

DOTAZNÍK

(k diplomové práci o pitném režimu, konzumaci nápojů a aktivitách vysokoškoláků)

1. muž žena věk:
2. Co studujete?
 bakalářské studium magisterské studium
fakulta:
3. Kolik za den asi vypijete tekutin?
 méně než 1 litr
 1 až 2 litry
 více než 2 litry
4. Pijete pravidelně během celého dne?
 ano
 ne – co Vás přinutí?
5. Které nápoje započítáváte do pitného režimu?
 veškeré nápoje
 pouze vodu, minerální vodu
 veškeré nápoje kromě kávy a alkoholu
 jiné - vypište, které
6. Které nápoje nejčastěji preferujete během dne?
(V případě více odpovědí prosím očísľujte dle preference: 1 - nejčastěji/8 -málokdy.)
 vodu čaj
 minerální vodu kávu
 sladké nealkoholické nápoje alkohol
 energetické nápoje jiné
7. Jaký nápoj pijete nejčastěji při zátěži (při zkouškovém období apod.)?
 vodu čaj
 minerální vodu kávu
 sladké nealkoholické nápoje alkohol
 energetické nápoje jiné
8. Máte období, kdy toho vypijete více než je vaše denní norma?
 v teplých dnech v chladných dnech
 ne, piji stále stejně ano – jindy

9. Stane se Vám někdy, že na pití v průběhu dne zapomenete?

- ano ne

Ano → odpovězte prosím na otázku číslo 10, u ne → otázka č. 11.

10. Co jste na sobě cítili?

.....

11. Měli jste někdy pocit žízně?

- ano ne

12. Máte oblíbenou určitou značku některého nápoje?

- ano ne

Pokud ano, uveďte prosím jakou?

13. Zajímáte se o složení nápojů, které pijete?

- ano ne někdy

14. Pijete někdy energetické nápoje?

- ano – jak často (množství/měsíc)

- ne

15. Jak často konzumujete alkoholické nápoje?

- nikdy (nepiji alkohol)
 výjimečně (oslavy narozenin, silvestr apod.)
 1x, maximálně 2x za měsíc
 každý víkend
 několikrát za týden (vícekrát než 2x/týden)
 denně

16. Jak trávíte nejčastěji svůj volný čas?

.....

17. Provozujete sportovní aktivitu?

- ano ne

Ano → odpovězte prosím na otázky číslo 18 až 23 a 27,

u ne → otázka č. 24 až 27.

18. Jakou sportovní aktivitu děláte?

.....

19. Jak často se věnujete konkrétní aktivitě?

- občas – nepravidelně několikrát za týden
 1x za týden denně

20. Kolik hodin týdně to přibližně dělá celkem?

21. Zabýváte se nějakou sportovní činností profesionálně?

ano – prosím napište jakou

ne

22. Co vám pohybová aktivita přináší?

23. Prostřednictvím čeho (koho) jste se dostali ke sportovní aktivitě? (Proč jste si jí vybrali?)

.....

24. Z jakého důvodu neprovozujete sportovní aktivitu?

.....

25. Provozovali jste někdy nějakou sportovní aktivitu?

ano

ne

26. Přemýšlíte v současné době o provozování nové sportovní aktivity?

ano

ne

27. Kolik hodin času si myslíte, že trávíte aktivním pohybem denně (chůze, domácí práce apod.)?

.....

Předem všem děkuji za vyplněný dotazník.