

Abstrakt

Název: Sebepojetí, stravovací a pohybové návyky vysokoškolské populace v ČR a Řecku

Cíle: Hlavním cílem této práce je porovnání vysokoškolských studentů sportovních fakult v Česku a Řecku na základě jejich sebepojetí, stravovacích a pohybových návyků.

Metody: V naší práci jsme použili metodu dotazování. Dotázováno bylo sto českých studentů na FTVS UK v Praze a stejný počet řeckých studentů Demokritovy university v Komotini. Poměr mezi pohlavími byl v obou případech v poměru 1:1.

Výsledky: Zjistili jsme, že obě sledované skupiny vykázaly nedostatky ve složení stravy. Kvantita sportování je u obou skupin obdobná. Řečtí studenti jsou spokojenější se svými návyky i celkovým vzhledem.

Klíčová slova: stravování, pohybová aktivita, sebepojetí, celkový vzhled, spokojenost