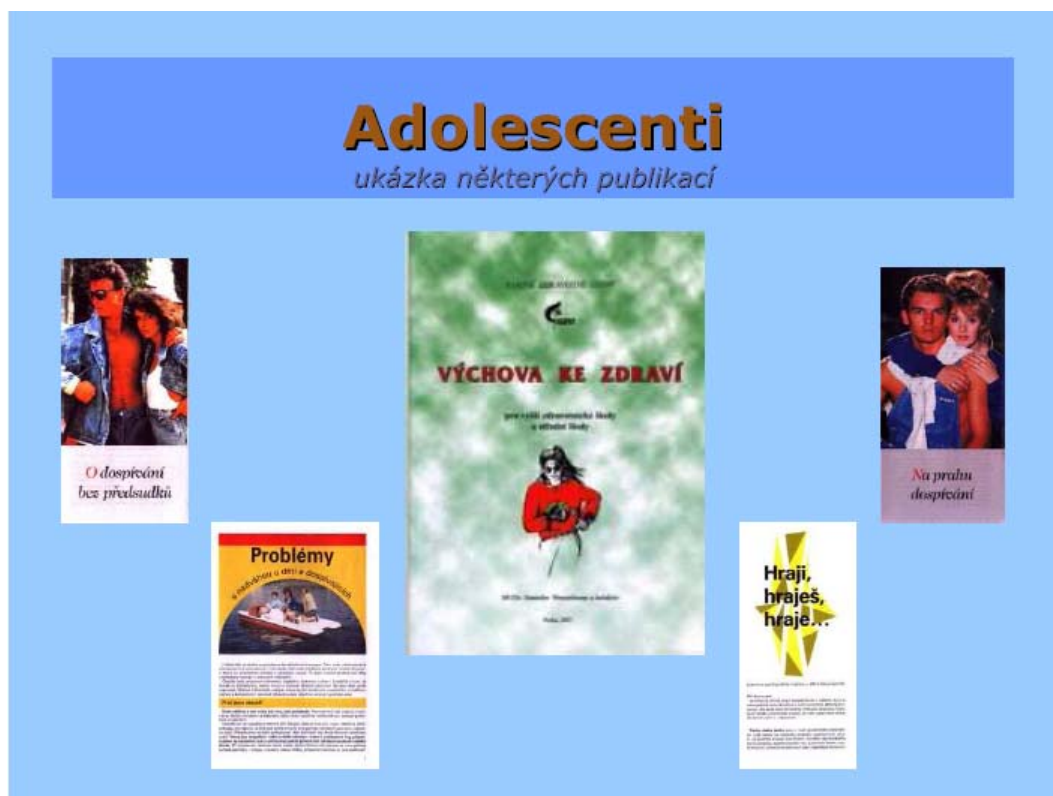


zdroj: http://www.classbrain.com/cb_pta/images/childact1.jpg

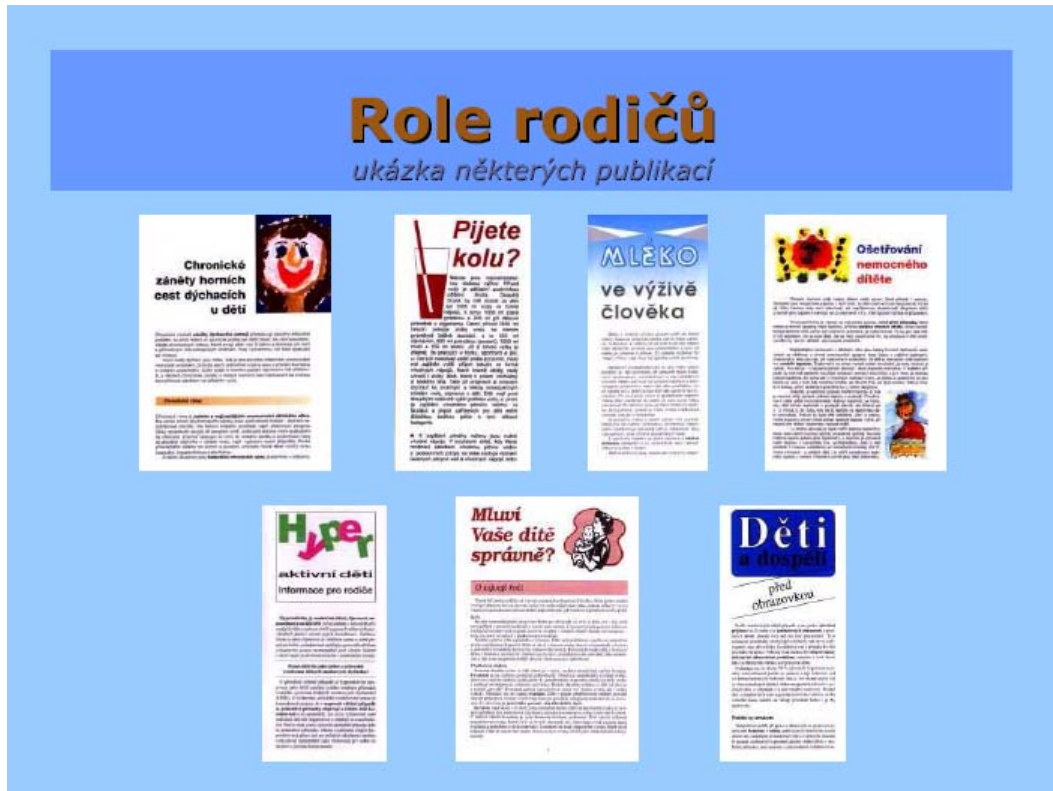
Obrázek č. 3 Příklady publikací



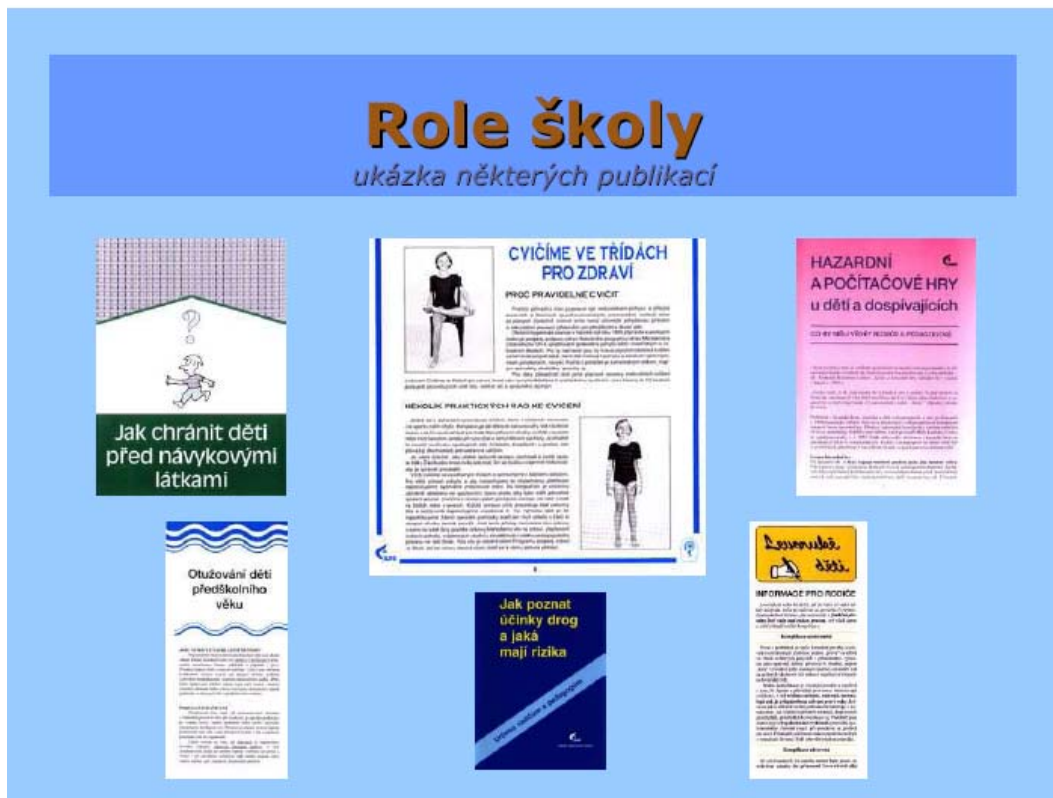
Obrázek č. 4 Příklady publikací



Obrázek č. 5 Příklady publikací



Obrázek č. 6 Příklady publikací



Obrázek č. 7 Příklady publikací



Obrázky č. 3 – 7

zdroj: KERNOVÁ, V. *Výchova ke zdraví*, Přednášková prezentace

Praha: 3. lékařská fakulta UK, 2009.

10. TABULKY

Tabulka č. 1 Přehled škol a počet respondentů, kteří se zúčastnili výzkumu

Základní škola	Počet respondentů = žáků 3. tříd			
	Dívky	Hoši	Děti celkem	%
Gajdošova 3	11	13	24	100%
Horácké nám. 13 (2 třetí třídy)	16	17	33	100%
Husova 17	12	14	26	100%
Chalabalova 2	15	12	27	100%
Jasanová 2	9	9	18	100%
Kamínky 5	15	12	27	100%
Křídlovická 30b	9	9	18	100%
Masarova 11	9	10	19	100%
Milénova 14	19	7	26	100%
Tuháčkova 25	14	10	24	100%
Vedlejší 10	13	6	19	100%
Celkový počet respondentů	142	119	261	100%

Tabulka č. 2 **Přehled denního stravování všech respondentů**

SNÍDÁM	každý den doma	77%
	cestou do školy si něco koupím	2%
	nesnídám nikdy	2%
DOPOLEDNE	mám svačinu z domova	87%
SVAČÍM	kupuji si	10%
	nesvačím vůbec	1%
OBĚDVÁM	ve školní jídelně	69%
	doma - teplé jídlo	26%
	!občas si kupuji	12%
SVAČÍM	mám svačinu z domova	74%
	kupuji si ve školním bufetu	10%
	nesvačím vůbec	7%
VEČEŘÍM	co mi připraví doma - teplé jídlo	67%
	co mi připraví doma - studené jídlo	34%
	nevečeřím vůbec	0,4%

Tabulka č. 3 **Přehled denního stravování děvčat a chlapců**

		děvčata	chlapci
SNÍDÁM	doma	94%	92%
	cestou do školy si něco koupím		3%
DOPOLEDNE	mám svačinu z domova	92%	85%
SVAČÍM	kupuji si	8%	15%
	nesvačím vůbec	5%	10%
OBĚDVÁM	ve školní jídelně	79%	85%
	doma	21%	15%
SVAČÍM	mám svačinu z domova	76%	74%
	kupuji si	11%	8%
	nesvačím vůbec	5%	10%
VEČEŘÍM	doma - teplé jídlo	63%	77%
	doma - studené jídlo	53%	59%
	nevečeřím vůbec	3%	

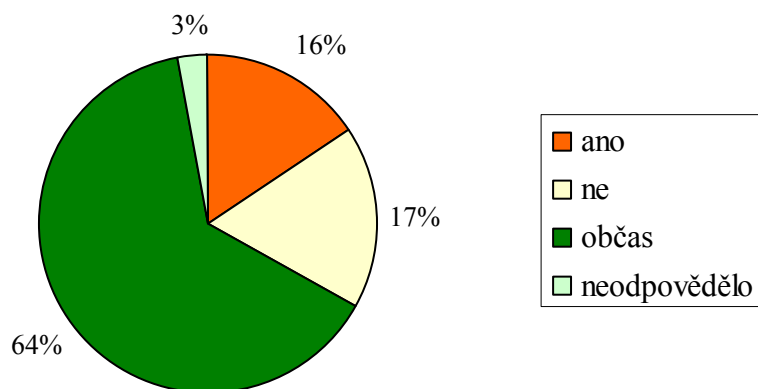
pozn.: několik dětí zvolilo u večeří více variant, takže procenta se prolínají tj. součet je vyšší než 100%

Tabulka č. 4 **Preference potravin děvčata x chlapci**

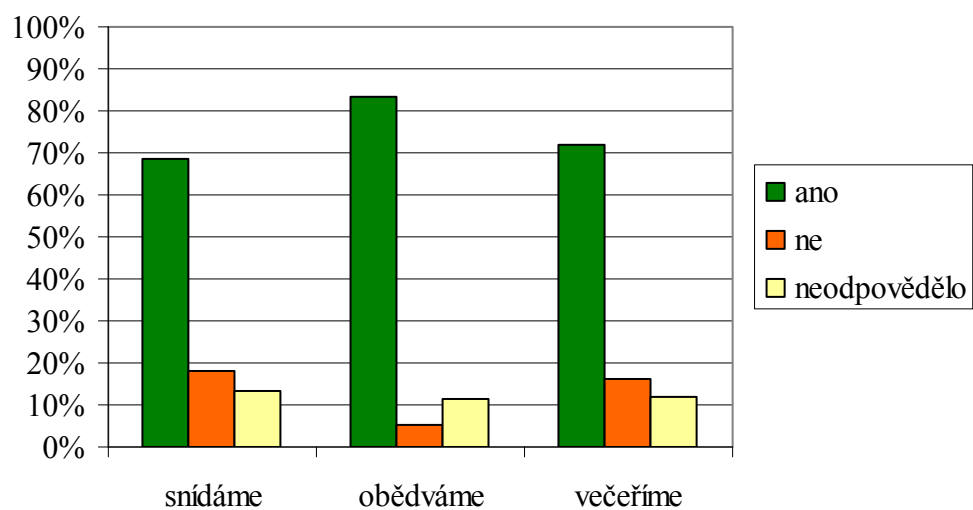
děvčata	chlapci
ml. nápoje např. activia, měkké i tvrdé sýry	samotné mléko, ovocný jogurt
obliba ovoce je vyrovnaná	ovoce – mandarinky
fazolky, květák, brokolice, rajče	zelenina – žádné preference
luštěniny, brambory, rýže	přílohy – knedlíky
maso, ryby	uzeniny
chléb	rohlíky, housky, ale i celozrnné pečivo!
chlebíčky	sušenky, hranolky, chipsy

11. GRAFY

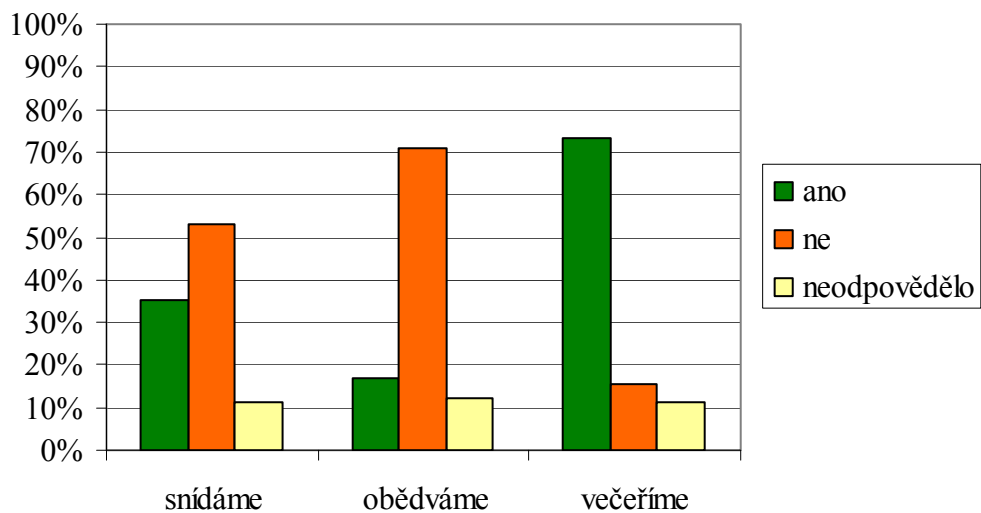
Graf č. 1 Povídáme si doma o zdravé výživě



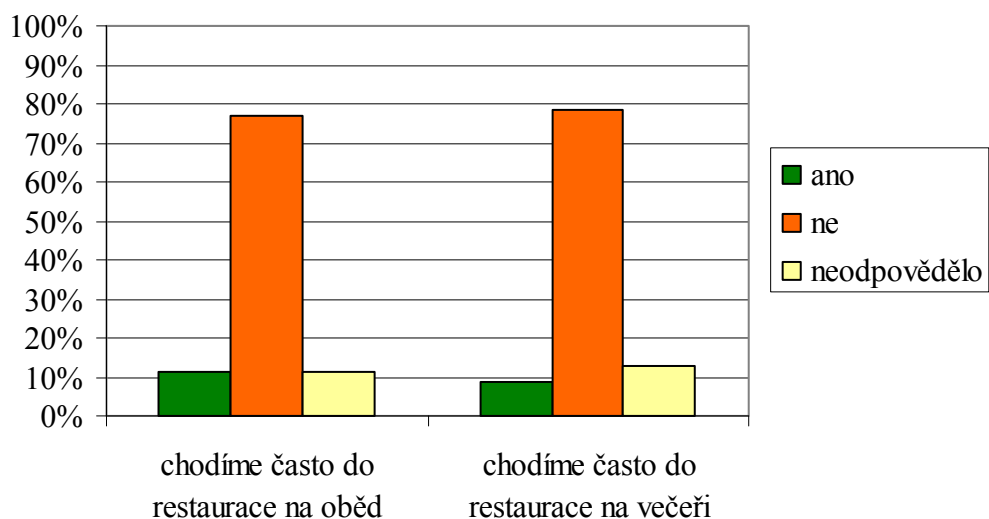
Graf č. 2 Společné stravování s rodinou – víkend



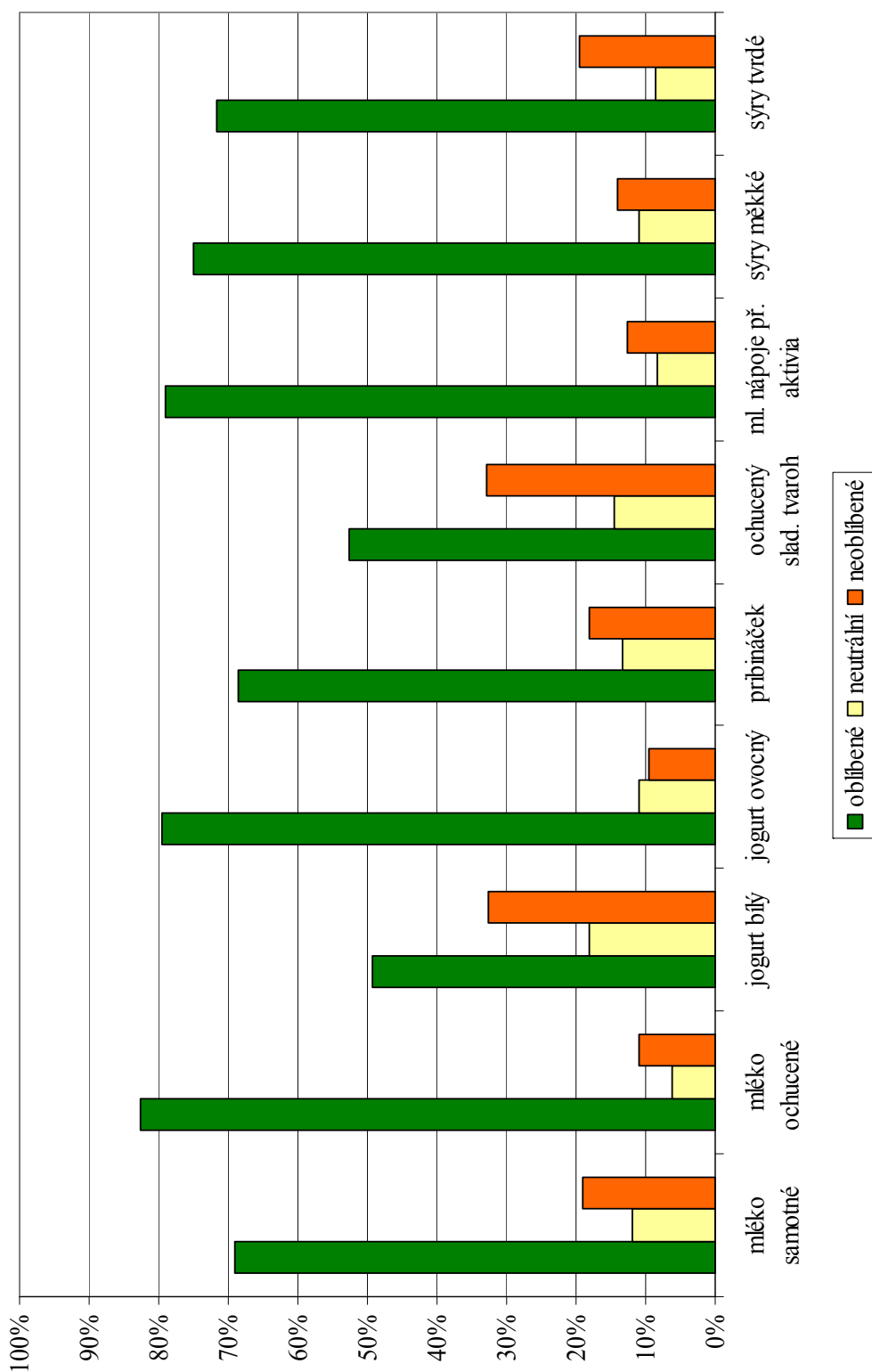
Graf č. 3 Společné stravování s rodinou – všední den



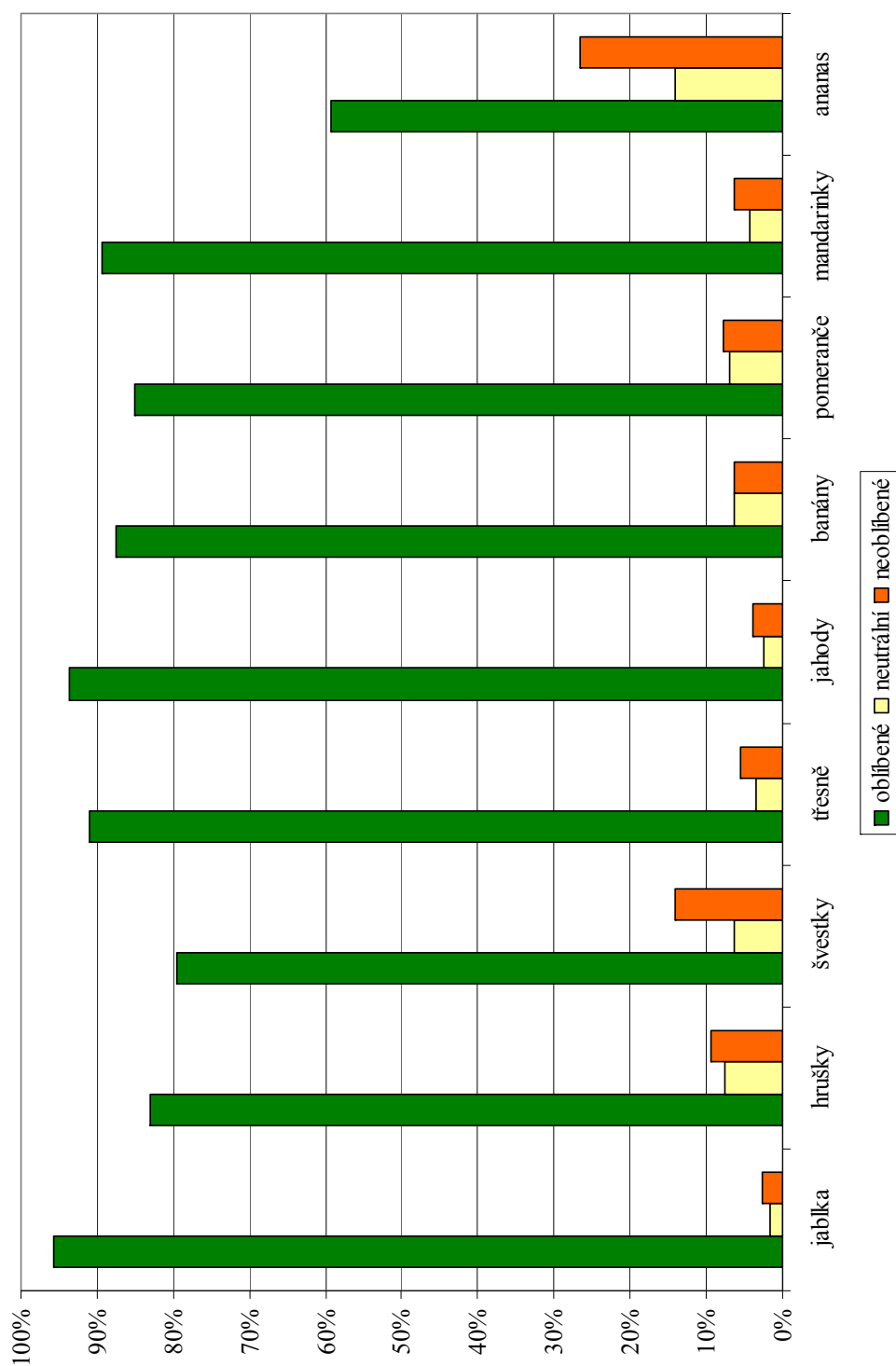
Graf č. 4 Společné obědy a večeře v restauracích



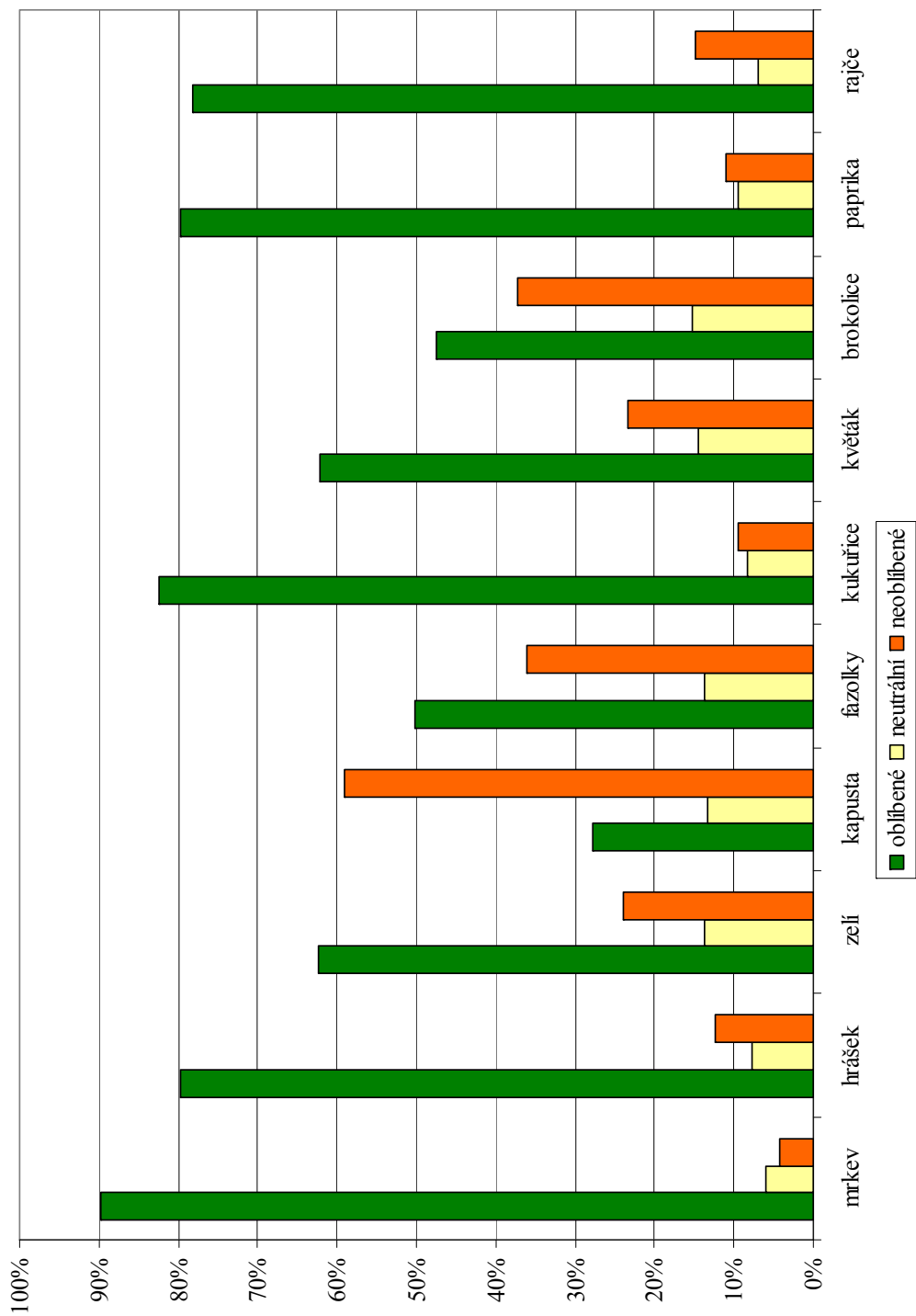
Graf č. 5 **Mléko a mléčné výrobky**



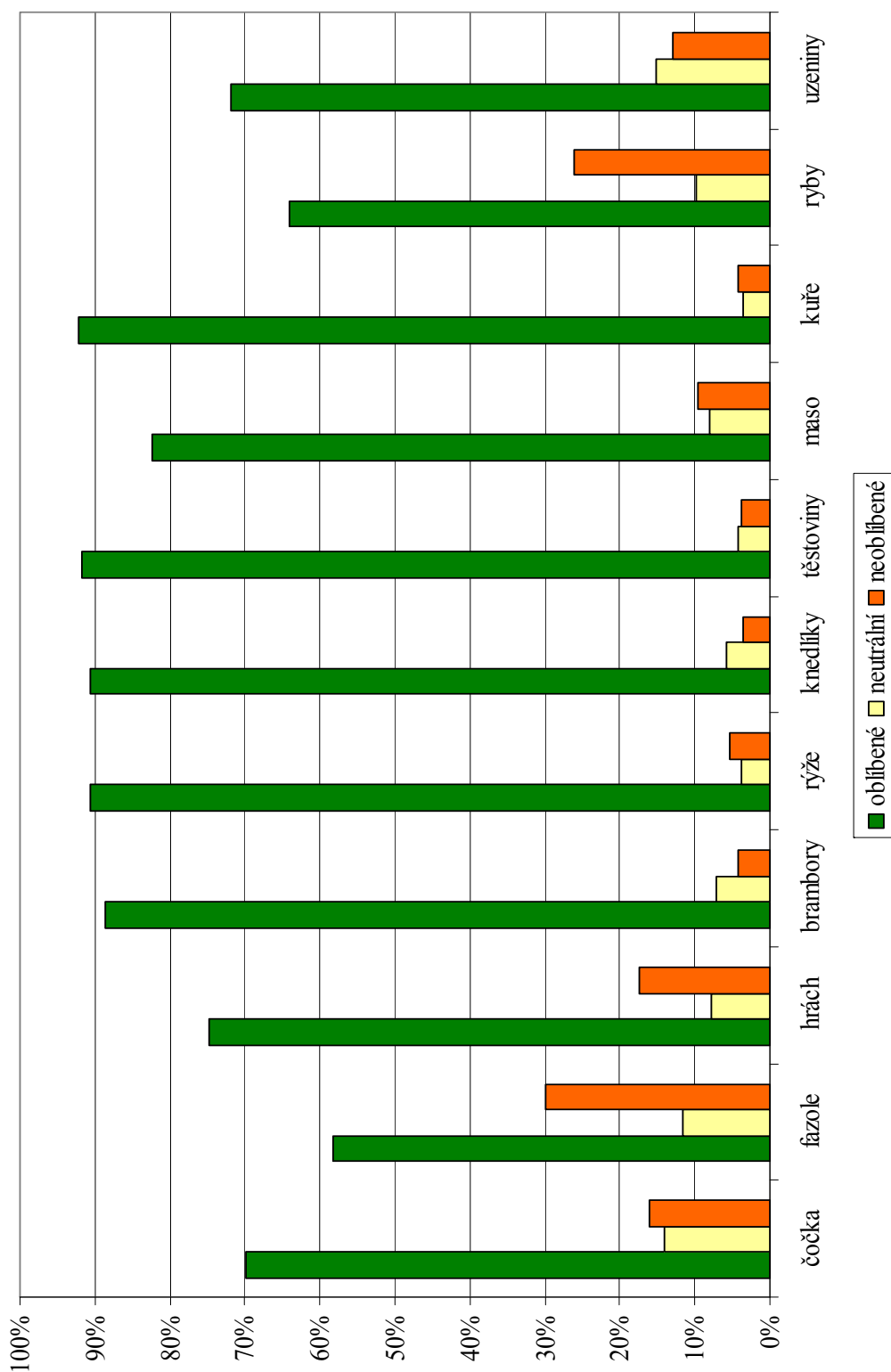
Graf č. 6 Ovoce



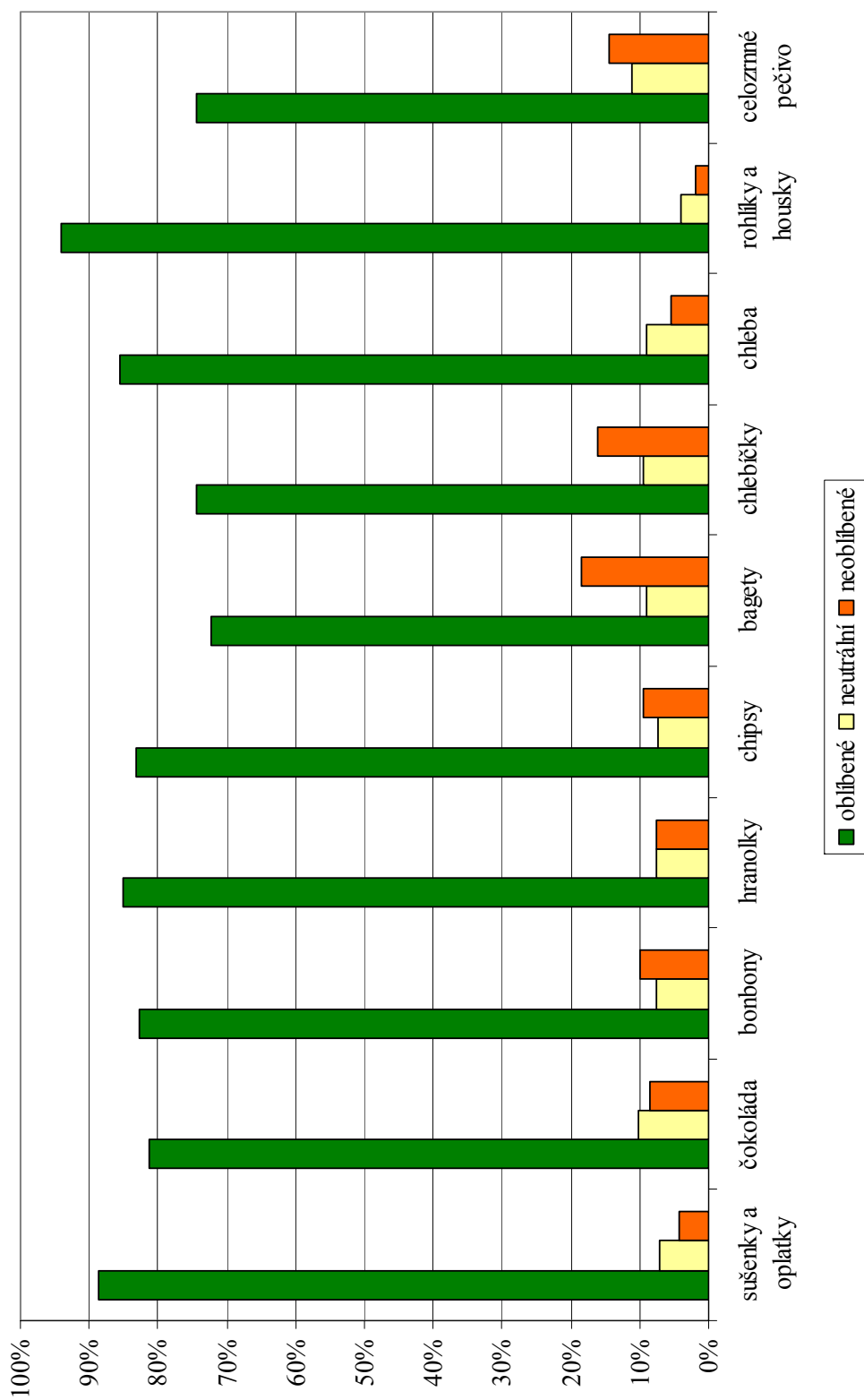
Graf č. 7 Zelenina



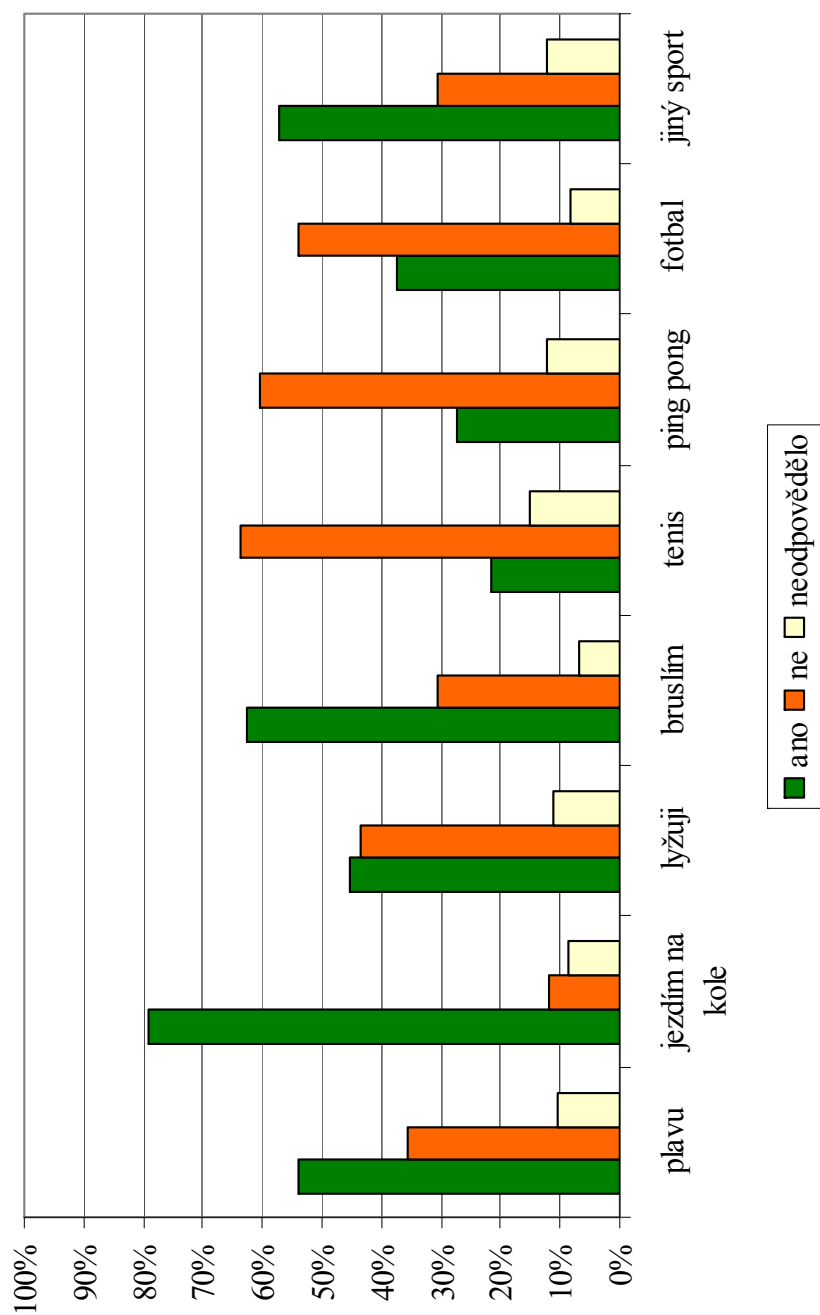
Graf č. 8 Luštěniny, přílohy, maso



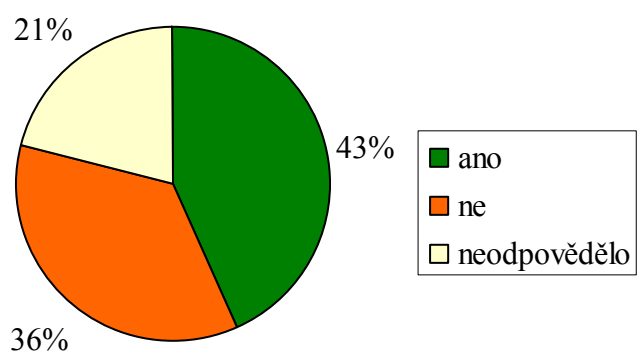
Graf č. 9 Pamlsky a pečivo



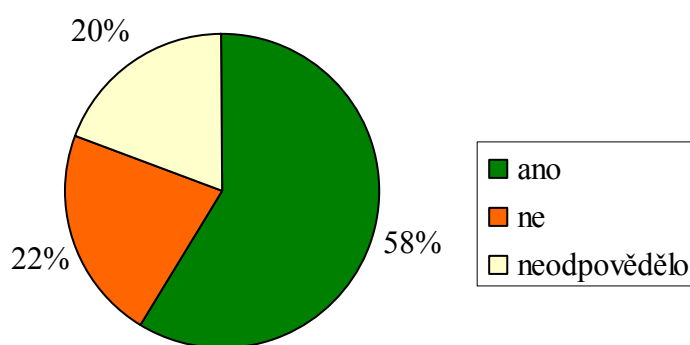
Graf č. 10 Sportovní aktivity dětí



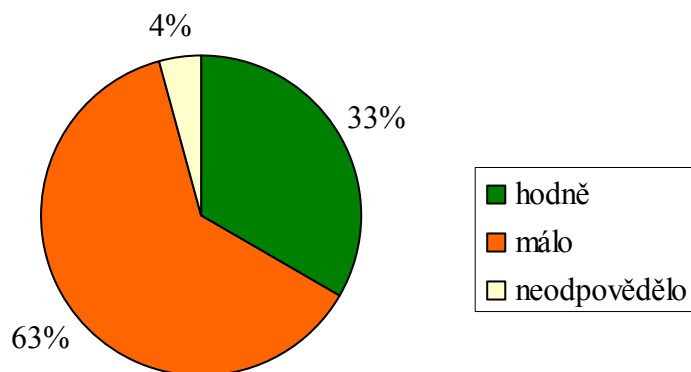
Graf č. 11 **Sportujeme celá rodina**



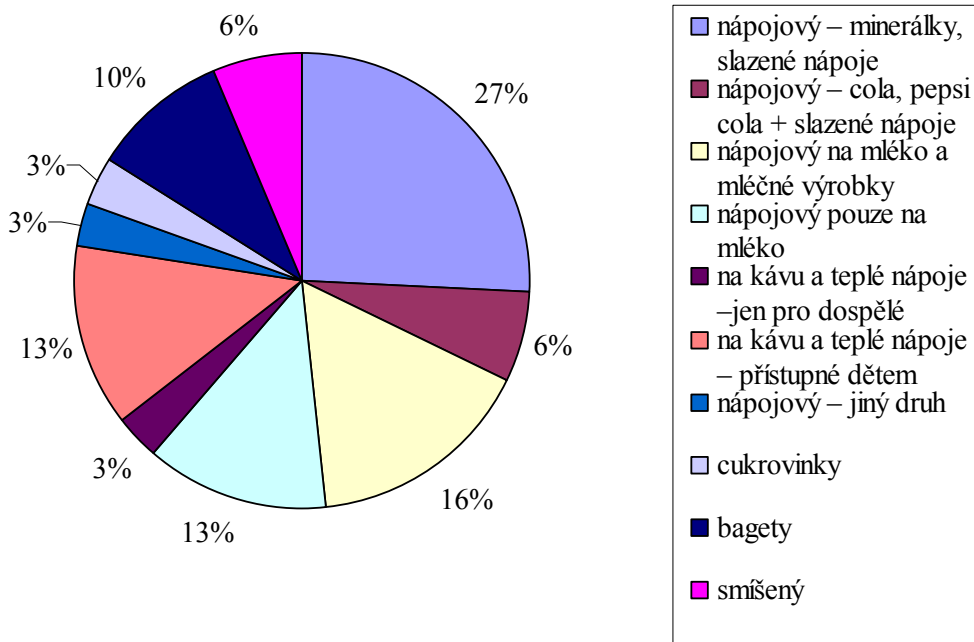
Graf č. 12 **Chodím si hrát s kamarády ven**



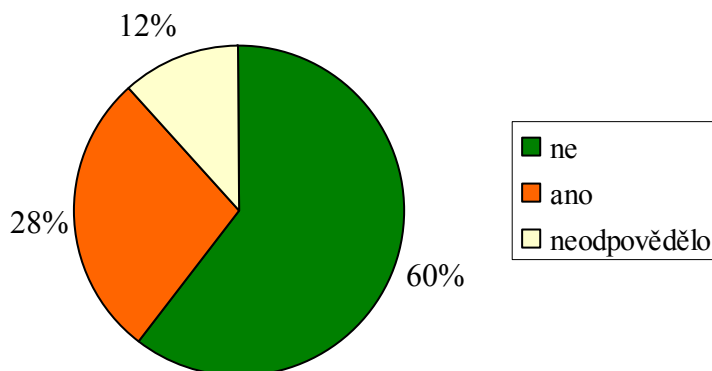
Graf č. 13 **Čas strávený u počítače**



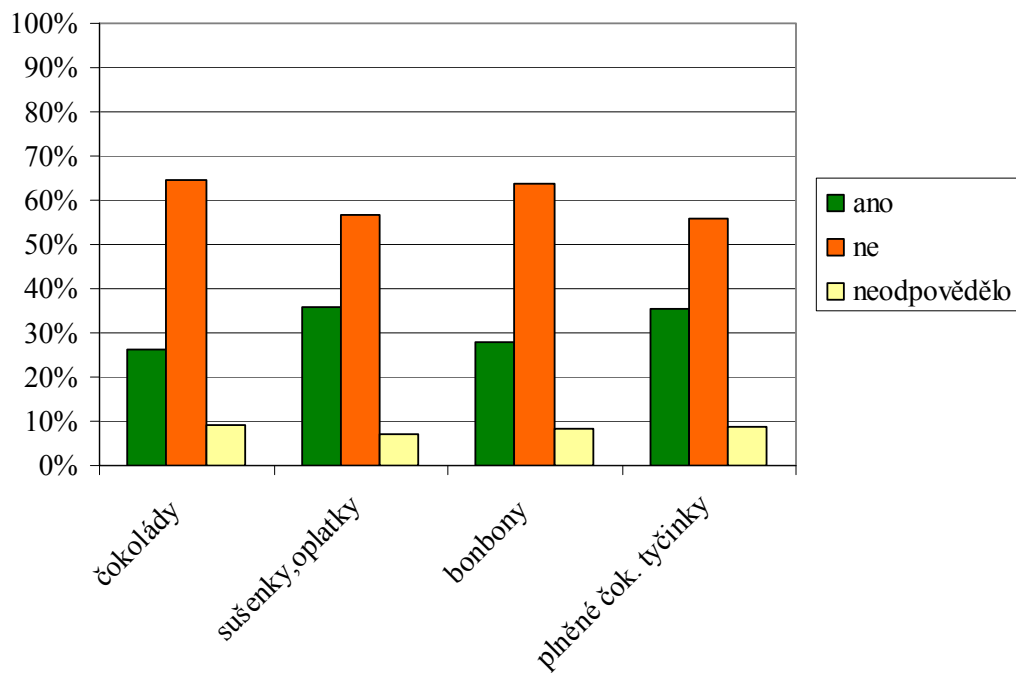
Graf č. 14 Rozložení druhů automatů ve vybraných školách



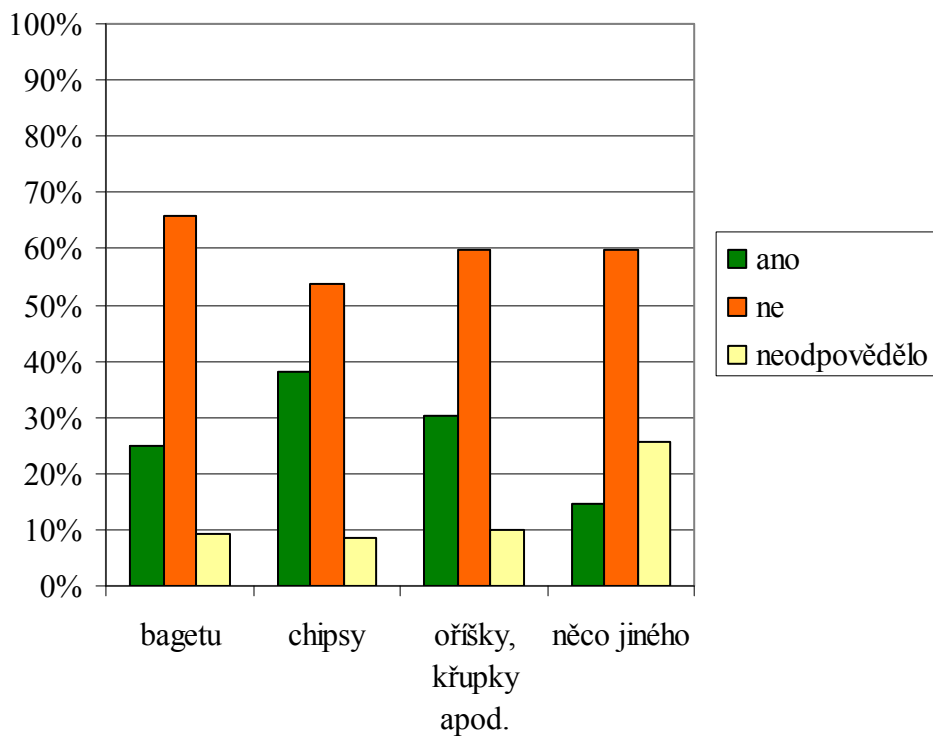
Graf č. 15 Využívání automatů dětmi



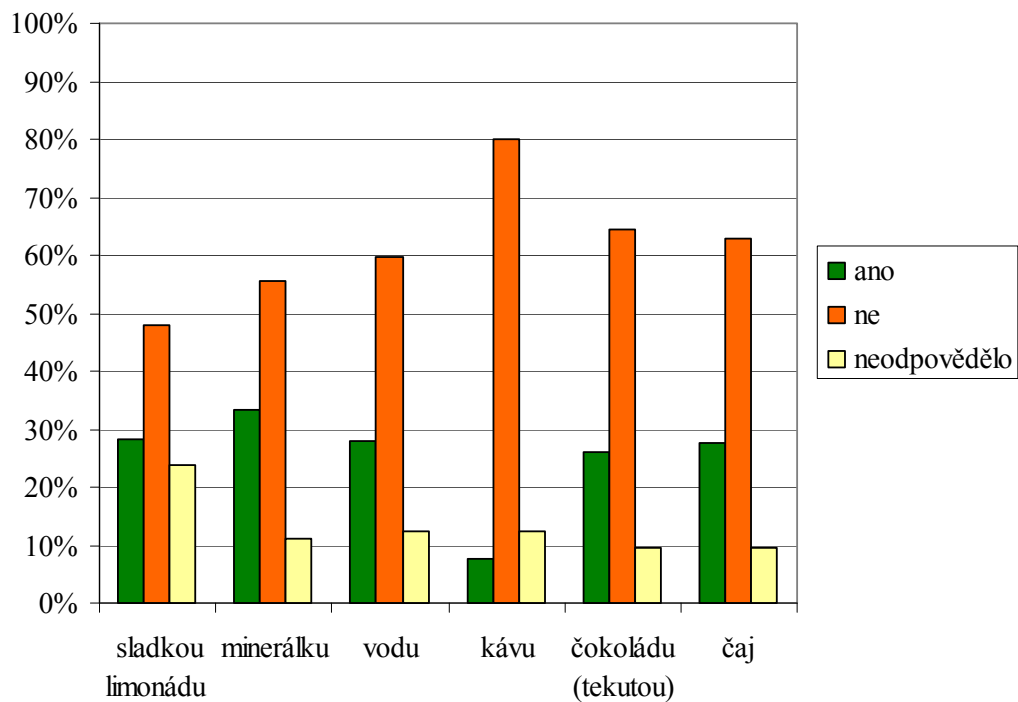
Graf č. 16 Preference dětí při výběru cukrovinek



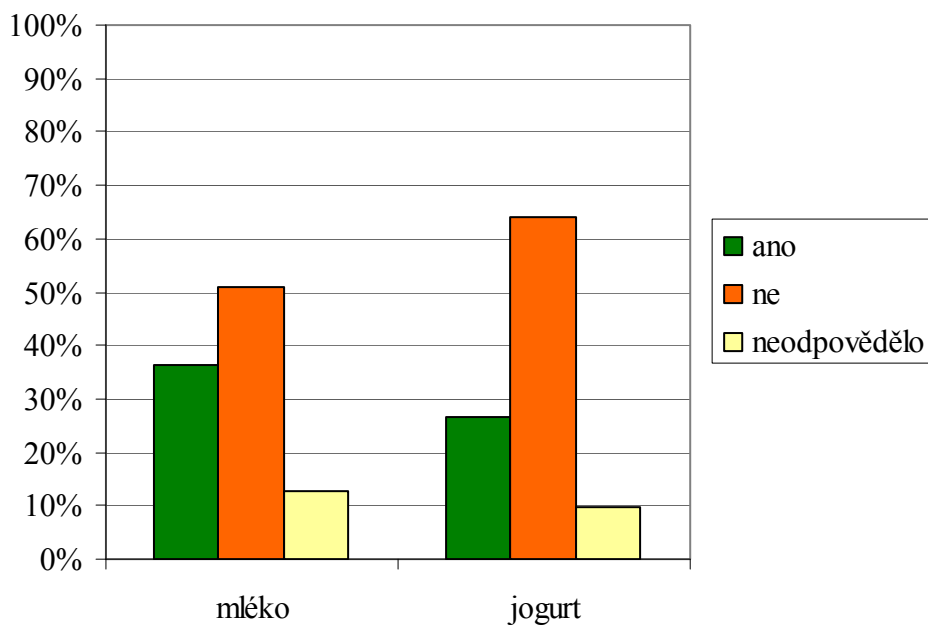
Graf č. 17 Preference dětí při výběru baget a slaných pochutin



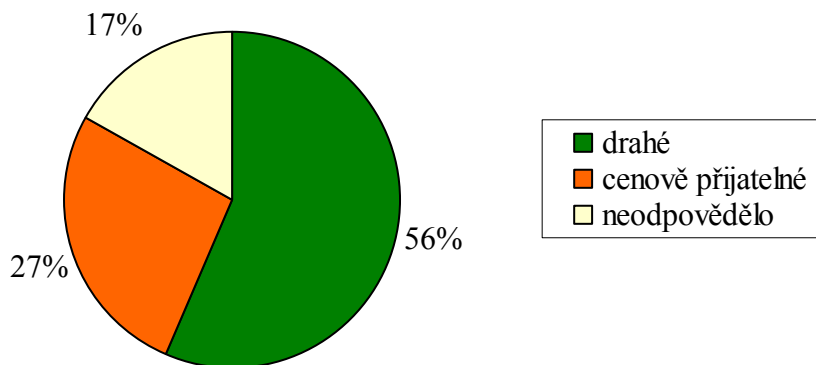
Graf č. 18 Preference dětí při výběru nápojů



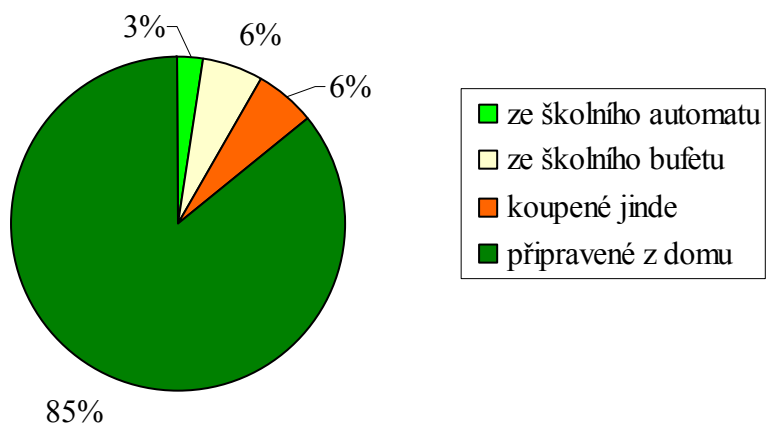
Graf č. 19 Preference dětí při výběru mléka a jogurtů



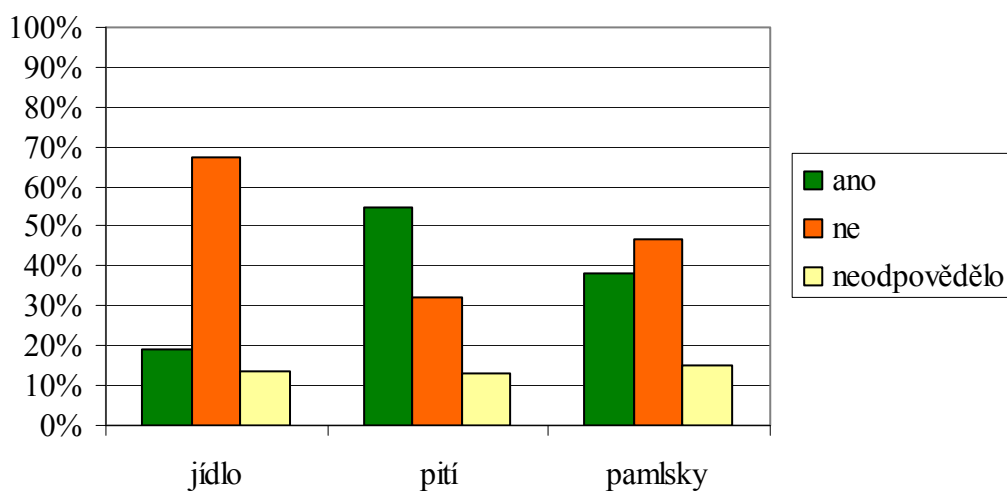
Graf č.20 **Cenová přijatelnost svačin z automatů**



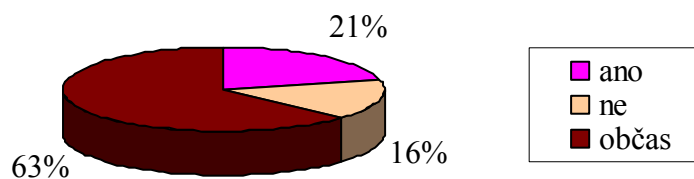
Graf č. 21 **Svačiny**



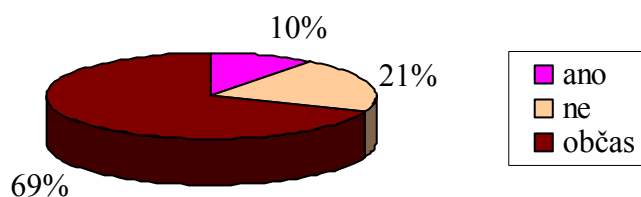
Graf č. 22 **Nákupy v automatech na výletech**



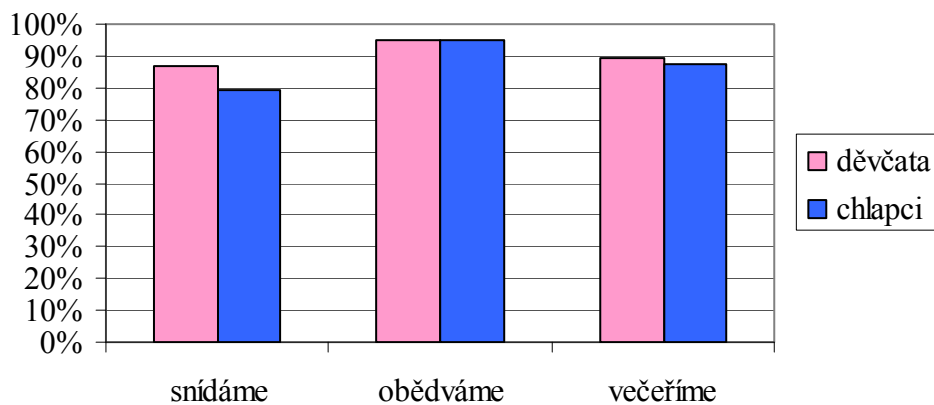
Graf č. 23 Povídáme si doma o zdravé výživě – dívky



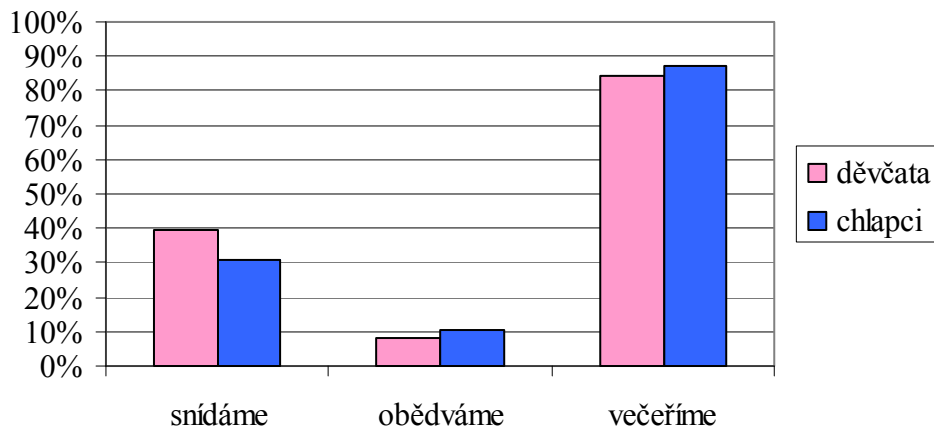
Graf č. 24 Povídáme si doma o zdravé výživě – chlapci



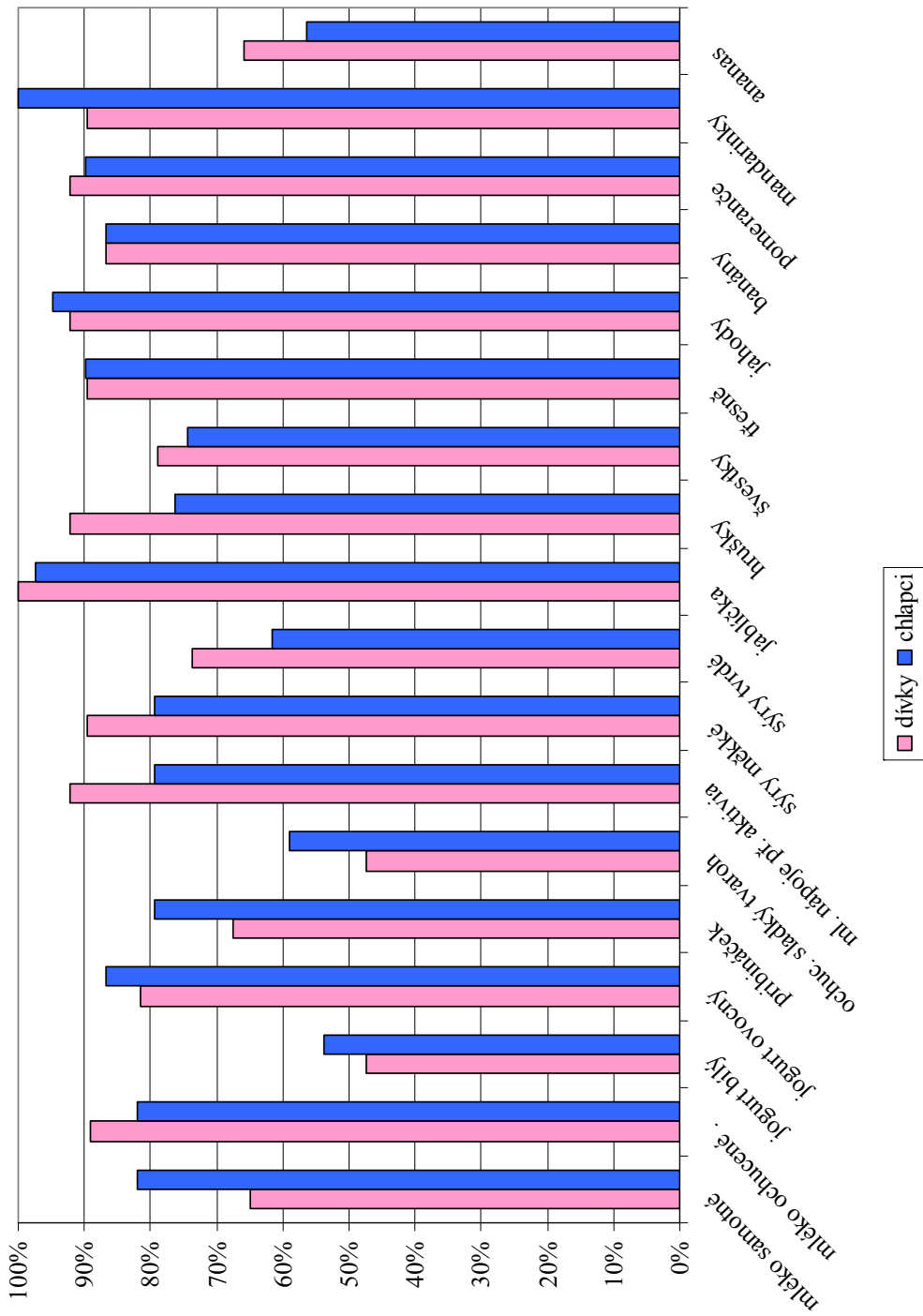
Graf č. 25 Společné stolování s rodinou – víkend



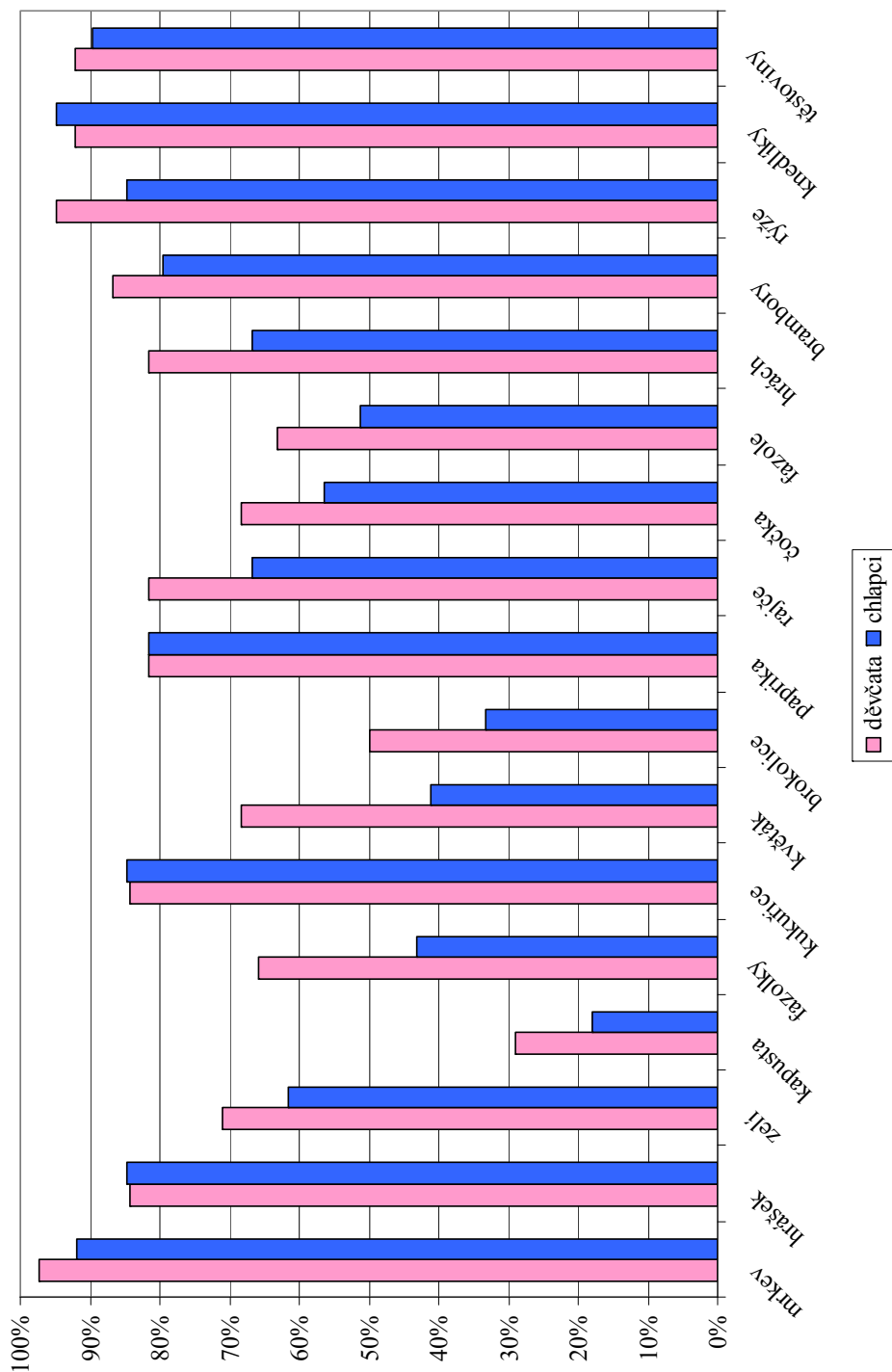
Graf č. 26 Společné stolování s rodinou – všední den



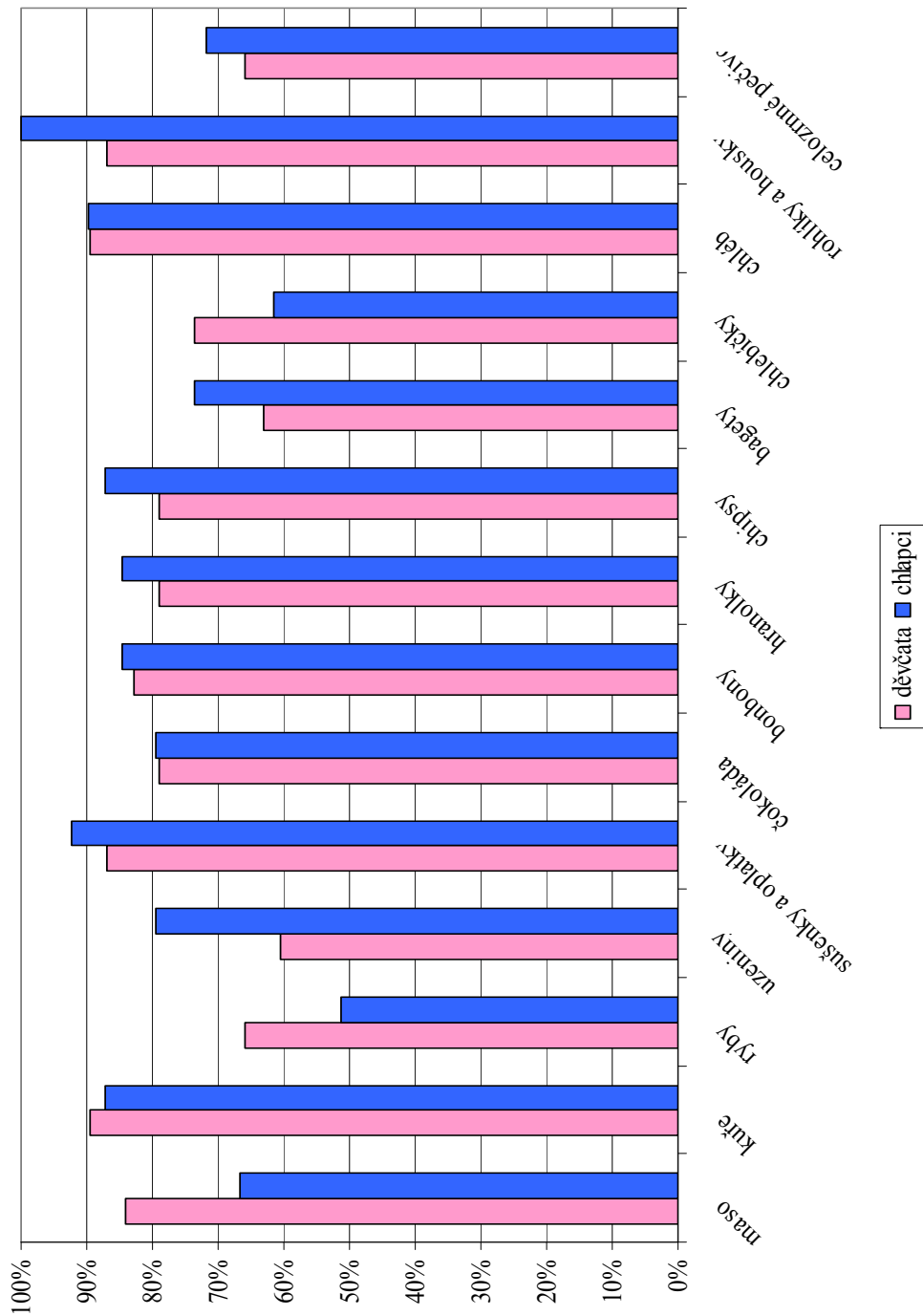
Graf č. 27 **Oblíbené potraviny: mléko, mléčné výrobky, ovoce – srovnání dívky x chlapci**



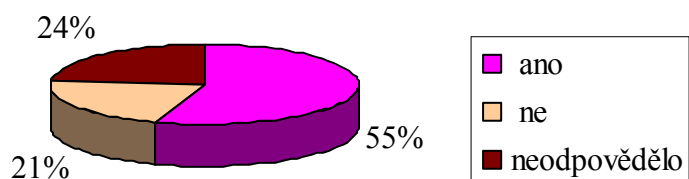
Graf č. 28 **Oblíbené potraviny: zelenina, luštěniny, přílohy – srovnání dívky x chlapci**



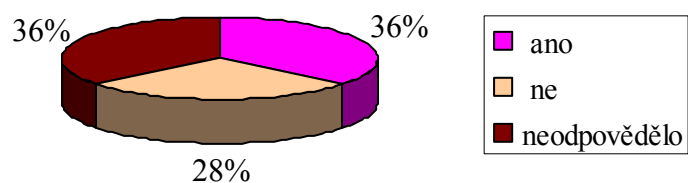
Graf č. 29 **Oblíbené potraviny: maso, pochutiny, pečivo – srovnání dívky x chlapci**



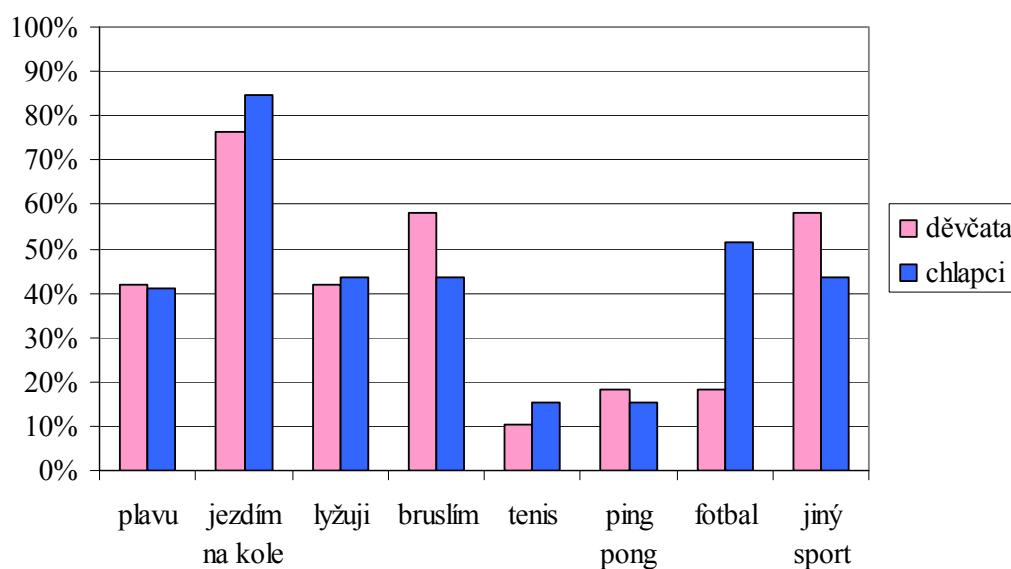
Graf č. 30 Chodím s kamarády ven – dívky



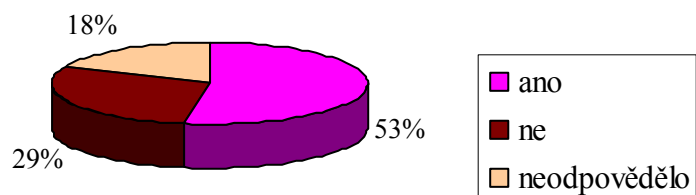
Graf č. 31 Chodím s kamarády ven – chlapci



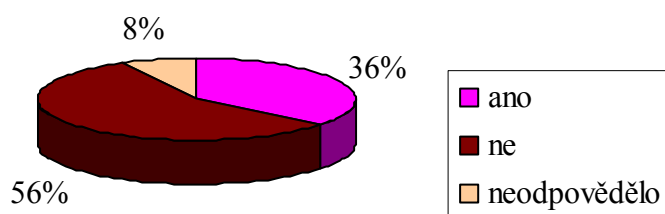
Graf č. 32 Přehled oblíbenosti jednotlivých sportů



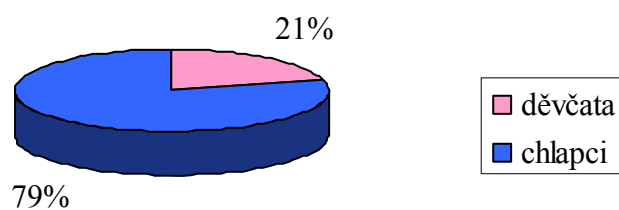
Graf č. 33 Sportujeme celá rodina - dívky



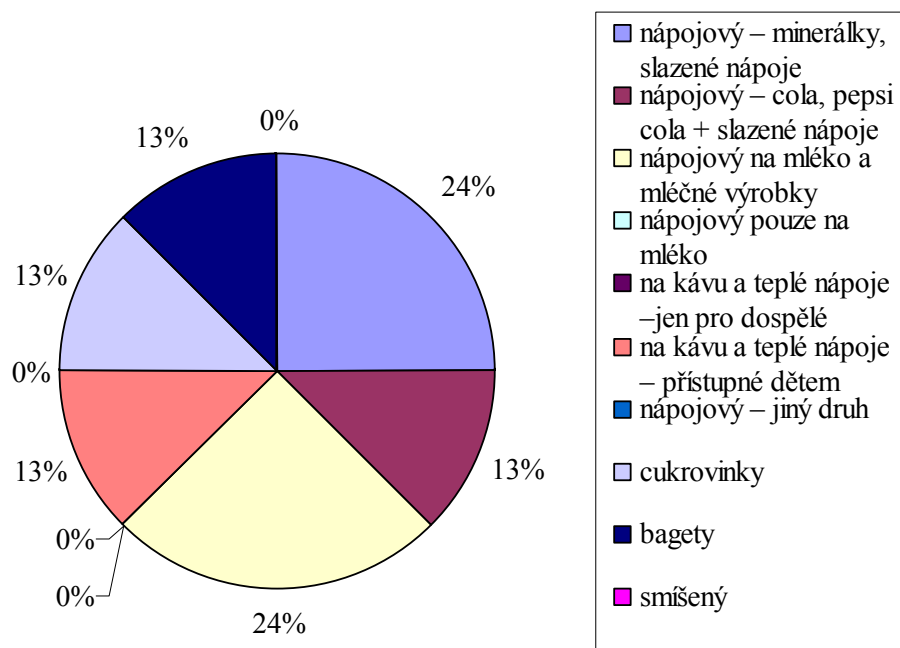
Graf č. 34 Sportujeme celá rodina - chlapci



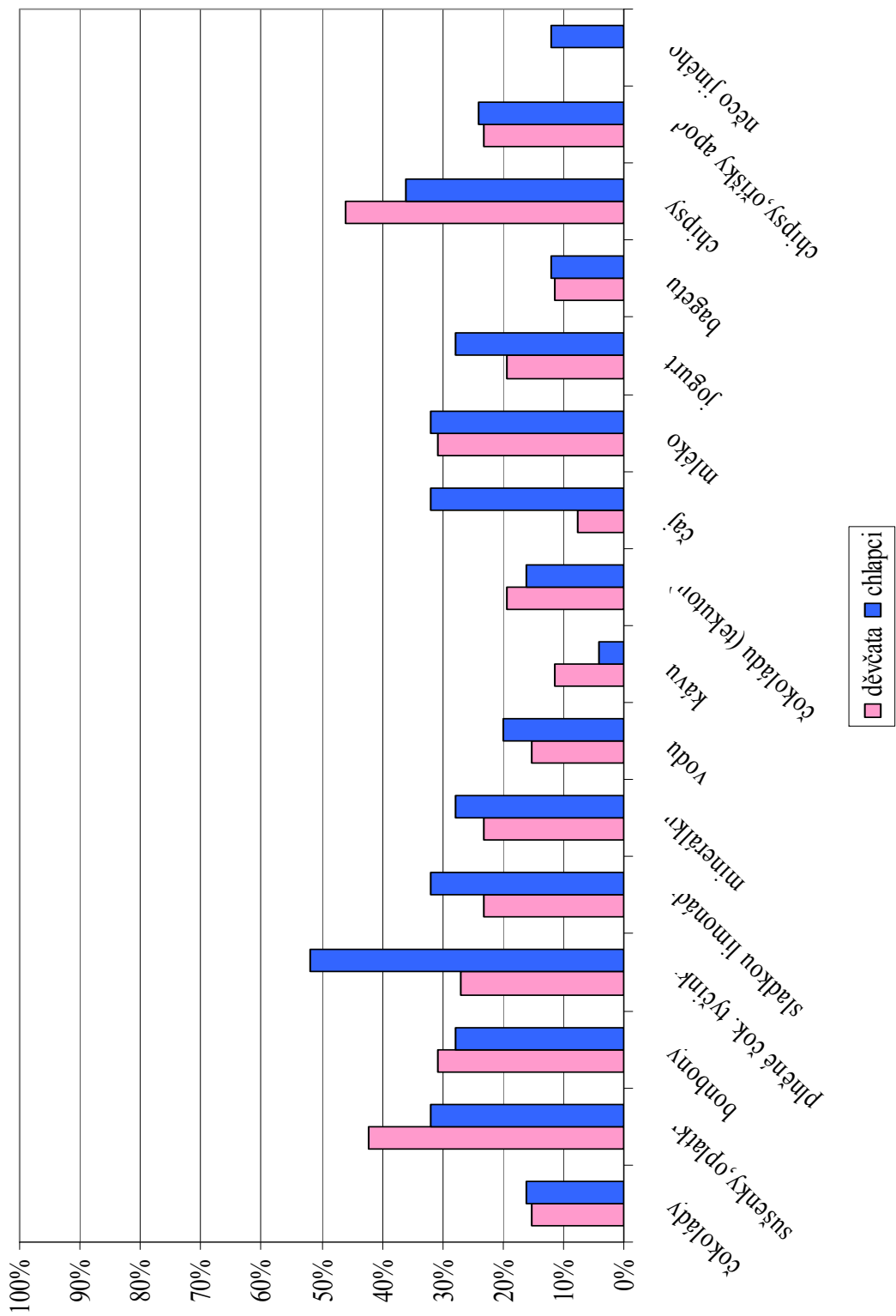
Graf č. 35 Trávím hodně času u počítače děvčata x chlapci



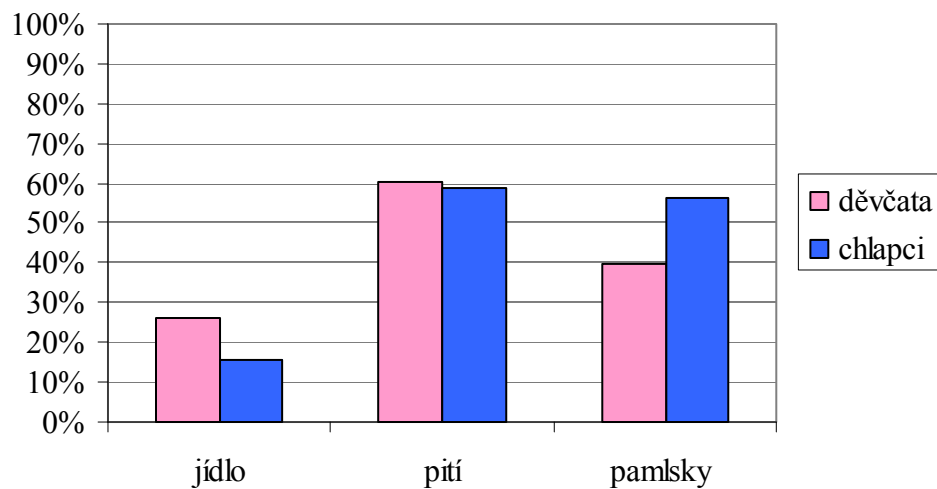
Graf č. 36 Rozložení druhů automatů ve školách v diferencovaném výzkumu



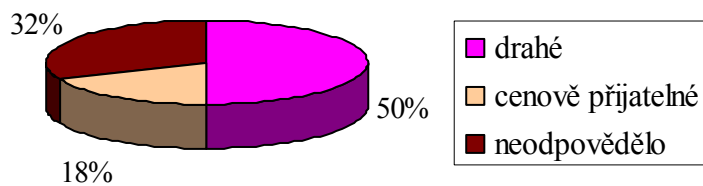
Graf č. 37 Preference při výběru potravin z automatů děvčata x chlapci



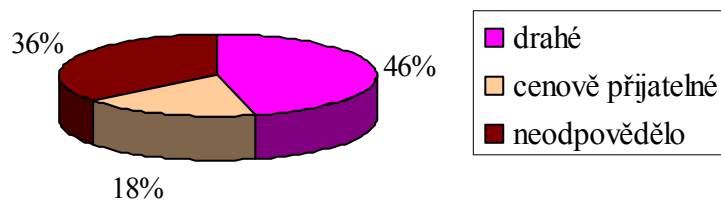
Graf č. 38 **Nákupy z automatů na výletech děvčata x chlapci**



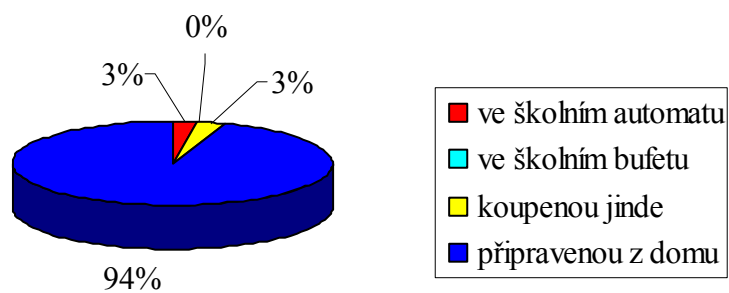
Graf č. 39 **Cenová přijatelnost svačín z automatů - děvčata**



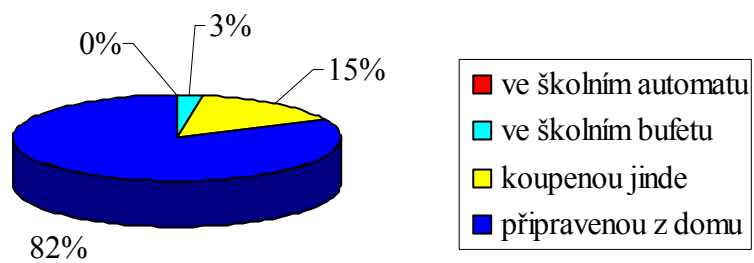
Graf č. 40 **Cenová přijatelnost svačín z automatů - chlapci**



Graf č. 41 **Jakou svačinu mám nejraději - děvčata**



Graf č. 42 **Jakou svačinu mám nejraději - chlapci**



12. PŘÍLOHY

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE 3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA

Ústav zdraví dětí a mládeže

Dotazník I.

JSEM

děvče	
chlapec	

povídáme si doma o zdravé výživě	ano
	ne
	občas

nejraději mám svačinu koupenou		PROČ ?
ve školním automatu		
ve školním bufetu		
koupenou jinde		
připravenou z domu		

svačiny z automatu jsou pro mě drahé	ano
	ne

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE 3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
Ústav zdraví dětí a mládeže

Dotazník II.

Co dělám, když nejsem ve škole		
	ano	ne
chodím si hrát s kamarády ven		
sportuji sám		
plavu		
jezdím na kole		
lyžuji		
bruslím		
tenis		
ping pong		
fotbal		
jiný sport		
sportujeme celá rodina		
sedím hodně často u počítače	ano	ne

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE 3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
Ústav zdraví dětí a mládeže

Dotazník III.

Stravování s rodinou			
v sobotu a v neděli společně			nejoblíbenější jídlo v naší rodině
snídáme	ano	ne	
obědváme	ano	ne	
večeříme	ano	ne	
ve všední den společně			
snídáme	ano	ne	
obědváme	ano	ne	
večeříme	ano	ne	
chodíme často do restaurace na oběd	ano	ne	
chodíme často do restaurace na večeři	ano	ne	
na výletě si kupuji v automatu			
jídlo - bagety	ano	ne	
pití	ano	ne	
pamlsky - sladkosti, brambůrky, tyčinky	ano	ne	

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE 3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA

Ústav zdraví dětí a mládeže

Dotazník IV.

		Vypsat 2 příklady jídel, která jím nejčastěji	
SNÍDÁM	každý den	doma	
		cestou do školy si něco koupím	
	jenom někdy	doma	
		cestou do školy si něco koupím	
	snídám jenom o víkendu		
	nesnídám nikdy		XXXXXXXXXXXXXXXXXX
DOPOLEDNE	svačím pravidelně	mám svačinu z domova	
SVACÍM		kupuji si ve školním bufetu	
		kupuji si ve školním automatu	
		kupuji si v obchodě	
	občas		
	nesvačím vůbec		XXXXXXXXXXXXXXXXXX
OBĚDVÁM		ve školní jídelně	XXXXXXXXXXXXXXXXXX
		doma - teplé jídlo	
		doma - studené jídlo	
		kupuji si ve školním bufetu	
		kupuji si ve školním automatu	
		kupuji si v obchodě	
		kupuji si v občerstvení (Mac Donald, KFC apod.)	
	neobědvám		XXXXXXXXXXXXXXXXXX
SVACÍM	pravidelně	mám svačinu z domova	
		kupuji si ve školním bufetu	
		kupuji si ve školním automatu	
		kupuji si v obchodě	
	občas		
	nesvačím vůbec		XXXXXXXXXXXXXXXXXX
VEČEŘÍM	denně	co mi připraví doma - teplé jídlo	
		co mi připraví doma - studené jídlo	
	občas		
	nevečeřím vůbec		XXXXXXXXXXXXXXXXXX

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE 3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA

Ústav zdraví dětí a mládeže

Dotazník V.

OBLÍBENOST VYBRANÝCH DRUHŮ POTRAVIN						
oznámkovat jako ve škole (zaškrtnout políčko se známkou)		1	2	3	4	5
1.	mléko samotné					
2.	mléko ochucené - oslazené					
3.	jogurt bílý					
4.	jogurt ovocný					
5.	pribináček					
6.	ochucený sladký tvaroh					
7.	mléčné nápoje např. activia					
8.	sýry měkké					
9.	sýry tvrdé					
10.	chleba					
11.	rohlíky a housky					
12.	celozrnné pečivo					
13.	jablíčka					
14.	hrušky					
15.	švestky					
16.	třesně					
17.	jahody					
18.	banány					
19.	pomeranče					
20.	mandarinky					
21.	ananas					
22.	mrkev					
23.	hrášek					
24.	zelí					

OBLÍBENOST VYBRANÝCH DRUHŮ POTRAVIN

oznámkovat jako ve škole (zaškrtnout políčko se známkou)		1	2	3	4	5
25.	kapusta					
26.	fazole					
27.	kukuřice					
28.	květák					
29.	brokolice					
30.	paprika					
31.	rajče					
32.	čočka					
33.	fazole					
34.	hrách					
35.	brambory					
36.	rýže					
37.	knedlíky					
38.	těstoviny					
39.	maso					
40.	kuře					
41.	ryby					
42.	uzeniny					
43.	sušenky a oplatky					
44.	čokoláda					
45.	bonbony					
46.	hranolky					
47.	chipsy					
48.	bagety					
49.	chlebičky					

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE 3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA

Ústav zdraví dětí a mládeže

Dotazník VI.

AUTOMAT VE ŠKOLE				
Kupuji si v automatu ve škole				
		Ano	Ne	Někdy
sladkosti	čokolády			
	sušenky, oplatky			
	bonbony			
	různé plněné čok. tyčinky			
na pití	sladkou limonádu - colu, sprite, mirindu, 7UP....			
	minerálku			
	vodu			
	kávu			
	čokoládu (tekutou)			
	čaj			
	mléko			
na jídlo	jogurt			
	bagetu			
	chipsy			
	slané tyčinky, oříšky apod.			
	něco jiného - napiš co			

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE 3. LÉKAŘSKÁ FAKULTA

Ústav zdraví dětí a mládeže

Dotazník VII.

**PŘEHLED AUTOMATŮ A BUFETŮ NA ZÁKLADNÍCH
ŠKOLÁCH V MĚSTĚ BRNĚ**

Základní škola:

Automat	Počet	Poznámka
nápojový – minerálky, slazené nápoje		
nápojový – cola, pepsi cola + slazené nápoje		
nápojový na mléko a mléčné výrobky		
nápojový pouze na mléko + ovoce		
na kávu a teplé nápoje – jen pro dospělé		
na kávu a teplé nápoje – přístupné dětem		
nápojový – jiný druh		
cukrovinky + bagety		
bagety		
jiný		

Bufet	ANO/NE	Poznámka
nabídka nápojů, sladkostí, baget, párky v rohlíku		
nabídka „zdravých pokrmů“ – jogurty, celozrnné výrobky, ovoce		
jenom nápoje		
jiný		