

Univerzita Karlova v Praze
Přírodovědecká fakulta
Katedra antropologie a genetiky člověka

Současný životní styl středoškolské mládeže

Macková Zuzana

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce: RNDr. Blanka Vacková, CSc.

Praha 2006

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury.

Marilena Zuzana

Děkuji RNDr. Blance Vackové, CSc za odborné vedení práce a RNDr. Haně Liškové za všechny věcné připomínky. Děkuji také všem pedagogických pracovníkům, kteří byli vstřícní při mém výzkumu.

ABSTRAKT

Bakalářská práce si klade za cíl zjistit současné postoje vybraného vzorku středoškolské mládeže k životnímu stylu a otázkám s ním souvisejícím.

Nejprve čtenářům nabídne literární přehled, který v obecné rovině přiblíží hlavní problematiku a důležité pojmy stěžejních témat. Osvětlena bude podstata a průběh šetření, principy práce a metody zpracování dat. Velkým přínosem pro hodnocení celé práce je soubor programů Microsoft Office (Microsoft Excel a Microsoft Word).

Dále práce sleduje, jaký vliv má na životní styl věk (školní ročník) a region (Praha, Svitavsko). Ve výsledkové části seznámí čtenáře blíže s pracovními hypotézami a jejich řešením. Toto řešení je založeno na prezentaci získaných dat, pomocí nich hypotézy potvrzuje nebo vyvrací. V závěru jsou shrnuty hlavní body šetření, v grafické podobě jsou výsledky zpracovány do přehledných tabulek a grafů.

Součástí bakalářské práce je dotazník.

OBSAH

I ÚVOD /3/

1	Motivace bakalářské práce	3
2	Obecný úvod k problematice bakalářské práce	3
3	Cíl bakalářské práce	3
4	Pracovní hypotézy	3

II LITERÁRNÍ PŘEHLED /6/

1	Výživa a stravování	6
1.1	Pojem výživa	6
1.2	Výživa a období dospívání	6
1.3	Výživa a život rodiny	6
1.4	Výživa a sdělovací prostředky	7
1.5	Složky potravy	7
1.5.1	Živiny	7
1.5.2	Voda a pitný režim	8
1.5.3	Minerální látky	8
1.5.4	Vitamíny	8
1.5.5	Vláknina	9
1.6	Poruchy příjmu potravy	9
1.6.1	Obsah pojmu	9
1.6.2	Mentální anorexie a mentální bulimie	9
1.7	Obezita	10
1.7.1	Obezita v číslech	10
1.7.2	Výživová pyramida	11
2	Sportovní aktivity	11
2.1	Sport a české děti	11
2.2	Sport a rodiče	11
2.3	Sport a jeho úlohy ve společnosti	12
2.4	Sport a adolescenti	12
2.5	Sport a návykové látky	13
3	Problematika kouření a alkoholu	13
3.1	Když se řekne kouření	13
3.2	Kouření a zdraví	13
3.3	Užívání alkoholu mládeží	14
3.4	Alkohol a postoj společnosti	14

3.5	Alkohol v našem těle	15
3.6	Alkohol a úrazy	15
4	Problematika drog	16
4.1	Drogy v Evropě a ČR	16
4.2	Drogy a společnost	16
4.3	Přehled vybraných druhů drog	17
4.3.1	Produkty konopí	17
4.3.2	Inhaláty	17
4.3.3	Halucinogeny	17
4.3.4	Opiáty	17
4.3.5	Stimulační drogy	17
4.4	Drogy a prevence	18
5	Sexuální život	18

III MATERIÁL A METODIKA /19/

1	Co je to dotazník?	19
1.1	Definice dotazníku	19
1.2	Otázky v dotazníku	19
2	Průběh dotazníkového šetření	19
3	Sestavení dotazníku	20
4	Metody zpracování dat	20
4.1	Statistické pojmy	20

IV VÝSLEDKOVÁ ČÁST /22/

1	Řešení pracovní hypotézy A	22
2	Řešení pracovní hypotézy B	24
3	Řešení pracovní hypotézy C	25
4	Řešení pracovní hypotézy D	27
5	Řešení pracovní hypotézy E	28
6	Řešení pracovní hypotézy F	30
7	Řešení pracovní hypotézy G	32
8	Řešení pracovní hypotézy H	33

V ZÁVĚR /34/

VI LITERATURA /37/

VII SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK /40/

VIII PŘÍLOHY /41/

I ÚVOD

1 Motivace bakalářské práce

V dnešní době slyšíme často o životním stylu, o nutnosti změny některých našich návyků a o rizicích, která právě špatná životní styl přináší.

Téma své bakalářské práce jsem si vybrala právě pro tuto otázku. Zajímalo mě, jak se dnešní středoškolská mládež vyživuje, sportuje, ale také jaké má zkušenosti s kouřením, alkoholem, návykovými látkami, kdy začíná s pohlavním životem. Zajímala jsem se také o jejich názory nebo kolik času tráví průměrně u počítače a televize.

2 Obecný úvod k problematice bakalářské práce

Životní styl zahrnuje především způsob výživy, fyzickou aktivitu, režim práce a odpočinku a zlovyky jako například kouření. V současné době ovlivňuje životní styl některých jedinců také drogová závislost, přepracovanost nebo stres.

Výživa, jako základ příjmu energie a látek nezbytných pro správnou činnost organismu, ovlivňuje náš zdravotní stav. Pestrá a vyvážená skladba převážně lehce stravitelných jídel, dostatek ovoce, zeleniny a vlákniny, ale také vitamínů, minerálních látek a tekutin by měla být součástí každého jídelníčku. Jídlu bychom měli věnovat dostatek pozornosti a času a jíst v klidu.

Pro zdraví a udržení dobré fyzické kondice je třeba pravidelný pohyb s přiměřenou zátěží. Dnešní doba nabízí širokou škálu možností ke sportování, a to pro všechny věkové kategorie. Sportovat může člověk sám, v kolektivu vrstevníků, známých, nebo společně s rodinou. Důležitou součástí života je také spánek, který slouží k obnově sil a vlastní zájmy, u kterých se každý může odreagovat a uvolnit se.

Člověk je tvorem společenským. Dnešní společnost podléhá stejně jako v minulosti řadě trendů, zastává rozdílné názory, má rozmanité kultury. Je také ovlivněna mnoha vlivy a řeší rozličné problémy. Závažným problémem, který se týká životního stylu, je zneužívání alkoholu, tabáku a jiných návykových látek.

Alkoholický nápoj nám v malém množství může občas zpestřit jídelníček, například v kombinaci s dobrým jídlem, ale nikdy by neměl sloužit jako lék na bolest duše, neměl by se stát prostředkem řešení problémů. Rozhodující je vždy dodržování určité míry, která by neměla být překročena.

Alkohol patří mezi drogy, které jsou v našem státě všeobecně tolerované a dostupné. S tím je spojen problém konzumace alkoholu dětmi a mládeží, často mnohem dříve, než jak

v této souvislosti hovoří zákon a navíc alkohol dětem mnohdy podávají samotní rodiče. Není pochyb o tom, že také na vzniku kouření se značně podílí současná společenská tolerance.

Na přibývání problémů s návykovými látkami má vliv také okolnost, že mnoho rodičů je značně pracovně vytíženo a svým dětem se věnují omezeně a často málo. Postoj adolescentů k alkoholu, tabáku a drogám ovlivňuje také reklama, sdělovací prostředky a názory vrstevníků. Mezi mladými se pronikavě rozšířilo škodlivé užívání marihuany. K ještě nebezpečnějším a poměrně rozšířeným drogám patří pervitin a heroin.

Drogová závislost představuje v současné době závažný celospolečenský problém, má vážné zdravotní i společenské důsledky a na řešení se podílí celá řada odborníků, organizací a oborů. Nejzávažnější je skutečnost, že u konzumentů došlo k věkovému posunu do mladších věkových skupin.

„Bez pití život v každém ohledu jest krásnější. Člověk nepijící, který má svěží všechny své smysly, uvidí tolik krásného v životě, přírodě, společnosti, ve své práci, o čem se mu ani nezdálo, pokud byl ve své alkoholické mlhovině.“ (T.G.Masaryk)

3 Cíl bakalářské práce

Svoji bakalářskou práci na téma „Současný životní styl středoškolské mládeže“ jsem založila na vlastním výzkumu, a to formou vyhodnocení anonymně vyplněných dotazníků (vzor dotazníku viz Přílohy).

Cílem bakalářské práce bylo:

- 1) shromáždit reprezentativní vzorek respondentů účastnících se dotazníkového šetření (po dohodě se školitelem byl stanoven počet dívek a chlapců v každém ročníku a regionu na 30, tj. kolem 240 studentů celkem)
- 2) zpracovat a vyhodnotit údaje vyplývající z vyplněných dotazníků
- 3) matematicko - statistickými metodami analyzovat vztahy mezi zjištěnými fakty

4 Pracovní hypotézy

Na počátku své práce jsem si stanovila cíle a uvažovala jsem, „co bych vlastně chtěla zjistit“. Životní styl je téma velmi široké, nedá se obsáhnout jedním dotazníkem, i když jsem se v tom svém snažila zaměřit pozornost na stěžejní body a využila jsem krom literatury také některé názory lidí a skutečnosti, které jsou v povědomí společnosti.

Formou tabulky nebo grafu jsem vyhodnotila všechny otázky dotazníku (viz část VII Přílohy). Vzhledem k rozsáhlosti tématu jsem pro hodnocení z každého okruhu určila „pracovní hypotézy“, které jsem následně pomocí dat získaných šetřením dokazovala, nebo vyvracela.

Pracovní hypotézy:

- A. Stravování ve školních jídelnách s rostoucím věkem středoškolské mládeže klesá.
- B. Pražská mládež více sleduje svou tělesnou hmotnost a postavu než mládež Svitavského regionu.
- C. Chlapci se sportu věnují mimo školu (povinnou tělesnou výchovu) častěji, než dívky stejného věku.
- D. Většina adolescentů, účastnících se šetření, konzumovala alkohol ještě před dovršením osmnácti let, tedy v době, kdy by jim měl být podle zákona zakázán.
- E. Studenti pražských gymnázií mají větší zkušenosti s drogami než studenti gymnázií na Svitavsku a častěji je také vyzkoušeli.
- F. Většina respondentů si myslí, že „návykové látky, hazardní hry, cigarety a alkohol jsou dětem snadno dostupné, věková omezení prodeje a jejich podávání se důrazně nedodržují“ (dotazník, otázka 20)
- G. V regionu Svitavska rodiče častěji rozhodují o budoucnosti svých dětí než v Praze.
- H. Zkušenost s aktivním pohlavním životem s věkem respondentů stoupá, v Praze je tato tendence výraznější.

II LITERÁRNÍ PŘEHLED

1 Výživa a stravování

1.1 Pojem výživa

Výživa je z biologického hlediska nauka o příjmu výživových látek nezbytných pro život, o jejich významu, přeměně a využití v organismu. Výživa zajišťuje přívod energie a živin, které jsou nezbytné pro základní životní děje jako například dýchání, srdeční činnost nebo udržení stálé tělesné teploty.

Stejně jako nedostatek, tak i nadbytek potravy může mít na organismus a jeho správnou činnost negativní vliv. Zejména nadbytek příjmu energie, vysoká spotřeba tuků, alkoholu, solí a cukrů, nedostatek vlákniny, vitamínů a minerálů může vyvolat řadu onemocnění, zejména kardiovaskulárních, nebo například obezitu, která často přetrvává z dětského věku až do dospělosti.

Většina školní mládeže se stravuje ve školních jídelnách, i když přibývá jedinců, kteří do jídelny z různých důvodů nechodí. Školní stravování může mít dobrý vliv na utváření výživových zvyklostí dětí (učí pravidelnosti, rytmičnosti příjmu potravy). Vedle toho hraje významnou roli stravování v rodině, kde by měli rodiče, znalí poznatků o racionální výživě, vést své děti ke správným výživovým návykům.

1.2 Výživa a období dospívání

Člověk se mění po celý život a obdobím těch největších změn je dětství a především dospívání. V pubertě dochází zejména k rychlým růstovým změnám (zvyšuje se tělesná výška a hmotnost, mění se i složení těla). Výživa je proto v tomto věkovém období velmi důležitá. Jedinec však prochází také duševním a emocionálním vývojem. Přitom jak tělesná, tak duševní stránka spolu úzce souvisejí a narušení jedné oblasti vývoje může vyvolat poruchy jiné.

Často právě v období dospívání se převážně u dívek setkáváme s poruchami příjmu potravy (mentální anorexií a bulimií). Ocitají se v začarovaném kruhu, který tvoří často zkreslený pohled na vlastní tělo, na potřebu jídla a na váhu. Přitom nedostatečný nebo neodpovídající přívod některých životně nezbytných látek může zpomalovat nebo narušovat vývoj mozku, ale i dalších orgánů dospívajícího těla, proto jsou také dospívající vegetariáni rizikovou skupinou z hlediska výživových nedostatků.

1.3 Výživa a život rodiny

Z hlediska správné výživy je důležitá pravidelnost v příjmu živin, která by během dne měla být jedním ze základů zdravého životního stylu. Nejen dospělým, ale také dětem

a dospívajícím se doporučuje rozdělit příjem jídla do více než tří dávek denně (tj. nejen snídaně, oběd, večeře, ale menší dávky na svačiny).

Ranní jídlo má na organismus jednoznačně pozitivní vliv: stabilizuje hladinu cukru v krvi, doplní energii a tekutiny, které tělo během noci ztratilo. Snídaně ovlivňuje také práci dítěte ve škole, má pozitivní vliv na paměť, výkonnost a soustředění. Na snídani bychom si měli udělat čas, není dobré jíst za pochodu nebo ve stresu.

Ubývá také rodin, kde se dětem do školy chystá dopolední svačina a když, děti někdy odmítají připravené svačiny do školy nosit. Za moderní svačinu považují čokoládové tyčinky, sušenky, oplatky apod., spolu se silně slazenými limonádami. Často dnes děti dostávají na svačinu peníze, které bohužel utrácejí právě za nevhodné potraviny nebo si nekoupí nic. Dopolední svačina přitom mnohdy nahrazuje dítěti snídani a je tak jediným zdrojem živin během dopoledne. Nevhodné jsou také automaty na cukrovinky, slazené nápoje a kávu ve školách.

1.4 Výživa a sdělovací prostředky

Bez televize si dnes už málokdo dokáže představit domácnost. Předkládá nám určité vzory, ovlivňuje naše názory, rozšiřuje naše znalosti, informuje nás o dění v naší zemi i ve světě. Ovlivňuje ale i naše postoje k jídlu, zejména formou reklamy, která často působí na city dětí i dospělých (ukázka šťastného a zdravého dítěte s propagovaným výrobkem v ruce, štěňata, koťata, slavné osobnosti, nebo známá postavička z filmu či pohádky v hlavní roli). Reklama, a to nejen v televizi, může mít na naše stravovací návyky nepříznivý vliv (propagace KFC, McDonald, upoutávky v časopisech apod.). Je silným nástrojem, který ovlivňuje naše rozhodování.

V obchodech přibývá mražených hotových jídel, polotovarů a různých instantních pokrmů, které lidem urychlí přípravu jídla, navíc jsou mnohdy tyto výrobky i za příznivé ceny. Narůstá počet restaurací a bister typu „fast food“, které nabízejí hamburgery, smažené hranolky, párky v rohlíku, klobásy, smažená masa a sýry, různé sladkosti, přeslazené limonády a mražené krémy. Je však pravdou, že se ve většině měst zlepšil výběr ovoce, které lze bez problémů koupit po celý rok.

1.5 Složky potravy

1.5.1 Živiny

Mezi živiny patří bílkoviny (stavební složka svalové hmoty, protilátky, transportní složky jako hemoglobin, hormony, enzymy), tuky (důležité pro vitamíny rozpustné v tucích, součást buněčných membrán) a sacharidy (rychlý zdroj energie, stavební funkce, zdroj vlákniny).

Energetická hodnota sacharidů je, stejně jako u bílkovin, 17 kJ/g. Ve stravě by sacharidy měly tvořit 50 - 60% (hlavně polysacharidy). Tuky tvoří bohatý zdroj energie (38kJ/g) a jejich doporučený podíl v energetickém přívodu je 25-30%.

1.5.2 Voda a pitný režim

Voda je nepostradatelnou součástí lidského organismu, u dospělého člověka zaujímá 50–60% těla (novorozenec až 75%). Denní příjem činí u dospělého člověka 2,5 – 3 l, u školáků o něco méně (2 - 2,7 l). Děti nedostatkem tekutin trpí více než dospělí a čím je jejich věk nižší, tím více jsou ohroženi. Ztráta vody v těle větší jak 10% vede k poruchám základních funkcí, několik dní bez tekutin může vést až ke smrti.

Člověk získává vodu jako tekutinu v nápojích, v potravinách a pokrmeh a činností metabolismu. Voda se ztrácí močí, dýcháním, odpařováním kůží a stolicí. V případě průjmů a zvracení dochází ke ztrátám vody i trávicím ústrojím.

K vhodným nápojům patří ovocné čaje neslazené nebo slazené medem, přírodní ovocné a zeleninové šťávy, džusy a mošty, kontrolovaná voda, minerálky, občas také mléko nebo kakao. Snažíme se dětem nepodávat slazené limonády, coca-colu a tonik, ale také např. zrnkovou kávu (nápoje obsahují jednoduché sacharidy, které zatěžují metabolismus, a to hlavně při konzumaci s jídly, v některých je obsažen kofein, který je nevhodný a měl by být omezen jeho nadměrný příjem).

1.5.3 Minerální látky

Minerální látky jsou v těle zastoupeny v malém množství (podobně vitamíny), pro organismus jsou však nezbytné. Tělo si je nedokáže samo vytvořit, přijímá je potravou a tekutinami. Jsou součástí kostí a zubů (vápník, fosfor, hořčík), aminokyselin (síra), tělních tekutin (sodík a chlor v extracelulární tekutině, draslík, hořčík a fosfor uvnitř buněk, železo), jsou důležité pro činnost jednotlivých soustav (nervové, pohlavní, vylučovací). Jejich potřeba může být ovlivněna věkem, pracovní činností, nemocemi, genetickými faktory nebo stravovacími zvyklostmi.

1.5.4 Vitamíny

Vitamíny jsou esenciální látky potřebné k zajištění správné funkce organismu. Působí jako kofaktory různých enzymů. Pestrá, bohatá a vyvážená strava by měla požadavky vitamínů pokrýt. Například při nemoci, v těhotenství, při kojení nebo ve stáří je však třeba zvýšit příjem vitamínů.

Vitamíny rozdělujeme na rozpustné ve vodě (B₁, B₂, niacin – nikotinamid, B₆, kyselina listová, B₁₂ – kobalamin, vitamin C) a rozpustné v tucích (A, D, E, K).

1.5.5 Vláknina

Vláknina představuje nestavitelné zbytky potravy rostlinného původu, není tedy rozkládána trávicími enzymy. Podle rozpustnosti ve vodě se dělí na vlákninu rozpustnou (pektin, gumy, slizy) a nerozpustnou neboli hrubou (celulóza, lignin a hemicelulóza).

Strava s velkým obsahem vlákniny je objemnější, v ústech vyžaduje vydatnější a delší žvýkání. V žaludku zvětšuje objem tráveniny a prodlužuje čas jeho vyprazdňování. V tenkém střevě umožňuje lepší využití vstřebávaných živin. Vláknina zvětšuje objem stolice, má příznivý účinek na některá střevní onemocnění (hemoroidy), působí rovněž preventivně proti rakovině střev, redukuje vstřebávání škodlivých látek. Ve střevě dochází i k vazbě krevních tuků (cholesterol) a žlučových kyselin na složky vlákniny a k jejich vylučování do stolice.

DDD příjmu vlákniny je 20 – 40 g, což odpovídá zhruba 400 g ovoce a zeleniny. Bohatým zdrojem je zelenina, ovoce, celozrnný chléb a pečivo, sójová mouka, ovesné vločky, otruby, neloupaná rýže a celozrnné těstoviny, luštěniny, houby.

1.6 Poruchy příjmu potravy

1.6.1 Obsah pojmu

Mentální anorexie a mentální bulimie patří mezi onemocnění, která nazýváme souhrnně poruchy příjmu potravy. Obě nezdravé zaměření na vlastní hmotnost a proporce těla a strach z tloušťky. Některé příznaky mentální anorexie je možné pozorovat už u 6% dívek na konci puberty.

Ke vzniku obou chorob přispívají sdělovací prostředky (časopisy, televize), působení rodiny a okolí jedince (matka, která často zkouší různé diety, narážky vrstevníků), společenský tlak (představa „ideálních“ proporcí ženy, kdy dívky často vidí vzor ve vyhublých modelkách a filmových hvězdách, ale i panenkách na hraní) a i společnost na ženy vyvíjí vyšší tlak v souvislosti s profesionálním uplatněním.

Fyziologický podíl tuku v organismu je určován pohlavím, věkem a etnickým původem člověka. U žen fyziologický podíl tuku v organismu tvoří 18-30%, u mužů je nižší a představuje 10-25% celkové hmotnosti. S věkem podíl tuku v těle stoupá, zatímco zastoupení svalstva se snižuje. Při lehkém energetickém deficitu se pohybuje index tělesné hmotnosti mezi 17,0-18,5, při středně těžkém mezi 16,0-16,9 a při těžkém energetickém deficitu klesá index tělesné hmotnosti pod 16,0. V těle dospělého člověka o normální hmotnosti je kolem 15kg tuku.¹¹

1.6.2 Mentální anorexie a mentální bulimie

Mentální anorexie (Anorexia nervosa) je porucha, při které dochází k úmyslnému hladovění. Zásadně zkresluje pohled na vlastní tělo a i když už dochází k podvaze, dívka

(žena) je vyhublá, stále je přesvědčená, že musí zhubnout. Choroba začíná tam, kde už jedinec nedovede sám sebe správně hodnotit a zastavit hladovění a s ním spojené vyhubnutí.

Mentální bulimie (Bulimia nervosa) je charakterizovaná zejména nezvladatelnými záchvaty přejídání, které se opakují a jsou spojené s přehnanou kontrolou tělesné hmotnosti. Po takovém záchvatu přichází výčitky svědomí, strach z nárůstu hmotnosti a často dochází k úmyslnému zvracení.

Mentální anorexie začíná nejčastěji ve věku třinácti až dvaceti let, mentální bulimie obvykle mezi šestnácti až pětadvaceti lety. Mentální anorexií trpí přibližně 0,5% dospívajících dívek a mladých žen a prevalence mentální bulimie se projevuje mezi 3 až 6%. Narušené jídelní postoje a ohrožující způsoby kontroly tělesné hmotnosti a příjmu potravy jsou markantní u 7 až 11% dívek a mladých žen. Poruchami příjmu potravy je v České republice ohrožena stejně tak městská, jako venkovská populace.¹¹

1.7 Obezita

1.7.1 Obezita v číslech

Obezitou se rozumí vyšší stupeň nadváhy a zvýšená hmotnost se klasifikuje podle BMI. Na rozvoji obezity se podílí řada faktorů jako nadměrný příjem energie, nevhodné výživové zvyklosti a přejídání, nedostatek pohybu a sedavý způsob života, genetické dispozice, některá onemocnění (porucha štítné žlázy, nadbytek kortizolu, poruchy činnosti mozku), ale také vliv reklam na nevhodné výrobky, tedy špatný životní styl.

Dle údajů Evropské úřadovny WHO trpí nadváhou v jednotlivých evropských zemích 25-75 % dospělé populace, průměrný BMI Evropanů dosahuje 26,5. V České republice byl schválen „Dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR - Zdraví pro všechny ve 21. století“ (přijato usnesením vlády ČR ze dne 30. října 2002), jehož některé cíle s problematikou obezity úzce souvisí. K dosažení těchto cílů přispívá dotační program Ministerstva zdravotnictví „Národní program zdraví – projekty podpory zdraví“.

Pro rok 2006 byl v rámci Národního programu zdraví připraven celostátní projekt „Přijmi a vydej“ zaměřený na podporu zachování energetické rovnováhy s důrazem na výběr vhodných potravin a dostatečnou pohybovou aktivitu.³²

V Evropě byl zjištěn poměrně vysoký vzestup výskytu obezity v dětství, ke kterému dochází i v zemích s nižší prevalencí obezity v dospělosti (např. v Itálii). V České republice se obezita a nadváha vyskytuje u 52 % osob nad 18 let, u dětí se prevalence obezity mění podle věkových kategorií – nejnižší je ve skupině 13 - 17 let, kde dosahuje 11 %. V této věkové kategorii je ale závažný i poměrně častý výskyt podváhy, kterou studie zjistila u 7 % dospívajících, u dívek dokonce v 10 % případů. U dětí ve věku 6-12 let byla obezita a nadváha zjištěna celkem u 20 % dětí.

1.7.2 Výživová pyramida (viz Přílohy)

V řadě zemí jsou vydávána výživová doporučení pro obyvatelstvo vytvářená s ohledem na pohlaví, věk nebo fyzickou námahu, jsou průběžně doplňována a obnovována. Výživová doporučení pro Evropu vydává i WHO a FAO. Výživová doporučení mají různou formu, mohou být v čistě psané podobě, ale častěji užívané a více přehledná je tzv. výživová pyramida.

2 Sportovní aktivita

2.1 Sport a české děti

U českých dětí stále klesá sportovní aktivita, ale zároveň stoupá počet případů nadváhy. Celkově lze říci, že energetický příjem převažuje nad jeho výdejem.

Ve věku do dvanácti let nacházíme u cca 14 -16 % dětí nadváhu (zhruba stejné procento u chlapců a dívek), procento jedinců s nadváhou se pak zvyšuje a dosahuje cca 18-22 % ve věku 18 let. Například v USA v některých státech zaznamenávají více než 40 % obézních dětí. Podstatné ale je, že toto procento u nás stále stoupá.⁴³

Souvislosti ukazatelů prokázala studie, kterou provedla Fakulta tělesné výchovy a sportu Karlovy Univerzity v Praze v období 1997–2004 mezi dětmi ve věku od 6 do 14 let. Doporučený čas, který by děti měly věnovat sportu nebo pohybu obecně, je jedna hodina denně (tedy cca 7 hodin týdně). Studie odhalila alarmující pokles doby strávené pohybem (50-70 %). U dětí starších jsou to bohužel jen cca 2-4 hodiny týdně a to včetně hodin školní tělesné výchovy.⁴³

2.2 Sport a rodiče

Aktivity dětí ovlivňují také jejich rodiče a pokud jsou děti pasivní od svého mladého věku, těžko své zvyklosti v dospělosti mění. Sport dnes nabízí velice široký a pestrý výběr pohybových aktivit a pokud rodiče se svými dětmi pravidelně sportují nebo je ke sportu vedou, podporují tak jejich dobrý zdravotní stav. Nabízí jim možnost hodnotně využít jejich volný čas a mnohdy tím mohou zamezit negativním vlivům jako jsou zkušenosti s alkoholem, kouřením, návykovými látkami a dalším rizikovým chováním.

Mnoho mladých lidí může narazit v souvislosti se sportováním na finanční problém. Není třeba jen zaplatit povinné příspěvky klubu nebo oddílu, ale mnohde si děti sami musí obstarat potřebné oblečení a pomůcky pro provozování daného sportu, a to není vždy levná záležitost (jezdeckví, hokej, motokros). Proto je velmi důležitá podpora rodičů. Ani tyto problémy by neměly být důvodem pro vyřazení sportu z volnočasových aktivit. Roli v přístupu k volnému času může hrát také např. vzdělanost, věk, sociální prostředí, ze kterého adolescent pochází, rasa apod.

2.3 Sport a jeho úlohy ve společnosti

Technický pokrok ve sdělovací technice za posledních 40 let umožnil prezentaci sportu téměř po celém světě. Velmi populární je sledování sportovních přenosů, ať už se jedná například o hokej, fotbal, cyklistiku, basketbal, tenis nebo atletiku. Lidé se o sportu i sportovcích dozvídají řadu podrobností. Především mladí oceňují jejich vlastnosti a schopnosti, mnozí se s nimi ztotožňují, považují je za vzor.

Sport nezlepšuje pouze celkovou kondici, může kromě dobré nálady a touhy „ochutnat“ si pocit vítězství, pozvednout i sebevědomí. Přesto je nutné dohlížet, aby nebyl mladý organismus přetěžován vzhledem k jeho neukončenému vývoji, nesmíme zapomínat ani na doplňování tekutin.

Nejen škola, ale i školská zařízení jako jsou domy dětí a mládeže, mohou poskytovat řadu možností ke sportu, zvláště jedincům, kteří jinak nejsou členy žádných oddílů, svazů a spolků nebo nesportují. Mají k tomu prostředky jako aprobované učitele, sportovní vybavení, hřiště a tělocvičny. Často tak mohou nahradit výkonnostně zaměřené sportovní organizace.

Sport se netýká jen přímo pohybových aktivit, významně v současné době zasahuje i do životního stylu lidí prostřednictvím celé řady firem vyrábějících módní oblečení sportovního typu nebo díky speciálním kosmetickým přípravkům. Sport také umožňuje zpevnit celé tělo a zbavit ho přebytečných tukových zásob. Mnoho tipů na cvičení najdeme ve velké části časopisů a tisku, zejména těch pro ženy.

2.4 Sport a adolescenti

Mladí lidé mají rádi novinky, dobrodružství, hledají nezávislost, zkouší hranice svých možností a touží po ocenění. Hledají ve sportu hlavně zábavu, často i zlepšení sebe sama, chtějí být v kolektivu vrstevníků. V tomto životním období mají více volného času a možná méně odpovědnosti, než v dalších etapách svého života, i když podléhají také některým omezením (řízení motorových vozidel a s tím spojené omezení vlastní dopravy, právní normy, finance, normy stanovené rodiči).

Účast ve sportu se mění s věkem. Touha zabývat se sportem závodně se s narůstajícím věkem snižuje. Dívky sportují o něco méně než chlapci, ale s věkem se k této činnosti stavějí uvědoměleji, více inklinují mít ze sportu zdravotní a estetický prospěch. Chlapci naopak ve sportu promítají své výkonové ambice a touhu po úspěchu.²⁶

Jistý pokles zájmu o sport se objevuje v období puberty, kdy se mladí lidé mimo jiné rozhodují o své budoucnosti, o dalším studiu nebo zaměstnání. Mezi vhodné sporty patří plavání, rychlá chůze, jízda na kole, lyžování, bruslení, bojová umění, squash, tenis nebo tanec, vhodné je posilování s vlastní vahou těla.

2.5 Sport a návykové látky

Sportovních aktivity a začlenění sportu do života a volného času se využívá pro sportování lidí, kteří se ocitli v tíživé životní situaci (drogová závislost, nefunkční rodina, chudoba atp.), stává se součástí sociální pomoci a léčebné terapie. Nejen mladí, ale i handicapovaní nebo staří lidé mohou ve volném čase a ve sportu nalézt uspokojení, zábavu, prostor pro seberealizaci a řadu dalších hodnot, které jim mohou v jejich běžném životě scházet.

Sportu se dnes stále častěji týká i „doping“, jehož historie sahá až do dob antických. V 19. století patřily k nejrozšířenějším drogám ve sportu alkohol, kofein, kokain, strychnin, ether, opium a heroin. Počátek 20. století pak navíc ovlivnil amfetamin a zejména 60. léta tohoto století byla dobou experimentování s hormony (anabolické steroidy, testosteron). Tento nárůst pokračuje i přes zahrnutí steroidů v roce 1974 na seznam zakázaných dopingových látek a v současné době se dopingové aféry objevují v celé řadě sportů. Usilování o úspěch za každou cenu a jakoukoliv cestou se tak dostává do rozporu s hodnotami, normami a etickými zásadami sportu.

3 Problematika kouření a alkoholu

3.1 Když se řekne kouření

Kouření se stalo společně s obezitou, nízkou tělesnou aktivitou, požíváním alkoholu a jiných návykových látek závažným zdravotním rizikem. Již dávno není jen výsadou dospělých, počet nezletilých kuřáků roste a jsou stále mladší. Děti začínají nejčastěji kouřit vlivem negativního působení okolí, zejména party, napodobování filmových idolů, ale i rodičů - kuřáků. Problémem je, že se u mladého organismu snadno vyvíjí závislost.

V České republice počet kuřáků výrazně neklesá, podle šetření Státního zdravotního ústavu spíše kolísá: v roce 1997 kouřilo přes 26 procent lidí, o dva roky později necelých dvacet procent a v roce 2003 kolem třiceti procent obyvatel. Z deseti kuřáků je šest mužů a čtyři ženy, nejvíce ve věkové skupině 45 až 54 let, v posledních letech přibývají kuřáci hlavně mezi mladistvými. Ve věku mezi 15 až 18 lety jich kouří až polovina. Bohužel převažují dívky kuřačky, a to už mezi mládeží ve věku 13 až 15 let.²⁵

Problematikou kuřáků a vlivů kouření se zabývá celá řada organizací a pořádají se akce proti kouření. Došlo ke zdražení cigaret, na krabičkách se objevila důrazná upozornění. Omezení kuřáckého prostoru najdeme v restauracích, i když mnohde tzv. nekuřácké salóanky neplní zcela svůj účel. Také lékaři by měli jít vzorem svým pacientům a nekouřit.

3.2 Kouření a zdraví

Kouření velmi ohrožuje zdraví samotných kuřáků, ale i lidí v jejich okolí, kteří jsou cigaretovému kouři vystaveni. Tabákový kouř obsahuje velké množství jedů, mezi nejčastěji

jmenované složky cigaret patří nikotin (hlavní příčina závislosti, je absorbován v alveolech, sliznicí, kůží, většina je metabolizována v játrech), dehet (přenáší nikotin do plic, ale zůstává v tkáních, je hlavní příčinou kuřácké rakoviny plic), oxid uhelnatý (silně jedovatý, brání přenosu kyslíku z plic do tkání), dále arsen, formaldehyd, kyanovodík, čpavek, aceton a mnoho dalších.

Absorbované rozpustné látky cigaretového kouře se dostávají do krevního oběhu, kde změněny na toxické metabolity působí na tkáně přímo neexponované tabákovému kouři. Úmrtnost stoupá s dobou kouření, s přibývajícím rokem kuřáctví a stoupá s množstvím vykouřených cigaret. Významnou roli hraje věk, kdy kuřák začal kouřit.⁹

Kouření podstatně zvyšuje riziko výskytu srdečních chorob, rakoviny plic (ročně zemře asi pět tisíc lidí), nádorových onemocnění a mnoha dalších onemocnění dýchacích cest, kožní problémy, nádory hltnu, jater, močového měchýře a ledvin, gynekologické nádory u kuřáček. Kouření zvyšuje také riziko srdečních potíží nebo mrtvice, zhoršuje zrak, snižuje schopnost bojovat s infekcí. Významně se zvyšuje riziko u kuřáků, kteří začali kouřit již v dětství nebo v pubertě.

3.3 Užívání alkoholu mládeží

Alkohol je pro děti a mládež toxický, jeho koncentrace je u nich při stejném množství požitého alkoholu vyšší než u dospělého (menší hmotnost a objem tělesných tekutin). Dětské tělo ještě nedokáže alkohol výkonně odbourávat a snadno tak dochází k jeho poruchám (metabolické, bezvědomí), výjimkou nejsou ani úrazy či otravy. Alkohol má, stejně jako ostatní drogy, své farmakologické, toxické i smrtelné dávky.

Podobně jako u ostatních drog způsobuje alkohol změnu vědomí. Někteří ho opakovaně vyhledávají pro pozvednutí nálady, odbourání zábran. Alkohol člověka dočasně odvádí od těžkostí, zvyšuje pocit síly a moci, snižuje napětí a nespokojenost, ale rozhodně není řešením problémů.

Abstinent, zvláště pokud je v partě, kde je užívání alkoholu běžné, často podléhá vyvíjenému tlaku (narážky, že je „divnej, když nepije“, že „nesmí trhat partu“). Chce do kolektivu zapadnout, nechce se odlišovat nebo být terčem posměchu a narážek a začne pít.

3.4 Alkohol a postoj společnosti

V roce 1999 jsme dosáhli nejvyšší spotřeby všech dob, a to 9,9 litru 100% alkoholu na jednoho obyvatele (pro destiláty násobit zhruba 2,5, pro víno 10, pro pivo 30).²² Spotřeba 100% alkoholu na jednoho obyvatele byla v roce 1998 zhruba 3x vyšší než v roce 1936.¹⁶

Naše společnost užívání alkoholu toleruje, drogy naopak odsuzuje, přitom alkohol je také drogou. Zneužití alkoholu se ale snáze omluví a často je opilost jedince předmětem

zábavy kolektivu nebo dokonce obdivu. Rodiče opilost svých mladistvých dětí např. po návratu z diskoték omluví s upozorněním, že se „to“ už nebude opakovat, ve skutečnosti jsou mnohdy radši, že je jejich dítě „předávkované“ alkoholem, než kdyby bylo předávkované kokainem či heroinem. Zákonná omezení týkající se alkoholu se u nás důrazně nedodržují.

Celkově je alkohol snadno dostupný, ve srovnání s nealkoholickými nápoji i levný (pivo, víno, některé destiláty), což vede nejen mezi mladými k jeho upřednostnění.

Mladí lidé jsou ovlivněni televizí nebo kinem, také tisk, reklama, některá literatura, rozhlas nebo billboardy a výkladní skříně ukazují pití alkoholu jako zcela samozřejmé. Nikde už se ale neobjeví důrazné varování před zdravotními důsledky, kam patří alkoholové poškození jater, srdce, nemoci trávicí trubice, poruchy látkové výměny, nemoci ledvin, poškození funkcí mozečku, narušení zraku a reakce na podněty.

K zamezení všeobecného nadměrného užívání alkoholických nápojů je třeba snížit jeho spotřebu a dostupnost (omezení prodeje, vyšší cena), změnit postoje společnosti a vytvořit opatření, která nebudou jen slovy na papíře, ale která se budou důsledně dodržovat. Jedním z problémů (či výhod?) alkoholu je, že se jeho ničivé důsledky na náš organismus neprojevují hned, ale až za několik let a řada lidí si pak skrytá nebezpečí nepřipouští.

3.5 Alkohol v našem těle

Charakteristické pro alkohol je to, že se rychle vstřebává z trávicího ústrojí rychle se distribuuje do organismu, zejména do tělesných tekutin. Při vyšších koncentracích etanolu v krvi (nad 2 promile) jsou tlumeny nitrobuněčné dýchací pochody v játrech, mozku a v srdečním svaly. Narušuje se přeměna sacharidů, bílkovin a tuků, dochází k narušení komplexních funkcí nervstva, především schopnosti učení, zapamatování, soudnosti, sebekritiky a zábran. Trvání účinku etanolu závisí obvykle na detoxikační funkci jater, jimiž je většina etanolu odbourávána.¹⁰

Alkoholický nápoj nám může občas zpestřit jídelníček (pokud to nevyklučují zdravotní důvody), ale nikdy by neměl sloužit jako prostředek k překonání strachu, úzkosti a trápení. Rozhodující je vždy způsob užívání, míra a stanovené hranice, které by se neměly překračovat.

3.6 Alkohol a úrazy

Neúmyslně způsobená poranění patří k nejdramatičtějším problémům, které alkohol působí, a to i lidem kteří nejsou na alkoholu závislí. Počet úrazů pod vlivem alkoholu za rok 2003 činil plných 39 182, z toho 158 u dětí do 14 let (jen pro srovnání počet úrazů pod vlivem jiné drogy činil ve stejném období 869, z toho u dětí 39). Negativní zkušenosti lékařů

a zdravotníků záchranných služeb s lidmi pod vlivem alkoholu mají jednoznačně vzrůstající tendenci.³³

4 Problematika drog

4.1 Drogy v Evropě a ČR

Největším problémem v Evropě zůstává i nadále marihuana. V uplynulém roce (2005) ji zneužívalo na 30 milionů Evropanů (28,8 milionů lidí v roce 2004). Přibližně 15 procent patnáctiletých studentů v členských státech Evropské unie užilo konopí více než čtyřicetkrát za rok. Mezi země, kde se konopí užívá nejvíce, patří Česká republika, Francie, Irsko, Švýcarsko a Velká Británie.⁴²

Krátce po roce 1989 se o drogy v české populaci projevil velký zájem. Přetrvávalo zneužívání návykových léků, těkavých látek, ale postupně došlo k rozšíření marihuany a hašiše, zejména mezi adolescentní mládeží, která si ji mnohdy sama ilegálně pěstuje. Dalším trendem bylo rozšíření pervitinu, zneužívání LSD (do 80.let se u nás tato droga prakticky nevyskytovala) a nástupu heroinu, přitom se obliba jednotlivých druhů drog během let liší.

4.2 Drogy a společnost

Velké obavy vzbuzuje rozšíření drog mezi středoškoláky a mládeží vůbec. Děti vyrůstají ve světě, který nabízí smíšené zprávy o drogách a alkoholu. Na jedné straně slyší, že zneužívání návykových látek je trestné, že se stává jedním z největších světových problémů, na druhé straně jsou drogy kolem nich stále dostupnější.

Motivy vedoucí k aplikaci drog jsou různé, může sem patřit touha po experimentu, mladí chtějí zkusit něco nového, může je lákat nelegálnost drog nebo se snaží přizpůsobit partě, unikají z tíživého rodinného prostředí. Některé účinky drog mohou dítěti pomoci se uvolnit, zapomenout na momentální problémy, může si najednou připadat důležité. Právě to je ale velmi nebezpečné a následkem jedné zkoušky může vzniknout závislost.

Uživatelé drog často nezůstávají u jedné látky a drogy různě kombinují. Prvním zdrojem drogy bývá nejčastěji známý, přítel, spolužák či partner – méně často je to skutečný dealer - pouliční prodejce drog.

S užíváním drog je spojeno rizikové chování jako krádeže (krádeže doma, v obchodních domech) nebo i prostituce. Vlivem drog se mění přátelé, dochází k narušení vztahů s rodinou a okolím, často ke ztrátě bydlení a životních jistot. Celý život se začne točit jen kolem drogy a všechno ostatní nemá smysl.

Záludností drogy je, že si lidé myslí, že dokážou kdykoli přestat. Společným rizikem drog podávaných injekčně je možnost těžké otravy, zanesení infekce do těla, přenos žloutenky, AIDS i dalších nemocí.

4.3 Přehled vybraných druhů drog

4.3.1 Produkty konopí (marihuana, hašiš)

Jsou pravděpodobně nejčastěji užívanou nelegální drogou. Od marihuany se obvykle očekává, že přinese okamžiky euforie, bezdůvodný smích a radost. Při dlouhodobém užívání se objevuje nesoustředěnost, poruchy paměti, onemocnění dýchacího ústrojí a rakoviny plic, omezení plodnosti, snížená imunita. Marihuana (hašiš) se nejčastěji kouří ve formě cigaret, je možné ji užít i do jídla a nápojů.

4.3.2 Inhaláty (toluen, benzín...)

Mimo toluen patří mezi inhaláty také éter, chloroform, benzín, aceton a další. Výhoda je v jejich dostupnosti a ceně. Čichači látky vdechují z napuštěné látky, igelitového pytlíku či přímo z lahve. Inhaláty způsobují závratě, neschopnost tělesné koordinace, narušení sliznic a dýchacího aparátu, možná jsou poškození mozku a srdečního svalu, poruchy jaterní činnosti a celková degradace organismu.

4.3.3 Halucinogeny

Halucinogeny zahrnují rozsáhlou skupinu drog: bufotenin (ropuší jed), psilocybin (lysohlávka), mezkalin (látka obsažená v kaktusu Lophophora Williamsi), dále látky synteticky připravené: LSD-25 (diethylamid kyseliny d-lyserové), Extáze (Adam, MDMA), DOM (dimethoxymethylamfetamin), a mnoho dalších. Vyvolávají psychózy, vyskytují se smyslové přeludy, poruchy myšlení, euforie, deprese, úzkost. Objevuje se „flashback“, tzn. že fantazijní vize a pocit účinku látky se může neočekávaně vrátit i v době „střízlivosti“.

4.3.4 Opiáty

Opiáty neboli narkotika jsou drogy, které utišují bolesti, vyvolávají labilitu nálad, třes, nespavost, dotýčný špatně vypadá, má špatnou výživu. Jsou silně návykové. Řadíme sem opium, deriváty opia, heroin, morfin, codein, braun, metadon.

Heroinismus se pokládá za nejtěžší toxikomanii. Závislost vzniká rychle a je velmi silná, abstinenční příznaky bývají těžké a nepříjemné, velmi vysoké je riziko předávkování.

4.3.5 Stimulační drogy

Stimulační drogy uvolňují lehkou depresi a zvyšují aktivitu a energii. Patří sem kofein, kokain, pervitin, extáze, efedrin, katin, crack, amfetamin, metamfetamin (speed), řada léků.

Pervitin (perník, péčko, peří, piko) vyvolává silnou psychickou závislost. Drogu lze šňupat, kouřit nebo užívat nitrožilně. Kokain (koks, sníh, pudr, cukr) je podstatně dražší než pervitin, a proto u nás není tak rozšířen. Při vysokých dávkách se může objevit úzkost, pocit svědění kůže se vykládá buď existencí "zvírátek", nebo "krystalů" v kůži.

4.4 Drogy a prevence

Od poloviny devadesátých let se vynořily stovky programů týkajících se drog, které se pokouší ovlivnit žáky, předat jim informace o rizicích vyplývajících z jejich užívání. K tomu využívají znalostí odborníků, využívají se filmy, brožury, prospekty či přímo návštěvy bývalých toxikomanů, se kterými mohou děti i diskutovat.

Nevládní organizace mohou fungovat jako velice účinný nástroj drogové léčby a prevence, v žádném případě však nemohou suplovat zastřešující úlohu státu.¹⁵ Jedním z nevládních preventivních programů je například FIT IN, který vznikl v roce 1990 a nabízí preventivní aktivity zejména dětem a dospívajícím a těm, kdo za ně zodpovídají, podle jejich zvláštních potřeb. Cílem programu je pozitivní zdraví.

5 Sexuální život

V průběhu lidského vývoje lidské společnosti se postoje k sexualitě měnily (otevřená sexualita primitivních národů, celibát, tolerantní přístup). Jednotlivé formy se z generace na generaci předávají rodinnou výchovou, postoje člověka ovlivňuje měnící se společenské prostředí a každého jedince pak jeho vlastní psychosexuální vývoj (uvědomuje si vlastní sexuální orientaci, stanovuje morální postoje apod.).

Rozvoj antikoncepčních metod (gumový kondom byl poprvé představen roku 1876 ve Filadelfii, počátkem 60. let se objevila hormonální antikoncepce) umožnil lidem ovlivnit vlastní sexuální život a reprodukci.

V dnešní době má většina mladých díky informacím ze škol, rodiny, sdělovacích prostředků, ale stále především od svých vrstevníků, představu o antikoncepčních metodách i o sexuálním chování a jeho rizicích (nechtěné těhotenství, přenos HIV). Mezi nejspolehlivější ochranu (kromě možnosti nemít pohlavní styk) patří kondom, u stálých partnerů potom hormonální antikoncepce, kterou by měla žena používat, stejně jako ostatní druhy antikoncepce, až po konzultaci s lékařem.

Masturbace je nejčastější formou sexuálního ukojení v pubertě. Do dvaceti let věku s ní má zkušenosti přibližně 90% mužů a téměř polovina žen.²³ Definice toho, co je normální, je v oblasti sexuality problematická. Normy stanovuje společnost (zákony, tabu incestu, zneužití nezletilých, homosexualita), partneři i jednotlivě každý jedinec sám.

Problematice sexuálního zneužití se věnuje zvýšená pozornost na celém světě. Následkem pohlavního zneužívání může být dlouhodobá, někdy doživotní traumatizace oběti. V roce 1993 4,6% českých mužů a 8,7% českých žen a roku 1998 7,1% mužů a 10,4% žen uvedlo, že bylo ve věku do 15 let sexuálně zneužito dospělou osobou. Tento nárůst je statisticky významný. Pachatelem pohlavního zneužití byl ve většině těchto případů dospělý muž. Zatímco u zneužitých dívek šlo především o příbuzného či známého, u zneužitých chlapců hlavně o osobu cizí.³⁴

III MATERIÁL A METODIKA

1 Co je to dotazník?

1.1 Definice dotazníku

Dotazníky jsou psychodiagnostické metody založené na subjektivní výpovědi vyšetřované osoby o jejích vlastnostech, citech, postojích, názorech, zájmech, způsobu reagování v nejrůznějších situacích atd. Úkolem zkoumané osoby je zatrhnout nebo jiným způsobem označit výpovědi, které podle jejího názoru nejlépe vystihují zkoumaný znak.²⁸

Má-li být dotazníkem získaná odpověď směrodatná, je třeba dávat dotazník v písemné formě pouze dospělým osobám s přiměřenou inteligencí a dětem obvykle až nad deset let. Při sestavování dotazníku je nutno dbát na to, aby byl srozumitelný a neobsahoval sugestivní otázky. Dotazník umožňuje zkoumat i větší počet osob současně, takže v krátké době je možno získat velké množství výpovědí.⁷

1.2 Otázky v dotazníku⁷

Otázky v dotazníku mohou být:

- *uzavřené* – volba mezi dvěma a více možnými odpověďmi, např. ano-ne-nevím
- *otevřené* otázky – kladou málo omezení na odpovědi, mohou ukázat na důležité vztahy
- *škálové* položky – pro posuzování škály (hodnotící stupnice)

Při sestavování dotazníku se doporučuje eliminovat odbornou terminologii a dvojjazyčnost. Jazyk dotazníku má být jednoduchý a přesný.

2 Průběh dotazníkového šetření

Šetření se zúčastnily tyto školy: Gymnázium Litomyšl
 Gymnázium Polička
 Gymnázium Moravská Třebová
 Gymnázium Písnická, Praha
 Gymnázium Budějovická, Praha

Dotazníkové šetření proběhlo v průběhu měsíce května a června 2006 v náhodně vybraných třídách všeobecných gymnázií v Praze a v regionu Svitavska, vždy v prvních a třetích ročnících čtyřletých studijních programů. Aby byly jednotlivé věkové kategorie rovnoměrně zastoupeny, bylo šetření prováděno vždy ve třech třídních kolektivech dané věkové kategorie, tedy v každém regionu tři třídní skupiny v prvním a tři třídní skupiny ve třetím ročníku. Před vyplněním dotazníku byli studenti informováni o účelu šetření, ujištění o anonymitě a poučení ohledně vlastního vyplňování. Měli možnost se kdykoli na cokoli

zeptat. Během vyplňování také ve většině třídách nebyl přítomen učitel.

Z celého šetření bylo z důvodů špatného nebo nedostatečného vyplnění vyřazeno celkem 6 dotazníků. Nakonec bylo do šetření zahrnuto 295 respondentů – z toho 165 dívek a 135 chlapců. V regionu Svitavska se dotazníkového průzkumu účastnilo 150 studentů (85 dívek, 65 chlapců), v Praze 145 studentů (50 dívek, 40 chlapců).

3 Sestavení dotazníku

Vlastní dotazník obsahoval 24 otázek, některé byly ještě větveny do podotázek. Dotazník jsem si vytvořila sama s použitím literatury (například ^{8, 21, 22, 27}), inspirací mi byly některé dotazníkové otázky starších diplomových prací a věcné připomínky a konzultace s RNDr. Blankou Vackovou, CSc.

V připraveném dotazníku byly krom otázek vztahujících se ke kouření, alkoholu nebo drogám také otázky o stravování a některých výživových zvyklostech studentů, otázky zaměřené na sportovní aktivity a jejich oblibu, na čas strávený u televize a počítače. V souboru tří otázek respondenti vyjadřovali své názory na situace týkající se jejich okolí, vztahující se například k ceně alkoholu a tabákových výrobků, dostupnosti návykových látek a možnostem, jak trávit volný čas. Hodnotili také některé vlastnosti svých vrstevníků a vytvořili vlastní žebříček hodnot. Poslední otázka v dotazníku zjišťovala přístup respondentů k jejich sexuálnímu životu, zabývala se otázkou partnerství a hodnocení rizik spojených s vedením aktivního pohlavního života. Dotazník obsahoval i některé sociologické dotazy.

4 Metody zpracování dat

Vyhodnocení dat jsem nejprve provedla ručně (frekvence výskytu), potom jsem využila programu Microsoft Excel pro výpočty (průměr, relativní četnost, absolutní četnost) a pro tvorbu tabulek a grafů. K práci jsem využila také Microsoft Word.

4.1 Statistické pojmy

- Statistický soubor: konečná neprázdná množina M statistického pozorování vlastnosti jevů, které se projevují v rozsáhlém souboru případů (nehodovost...)
- Statistické jednotky: n – prvky statistického souboru
- Statistický znak: x – společná vlastnost prvků statistického souboru
 - kvalitativní (povolání, druh nemoci, pohlaví...)
 - kvantitativní (výška postavy, roční příjem...)
- Četnost: n_j – udává, u kolika jednotek byla určitá hodnota zaznamenána
- Relativní četnost: n_j / n – četnost dělená počtem všech jednotek souboru (často v %)

- Aritmetický průměr: $\bar{x} = \frac{x_1 + x_2 + \dots + x_n}{n}$
- Modus: Mod(x) – hodnota znaku s nejvyšší četností
- Medián Med(x) – prostřední člen mezi uspořádanými hodnotami x_n podle velikosti

Zpracování statistického souboru:

- tabulkou: původních n hodnot můžeme vyjádřit pomocí tabulky, v níž jsou uvedeny jednotlivé zjištěné hodnoty vyšetřované veličiny x_j a odpovídající četnosti n_j , zejména u veličin kvalitativních lépe vypovídá relativní četnost n_j / n hodnoty x_j
- histogram: výsečový diagram (velikosti jednotlivých výsečí jsou úměrné zjištěným četnostem), obdélníkový diagram (vhodné zvláště k porovnání několika souborů)
- četnostní polygon: úsečkami spojíme body o souřadnicích $[x_j, n_j]$, umístění jednotlivých bodů je tedy dáno zjištěnými četnostmi

IV VÝSLEDKOVÁ ČÁST

Samotná výsledková část se zabývá řešením pracovních hypotéz pomocí zjištěných dat (viz část I, kapitola 4) – jejich potvrzením nebo vyvrácením a vyvozením závěrů.

Hypotézy:

- A. Stravování ve školních jídelnách s rostoucím věkem studentů klesá.
- B. Pražská mládež více sleduje svou tělesnou hmotnost a postavu než mládež svitavského regionu.
- C. Chlapci se sportu věnují mimo školu (povinnou tělesnou výchovu) častěji než dívky stejného věku.
- D. Ve sledovaném souboru mládeže převažuje počet nekuřáků nad kuřáky.
- E. Většina adolescentů, účastnících se šetření, konzumovala alkohol ještě před dovršením osmnácti let, tedy v době, kdy by jim měl být podle zákona nedostupný.
- F. Studenti pražských gymnázií mají větší zkušenosti s drogami než studenti gymnázií na Svitavsku a častěji je také vyzkoušeli.
- G. Většina respondentů si myslí, že „návykové látky, hazardní hry, cigarety a alkohol jsou dětem snadno dostupné, věková omezení prodeje a jejich podávání se důrazně nedodržují“. (viz otázka č. 20 v dotazníku)
- H. Zkušenost s aktivním pohlavním životem s věkem dotazovaných adolescentů stoupá, v Praze je tato tendence výraznější.

A. Stravování ve školních jídelnách s rostoucím věkem studentů klesá.

Stravování												
n = 295	P1D	P3D	rozdíl	S1D	S3D	rozdíl	P1CH	P3CH	rozdíl	S1CH	S3CH	rozdíl
školní jídelna	64%	69%	5%	71%	65%	-6%	69%	66%	-3%	64%	84%	20%
Doma	21%	22%	1%	19%	19%	0%	13%	18%	5%	30%	13%	-17%
Babička	0%	0%	0%	0%	11%	11%	0%	0%	0%	0%	3%	3%
fast food	5%	3%	-2%	0%	0%	0%	6%	11%	5%	0%	0%	0%
Neobědvá	10%	6%	-4%	10%	5%	-5%	13%	5%	-8%	6%	0%	-6%
celkem (100%)	39	36		48	37		32	38		33	32	

U pražských dívek došlo s nárůstem věku k nárůstu návštěvnosti školní jídelny (+ 5%), větší počet dívek se také stravuje doma (+ 1%) a celkově klesl počet neobědvajících dívek o 4%. Klesl také počet dívek obědvajících ve fast foodu (-2%).

Studentky gymnázií svitavského regionu stanovenou hypotézu potvrdily. Ve třetím ročníku zde, oproti prvnímu ročníku, klesá počet dívek stravujících se ve školních jídelnách o 6%. Podobně klesá i počet neobědvajících dívek (-5%). Celkem o 11% vzrostl počet dívek stravujících se u babičky.

U chlapců v Praze také dochází k poklesu návštěvnosti školní jídelny (-3%) a počet neobědvajících klesá o 8%, což je příznivé. Vzdůstá procento chlapců, stravujících se doma (+5%), stejně tak ale bohužel stoupá procento chlapců navštěvujících fast food (+5%).

U chlapců na Svitavsku vidíme změnu priorit v místě stravování. Ve třetím ročníku navštěvuje školní jídelnu o 20% chlapců více, téměř stejné procento chlapců (17%) se ale přestává stravovat doma. Více chlapců se stravuje u babičky (+3%). Příznivě klesá také počet neobědvajících (-6%)

ZÁVĚR:

Tendence k poklesu návštěvnosti školních jídelen s rostoucím věkem se nepotvrdila jednotně u všech pozorovaných skupin.

Stravování				
n = 295	rozdíl PD	rozdíl PCH	rozdíl SD	rozdíl SCH
školní jídelna	5%	-3%	-6%	20%
doma	1%	5%	0%	-17%
babička	0%	0%	11%	3%
fast food	-2%	5%	0%	0%
neobědvá	-4%	-8%	-5%	-6%
celkem (100%)	75	70	85	65

Výsledky poukazují na intersexuální rozdíly, kdy pokles návštěvnosti školní jídelny u dívek pozorujeme na Svitavsku (v Praze návštěvnost dokonce stoupá), zatímco u chlapců je tomu naopak - pokles je vidět v Praze, na Svitavsku návštěvnost školní jídelny stoupá (o 20%!). Z tabulek také vyplývá, že stravování u babičky je vesměs rozšířeno mezi dívkami a chlapci na Svitavsku, a to poměrně významně. V Praze je procento studentů, obědvajících touto formou, nulové.

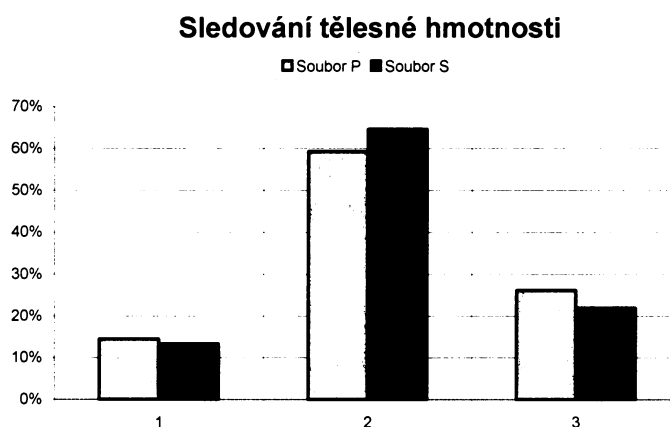
B. Pražská mládež více sleduje svou tělesnou hmotnost a postavu než mládež svitavského regionu.

Sledování tělesné hmotnosti							
n = 295		PD	SD	PCH	SCH	Celek P	Celek S
1	jakmile něco přeberu, držím dietu, abych rychle shodil(a)	12%	14%	17%	12%	14%	13%
2	pouze pro orientační přehled, nedržím žádné diety	69%	72%	49%	55%	59%	65%
3	nesleduji svou hmotnost, jsem se sebou spokojena	19%	14%	34%	33%	26%	22%
celkem		75	85	70	65	145	150

Dívky ze svitavského regionu jsou méně spokojené se svou váhou, častěji svou hmotnost kontrolují a podstupují diety než dívky v Praze (viz tabulka výše). Přesto většina dívek sleduje svou tělesnou hmotnost pouze pro orientační přehled a žádné diety nedrží. (Praha 69%, Svitavsko 72%).

Přibližně třetina všech chlapců (P:34%, S:33%) je spokojena se svou váhou, mezi pozorovanými územními oblastmi nejsou významné rozdíly. Dále jen asi šestina celkového počtu chlapců (P: 17%, S: 12%) drží diety a kontroluje kolísání své hmotnosti. Zhruba polovina chlapců (P: 49%, S: 55%) sleduje svou váhu pouze pro orientační přehled a nedrží žádné diety.

Celkové postoje mládeže ke sledování své hmotnosti bez rozdílu pohlaví, ukazuje následující graf.



ZÁVĚR:

Pokud při celkovém hodnocení otázky sledování tělesné hmotnosti nezanedbáme pohlaví, pak je podle získaných hodnot (viz tabulka výše) vidět, že větší procento (asi třetina) chlapců je spokojeno se svou váhou, a to v obou sledovaných územních oblastech, oproti dívkám, které jsou nespokojeny průměrně v 16,5% případů (P: 19%, S: 12%). Průměrně

70,5% všech dívek (P: 69%, S:72%) sleduje svou hmotnost pouze orientačně a nedrží žádné diety. U chlapců je to asi polovina – 52% (P: 49%, S: 55%).

Jestliže v celkovém hodnocení dané otázky zanedbáme vliv pohlaví a soustředíme se na oblastní rozdíly (Praha, region Svitavsko), získáme údaje, které jsou uvedeny v posledních dvou sloupcích tabulky výše. Celkově tyto hodnoty znázorňuje i graf v textu.

Z hlediska celkového počtu studentů účastnících se šetření (n = 295) jsou oblastní rozdíly zanedbatelné. Svou hmotnost kontroluje a pomocí diet udržuje 14% pražských studentů a 13% studentů ze svitavského regionu, spokojeno se svou váhou je v Praze 26%, na Svitavsku 22%. Více jak polovina studentů v obou oblastech (P:59%, S:65%) svou tělesnou hmotnost kontroluje pouze orientačně a nedrží žádné diety.

C. Chlapci se sportu věnují mimo školu (povinnou tělesnou výchovu) častěji než dívky stejného věku.

Sportovní aktivita						
n = 295	1D	1CH	rozdíl	3D	3CH	rozdíl
mimo Tv	76%	72%	-4%	74%	80%	6%
pouze při Tv	21%	25%	4%	23%	19%	-4%
nesportují	3%	3%	0%	3%	1%	-2%
celkem (100%)	87	65		73	70	

Při porovnání kolektivů dívek a chlapců bez ohledu na oblast, ze které jsou (Praha, Svitavsko), ale s rozlišením věku (kategorie podle ročníků), jsem šetřením zjistila hodnoty, které souhrnně uvádí tabulka výše.

Z vypočítaných hodnot vyplývá, že v prvním ročníku se sportu mimo povinnou tělesnou výchovu ve škole věnuje o 4% více dívek než chlapců. O 4% více chlapců než dívek srovnatelné věkové kategorie se sportování věnuje jen v rámci tělesné výchovy. Nejsou rozdíly mezi sportující mládeží v Praze a na Svitavsku.

Ve třetím ročníku se stanovená hypotéza potvrdila. O 6% více chlapců než dívek srovnatelného věku se věnuje sportu mimo tělesnou výchovu ve škole, naopak více dívek (o 4%) sportuje jen v rámci Tv a o 2% více dívek nesportuje vůbec.

V rámci této otázky jsem se také zajímala o typ sportovní aktivity, zda se studenti sportující mimo Tv věnují dalším sportovním aktivitám závodně, či rekreačně. Výsledné hodnoty uvádí následující tabulka.

Sportovní aktivita								
n = 223	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
závodně	25%	13%	30%	42%	29%	21%	31%	32%
rekreačně	75%	87%	70%	58%	71%	79%	69%	68%
celkem (100%)	32	30	27	38	42	29	29	41

Z uvedených údajů vyplývá, že se většina respondentů věnuje sportu rekreačně. Procento „závodníků“ však není zanedbatelné, zejména u chlapců, a to jak v Praze, tak na Svitavsku (P1CH: 30%, P3CH 42%, S1CH: 31%, S3CH: 32%).

Pro další pozorování jsem vzala v úvahu jen rozdíly dané pohlavím a následně věkové rozdíly. Tak jsem dostala následující hodnoty:

Sportovní aktivita									
n = 223	1D	1CH	rozdíl (CH-D)	3D	3CH	rozdíl (CH-D)	Celkem 1.ročník	Celkem 3. ročník	rozdíl (CH-D)
závodně	27%	30%	3%	17%	37%	20%	28%	28%	0%
rekreačně	73%	70%	-3%	83%	63%	-20%	72%	72%	0%
celkem	74	56		59	79		130	138	

Z nich vyplývá, že se závodně sportu věnuje více chlapců než dívek, a to v prvním ročníku o 3% více, ve třetím ročníku je rozdíl mnohem větší (20%). Naopak dívky sportují hlavně rekreačně.

ZÁVĚR:

Tato hypotéza, řešící zda se chlapci sportu věnují mimo povinnou tělesnou výchovu častěji než dívky stejného věku, se u prvního ročníku sledovaných studentů nepotvrdila (naopak mimo Tv sportuje o 4% více dívek než chlapců). Ve třetích ročnících už hypotéza platí, chlapců sportujících mimo Tv je o 6% více než dívek. Přehledně ukazuje zjištěné údaje první tabulka.

Dále z výzkumu vyplynulo, že se závodně sportu věnuje více chlapců než dívek, a to v obou věkových kategoriích (v prvním ročníku o 3% více, ve třetím pak o celých 20% více). Tyto hodnoty jsou ale pouze orientační, protože u dané otázky v dotazníku (otázka č. 6) volili studenti často obě možnosti, tedy uváděli pěstování sportu jak ve formě závodní, tak rekreační. Tím mohou být celkové výsledky zkresleny.

D. Ve sledovaném souboru mládeže převažuje počet nekuřáků nad kuřáky.

K tématu kouření se v dotazníku vztahují čtyři otázky. Pro důkaz této hypotézy jsem využila následující tabulku:

Kouření studentů v současnosti										
n = 295	Praha				Svitavsko				Celkem	
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH	kuřáci /	nekuřáci
ano, příležitostně	10%	19%	15%	5%	8%	11%	12%	19%	12%	
ano, častěji	18%	28%	13%	19%	11%	16%	15%	25%	18%	30%
Ne	72%	53%	72%	76%	81%	73%	73%	56%	70%	70%
celkem (100%)	39	36	32	38	48	37	33	32	295	295

V ní jsou uvedeny jednak počty kuřáků (ať už těch příležitostných nebo těch, co kouří častěji), jednak počty nekuřáků. Již při porovnání jednotlivých oblastí (Praha Svitavsko), ale také pohlaví a věku je zřetelně vidět převaha nekuřáků (průměrně 70%).

Následující tabulka uvádí počet vykouřených cigaret a náročnost na finance kuřáků .

Počet vykouřených cigaret a peněz za ně utracených za týden									
	Praha				Svitavsko				
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH	
do 20 cigaret (do 60 Kč / týden)	29%	40%	0%	29%	40%	33%	20%	38%	
20-40 (do 120 Kč / týden)	29%	40%	75%	13%	40%	17%	20%	50%	
40-60 (do 200 Kč / týden)	29%	10%	25%	29%	20%	0%	60%	12%	
Nad 60 (nad 200 Kč / týden)	13%	10%	0%	29%	0%	50%	0%	0%	
celkem (100% = 52)	7	10	4	7	5	6	5	8	

Hodnoty vypovídají o vyšší spotřebě cigaret v regionu Svitavska (červeně vyznačené jsou hodnoty $\geq 50\%$), a to zejména u chlapců, kde jich z celkového počtu kuřáků v prvním ročníku kouří týdně 40-60 cigaret 60% (tj. 3 z 5 kuřáků), ve třetím ročníku pak kouří 20-40 cigaret 50% (tj. 4 z 8). Překvapivá je spotřeba dívek – kuřáček, kdy ve třetím ročníku na Svitavsku vykouří týdně nad 60 cigaret 50% z nich (tj. 3 ze 6 kuřáček). V Praze je obecně spotřeba menší, nejvyšší hodnoty se nacházejí u první a druhé možnosti. 75% pražských chlapců v prvním ročníku (tedy 3 ze 4) vykouří týdně 20-40 cigaret.

ZÁVĚR:

Ve sledovaném souboru převažuje počet nekuřáků nad kuřáky (průměrně je to 70% nekuřáků ke 30% kuřáků), i když celkově vzato je i vlastní počet kuřáků vysoký. Z celého počtu studentů účastnících se šetření (295) je to 89 studentů.

E. Většina adolescentů, účastníků se šetření, konzumovala alkohol ještě před dovršením osmnácti let, tedy v době, kdy by jim měl být podle zákona nedostupný.

Pro důkaz této hypotézy uvádím několik tabulek a grafů, které jasně dokazují, že je pravdivá.

Pil(a) jsi už někdy alkohol?								
	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
Ano	97%	100%	100%	97%	98%	100%	100%	100%
Ne	3%	0%	0%	3%	2%	0%	0%	0%
celkem (100%)	39	36	32	38	48	37	33	32

V pěti skupinách z osmi (rozdělení podle pohlaví, věku a oblasti) všichni studenti (=100%) uvedli, že již pili alkohol. Vysoká procenta jsou však i ve zbylých kategoriích (průměrně 97%). Téměř jednohlasné odpovědi ve prospěch zkušenosti s pitím alkoholu jsou z hlediska konfrontace se zákonem zarážející (věková hranice pro podávání alkoholických nápojů je stanovena na 18 let). Věk při první konzumaci alkoholu uvádí následující tabulka, kde jsou zeleně označeny věky, kdy poprvé ochutnala alkohol největší skupina studentů.

Věk při první konzumaci alkoholu												
Věk	Praha				Svitavsko				Celkem PD	Celkem SD	Celkem PCH	Celkem SCH
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH				
6	3%	11%	16%	3%	6%	0%	9%	13%	7%	4%	9%	11%
7	3%	3%	10%	3%	4%	0%	6%	6%	3%	2%	6%	6%
8	11%	6%	3%	5%	4%	5%	9%	9%	8%	5%	4%	9%
9	0%	0%	0%	5%	9%	0%	0%	3%	0%	5%	3%	2%
10	18%	8%	16%	18%	21%	27%	27%	19%	14%	24%	17%	23%
11	8%	6%	3%	8%	0%	11%	6%	0%	7%	5%	6%	3%
12	11%	25%	10%	16%	13%	14%	15%	22%	18%	13%	13%	18%
13	16%	8%	13%	5%	15%	16%	6%	3%	12%	15%	9%	5%
14	13%	6%	26%	13%	17%	5%	6%	16%	9%	12%	19%	11%
15	13%	14%	3%	8%	4%	14%	3%	9%	14%	8%	6%	6%
16	0%	0%	0%	13%	0%	3%	6%	0%	0%	1%	7%	3%
Nevím	5%	14%	0%	3%	6%	5%	6%	0%	9%	6%	1%	3%
celkem (100%)	38	36	31	38	47	37	33	32	74	84	69	65

Jak vyplývá z tabulky, věk při první konzumaci alkoholu se pohybuje v intervalu 10 – 14 let. Následující přehled pak ukazuje, že většina sledovaných studentů (průměrně 68%) získala první alkohol od někoho z rodiny, na druhém místě stojí jako zdroj alkoholu kamarádi (průměrně 22%). Překvapivé je zjištění, že řada respondentů (průměrně 8%) si první alkohol sama koupila, což vzhledem k uvedeným věkům první konzumace znamená, že ani při nákupu jim ještě nebylo 18 let, tedy že ani prodejci alkoholických nápojů nedodrží

důsledně zákon. U možnosti „jinak“ uváděli studenti nejčastěji krádež alkoholu, nebo tajné pití zásob alkoholu rodičů a dalších příbuzných.

Zisk prvního alkoholu					
		kamarádi	rodina	koupil	jinak
Praha	1. roč. D	29%	58%	11%	3%
	3. roč. D	8%	81%	6%	6%
	1. roč. CH	31%	56%	13%	0%
	3. roč. CH	11%	65%	19%	5%
Svitavsko	1. roč. D	17%	79%	2%	2%
	3. roč. D	16%	78%	5%	0%
	1. roč. CH	30%	67%	3%	0%
	3. roč. CH	34%	59%	6%	0%

Většina dotazovaných studentů (viz následující tabulka) pije alkohol i v současnosti.

Pití alkoholu v současnosti								
	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
ano, příležitostně	36%	25%	50%	34%	31%	41%	24%	19%
ano, častěji	59%	75%	44%	58%	69%	59%	76%	78%
Ne	5%	0%	6%	8%	0%	0%	0%	3%
celkem (100% = 295)	39	36	32	38	48	37	33	32

Průměrně 75% studentů v Praze a 71% studentů v regionu Svitavska pijících alkohol častěji, se vícekrát opilo. Jednou se opilo průměrně 21% studentů (P: 20,5%, S: 21,5%). Pouze průměrně 6,5% studentů se neopilo nikdy (P: 5%, S: 8%).

Opilost								
	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
ano, jednou	22%	26%	29%	5%	48%	14%	12%	12%
ano, vícekrát	70%	70%	64%	95%	36%	82%	80%	84%
ne	9%	4%	7%	0%	15%	5%	8%	4%
celkem (100%)	23	27	14	22	33	22	25	25

ZÁVĚR:

Stanovená hypotéza o konzumaci alkoholu před dovršením osmnácti let se jednoznačně potvrdila. Řada studentů (přesné údaje viz tabulky a hodnocení výše) dostala svůj první konzumovaný alkohol od někoho z rodiny. Procenta těch, co si první alkohol sami koupili, poukazují na nedostatečné dodržování zákona o podávání alkoholických nápojů, pokud vezmeme v úvahu věk, kdy většina studentů alkohol poprvé pila. Tím se také potvrdila

myšlenka z literárního přehledu (viz část II, kapitola 3) o celkové toleranci společnosti k problematice „legálních drog“.

Více jak 98% studentů pije alkohol i v současné době, z toho průměrně 33% pije alkohol příležitostně (P: 36,5%, S: 29%) a 65% častěji (P: 59%, S: 71%). Jen necelá 2% studentů v současnosti alkohol nepije. Ze studentů pijících častěji se průměrně 73% opilo častěji, 21% se opilo jednou a pouze 6,5% se neopilo ani jednou (podrobně všechny hodnoty ukazují tabulky výše).

F. Studenti pražských gymnázií mají větší zkušenosti s nelegálními drogami než studenti gymnázií na Svitavsku a častěji je také vyzkoušeli.

Zkušenosti s drogami														
n = 295	Praha				Svitavsko				PD	PCH	SD	SCH	P	S
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH						
viděl(a) jsem užívat drogy někoho jiného	31%	31%	25%	21%	35%	38%	30%	31%	31%	23%	36%	31%	27%	34%
ano, osobně, sám jsem si drogu vyzkoušel(a)	36%	44%	53%	47%	19%	27%	39%	38%	40%	50%	22%	38%	45%	29%
ne	33%	25%	22%	32%	46%	35%	30%	31%	29%	27%	41%	31%	28%	37%
celkem (100%)	39	36	32	38	48	37	33	32	75	70	85	65	145	150

Celkem vyzkoušelo nějakou drogu 109 studentů, z toho v Praze 65, což je o 21 více než na Svitavsku. Studenti pražských gymnázií mají ve 45% osobní zkušenosti s drogou, což je o 16% více než u studentů gymnázií svitavského regionu, kde drogy zkusilo 29% studentů. Ve svitavském regionu se naopak o 7% více studentů nesetkalo s drogou osobně, ale vidělo je užívat někoho jiného (P: 27%, S: 34%). Také zde o 9% více jedinců drogu nevyzkoušelo vůbec (P:28%, S: 37%).

Drogy...														
n = 109	Praha				Svitavsko				PD	PCH	SD	SCH	P	S
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH						
jsem vyzkoušel(a) jen jednou	29%	19%	18%	11%	33%	60%	46%	33%	23%	14%	47%	40%	18%	43%
jsem vyzkoušela víckrát	71%	81%	82%	89%	67%	40%	54%	67%	77%	86%	53%	60%	82%	57%
celkem (100%)	14	16	17	18	9	10	13	12	30	35	19	25	65	44

Průměrně 70% ze všech jedinců, uvedlo, že drogu zneužili víckrát (P:82%, což je o čtvrtinu více než u studentů svitavského regionu). Zbýlých 30% jedinců, kteří někdy drogu vyzkoušeli, s ní experimentovalo jen jednou (P:18%, S:43%).

První droga														
n = 109	Praha				Svitavsko				PD	PCH	SD	SCH	P	S
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH						
marihuana	86%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	92%	93%	100%	100%	96%	97%	98%
Hašiš	7%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	8%	3%	0%	0%	4%	2%	2%
Extáze	7%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	3%	0%	0%	0%	2%	0%
celkem (100%)	14	16	17	18	9	10	13	12	30	35	19	25	65	44

Absolutní většina sledované mládeže (98%) jako první vyzkoušela marihuanu, u průměrně 2% studentů má prvenství hašiš a extáze. Chtěla bych zde ještě upozornit na výsledky šetření u otázky č. 16, která se také částečně týká drogové problematiky. Všechny zmíněné tabulky jsou uvedeny v části VII Přílohy, na tomto místě je pro jejich rozsáhlost neuvádím.

ZÁVĚR:

Hypotéza se průzkumem potvrdila, podrobné hodnoty uvádí tabulky výše.

Celkem 67% adolescentů, účastnících se průzkumu, přišlo ve svém životě do styku drogu (vidělo ji někoho užívat, nebo s ní měli osobní zkušenost). Přibližně 33% všech studentů se s drogu osobně nesetkalo.

Celkem vyzkoušelo nějakou drogu 109 studentů, z toho v Praze 65 a ve svitavském regionu 44. Osobní zkušenosti pražské mládeže s nelegálními drogami jsou větší než na Svitavsku (P: 45%, S: 29%). U obou sledovaných souborů převažuje opakované zneužití drogy s převahou v Praze (P:82%, S:57%).

Jasně prvenství má při prvním zneužití marihuana (průměr P: 97%, S:98%), potom hašiš (P:2%, S:2%) a extáze (P:2%, S:0%). Z výsledků zmíněné otázky č. 16 plyne větší zkušenost pražské mládeže i s dalšími druhy drog jako pervitin, efedrin či amfetamin, LSD, opiáty, těkavé látky nebo kokain. Oproti marihuaně je četnost nízká. Jedinci také nejčastěji volili v souvislosti s těmito drogami poslední možnost v tabulce, tedy „ne v posledních dnech, ale dřív“.

G. Většina respondentů si myslí, že „návykové látky, hazardní hry, cigarety a alkohol jsou dětem snadno dostupné, věková omezení prodeje a jejich podávání se důrazně nedodrží“. (viz otázka č. 20 v dotazníku)

V části VII Přílohy bakalářské práce je uvedena tabulka vztahující se souhrnně k otázkám č. 20 a 21 (tabulka č. 46). V těchto otázkách byla vždy uvedena věta, která se vztahovala k problematice drog a návykových látek, volnému času nebo například k názorům na vrstevníky, jejich postoje a chování. Úkolem studentů pak bylo u každého výroku označit buď P (=platí), a to v případě, že s výrokem souhlasili, nebo N (=neplatí), pokud s ním nesouhlasili.

Výroky								
návykové látky, hazardní hry, cigarety a alkohol jsou dětem snadno dostupné, věková omezení prodeje a jejich podávání se důrazně nedodrží	P1D		P3D		P1CH		P3CH	
	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí
	100%	0%	94%	6%	97%	3%	92%	8%
	S1D		S3D		S1CH		S3CH	
Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	
90%	10%	92%	8%	97%	3%	100%	0%	

ZÁVĚR:

Průměrně 95% všech studentů s uvedeným výrokem souhlasí, tedy si myslí, že uvedené látky jsou dětem snadno dostupné a ve společnosti existuje jejich značná tolerance včetně toho, že zákazy jejich konzumace nebo zneužití se důsledně netrestají.

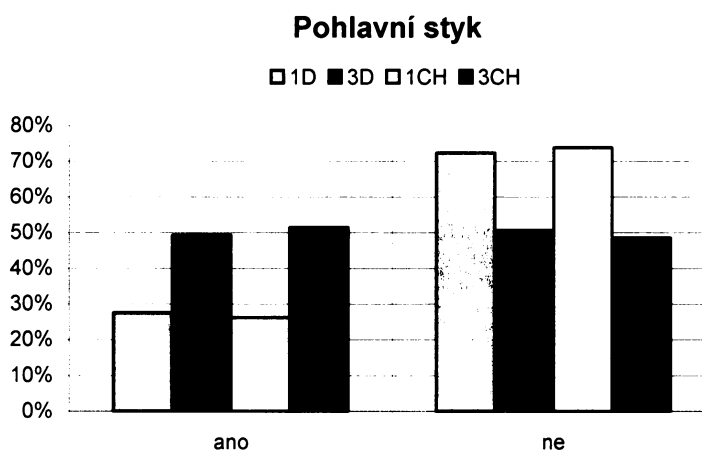
Alarmující je procento všech souhlasících, které částečně odráží postoje celé společnosti. Přitom nejen v oblasti konzumace alkoholu a kouření by mělo dojít k omezením, zejména vztahujících se na děti a mládež. Měl by se změnit i celkový postoj k nelegálním drogám a případné porušení stanovených pravidel by se mělo důsledně trestat podle daných měřítek. Nejen samotné návykové látky, ale také právě i „legální drogy“ jako alkohol a tabák mají negativní dopad na naše zdraví, i způsob života.

H. Zkušenost s aktivním pohlavním životem s věkem dotazovaných adolescentů stoupá, v Praze je tato tendence výraznější.

Pohlavní styk																
n = 295	Praha						Svitavsko						1D	3D	1CH	3CH
	P1D	P3D	rozdíl	P1CH	P3CH	rozdíl	S1D	S3D	rozdíl	S1CH	S3CH	rozdíl				
ano	38%	44%	6%	34%	58%	24%	19%	54%	35%	18%	44%	26%	28%	49%	26%	51%
ne	62%	56%		66%	42%		81%	46%		82%	56%		72%	51%	74%	49%
celkem (100%)	39	36		32	38		48	37		33	32		87	73	65	70

Z celkového počtu 295 adolescentů již 39% mělo pohlavní styk, 61% dosud ne. Poměry v jednotlivých ročnících podle pohlaví i oblasti (Praha, Svitavsko), uvádí tabulka výše. Jestliže v celkovém hodnocení zanedbáme oblastní rozdíly, pak platí, že se stoupajícím věkem přibývá i zkušenost s pohlavním stykem. U dívek jde o nárůst o 21%, u chlapců pak o čtvrtinu, tedy 25%.

Tento výrazný nárůst v rámci věkové kategorie ukazuje i následující graf.



ZÁVĚR:

Zkoumaná hypotéza se potvrdila, a to jak v rámci jednotlivých oblastí, tak v rámci věkových kategorií. Celkově se stoupajícím věkem a zanedbáním obou regionů (Praha, Svitavsko) došlo u sledovaných adolescentů podle předpokladu k nárůstu zkušeností s pohlavním stykem, a to u dívek o 21%, u chlapců je vzrůst výraznější – o 25%. I bez zanedbání obou oblastí se u všech kategorií (PD, PCH, SD, SCH) projevil nárůst.

Druhá část hypotézy se nepotvrdila, tedy u studentů gymnázií na Svitavsku pozorujeme výraznější tendenci v nárůstu zkušeností s pohlavním stykem. V Praze dochází u dívek k nárůstu o 6%, u chlapců však téměř o čtvrtinu (24%). Na Svitavsku je u dívek nárůst nejvyšší (35%), u chlapců je 26%.

V ZÁVĚR

- Většina školní mládeže se stravuje ve školních jídelnách (průměr P: 67%, S: 71%). Téměř jedna pětina všech studentů obědvá doma (P: 19%, S: 20%). Na Svitavsku 7% studentů obědvá u babičky, v Praze nikdo (0%). Naopak na Svitavsku se mládež nestravuje v době oběda ve fast foodech, v Praze touto formou obědvá přibližně 6% jedinců.
- Průměrně jen 2% studentů nekonzumuje vůbec mléčné výrobky. U pražských dívek v prvním ročníku převažuje pravidelná konzumace mléčných výrobků (41%), přitom nepreferují speciálně jen ty nízkotučné. Ve třetím ročníku stejné oblasti jí mléčné výrobky 44% dívek více jak 3x týdně, stejnou možnost volilo také nejvíce dívek v prvním ročníku svitavského regionu (38%). Ve třetím ročníku na Svitavsku jí 41% dívek jakékoli mléčné výrobky pravidelně. Největší počet chlapců v obou regionech konzumuje mléčné výrobky více jak 3x týdně (P: 41%, S: 45%), ve třetích ročnících soubory chlapců shodně uvedly, že mléčné výrobky konzumují pravidelně, a to bez rozlišení nízkotučných a ostatních (P: 41%, S: 38%).
- Zastoupení jednotlivých potravin v jídelníčku se významně neliší v jednotlivých oblastech (Praha, Svitavsko), ročnících ani podle pohlaví, u žádné složky jídelníčku nepřevažuje způsob konzumace „vůbec ne“. Podrobné tabulky všech kategorií jsou uvedeny v části VII Přílohy.

V Praze souhrnně obsahuje jídelníček denně chléb a bílé pečivo, maso, zeleninu, ovoce a rostlinný tuk, aspoň jednou týdně mají celozrnné pečivo, uzeniny a sladkosti, aspoň jednou za měsíc pak ryby, luštěniny, chipsy, tyčky nebo si něco koupí ve stáncích. Dívky konzumují vejce aspoň jednou za týden, chlapci aspoň jednou měsíčně.

Na Svitavsku jsou jednotlivé složky jídelníčku podle četnosti zastoupeny podobně jako v Praze. Převažuje denní konzumace chleba a bílého pečiva, zeleniny, ovoce a rostlinného tuku, aspoň jednou týdně mají celozrnné pečivo, uzeniny, vejce, sladkosti nebo stravu ve stánku, aspoň jednou za měsíc potom ryby, luštěniny, chipsy a tyčky. Maso jí denně více chlapci, aspoň jednou týdně pak dívky.

- Přibližně 6% všech zúčastněných adolescentů vypije denně méně než 1 litr tekutin (18 dívek a 2 chlapci), polovina (51%) pak denně vypije 1-2 litry (104 dívek, 48 chlapců), více jak třetina (34%) má denní spotřebu tekutin 2-3 litry (32 dívek, 64 chlapců) a více jak 3 litry vypije denně asi 10% všech studentů (6 dívek a 21 chlapců). Z uvedených čísel je patrné, že celkově dívky pijí méně než chlapci.
- Svou hmotnost kontroluje a pomocí diet udržuje 15% pražských studentů (12 dívek, 17% chlapců) a 13% studentů ze svitavského regionu (14% dívek, 12% chlapců), spokojeno se svou váhou je v Praze 26% (19% dívek, 24% chlapců), na Svitavsku 22%

(14% dívek, 33% chlapců). Více jak polovina studentů v obou oblastech (P:59% - 69% dívek, 49% chlapců, S:65% - 72% dívek, 55% chlapců) svou tělesnou hmotnost kontroluje pouze orientačně a nedrží žádné diety.

- Sportováním mládeže se podrobně zabývá hypotéza C ve výsledkové části. Přibližně tři čtvrtiny všech studentů sportuje mimo tělesnou výchovu, 22% pouze ve škole a téměř 3% jedinců nesportuje vůbec. V prvním ročníku sportuje mimo školní tělesnou výchovu o 4% více dívek než chlapců, ve třetím ročníku naopak o 6% více chlapců. Závodně se sportu věnuje více chlapců než dívek, a to v obou věkových kategoriích (v prvním ročníku o 3% více, ve třetím pak o celých 20% více).
- Tři nejoblíbenější sporty v jednotlivých zkoumaných kategoriích studentů uvádí přehledně tabulka č. 14 v Příloze. Největší oblibu má u dívek volejbal, lyžování a kolo, u chlapců jednoznačně převládá fotbal.
- Tabulka č. 15 v Příloze uvádí nejčastější aktivity, kterým se adolescenti ve svém volném čase věnují. Dívky tráví nejvíce času s kamarády (Praha i Svitavsko), mezi činnostmi chlapců převažuje sport (Praha) nebo počítač (Svitavsko). Mezi dalšími se často objevuje poslech hudby.
- 24% pražské mládeže má ve sportu plnou podporu rodičů (23% dívky, 24% chlapci), na Svitavsku je to čtvrtina (18% dívek, 31% chlapců). Ve sportu nepodporují své děti průměrně tři čtvrtiny rodičů (P: 77%, S: 76%), což je velmi vysoké číslo. Celkem 135 jedinců uvedlo, že sportují s rodiči, a to třetina pravidelně (P: 27%, S: 33%), přibližně polovina občas (P: 53%, S: 56%) a šestina výjimečně (P: 21%, S: 11%).
- Ve sledovaném souboru převažuje počet nekuřáků nad kuřáky (průměrně je to 70% nekuřáků ke 30% kuřáků), i když celkově vzato je i vlastní počet kuřáků vysoký. Z celého počtu studentů účastnících se šetření (295) je to 89 studentů. V 63% rodin nikdo nekouří, u 37% je někdo z rodiny kuřák.
- Z výsledků šetření vyplývá, že 99% studentů již někdy pilo alkohol, a to nejčastěji ve věku 10-14 let. Většina z nich (68%) dostala svůj první konzumovaný alkohol od rodičů. Procenta těch, co si první alkohol sami koupili, poukazují na nedostatečné dodržování zákona o prodeji a podávání alkoholických nápojů.
Více jak 98% studentů pije alkohol i v současné době, z toho průměrně 33% pije alkohol příležitostně (P: 36,5%, S: 29%) a 65% častěji (P: 59%, S: 71%). Jen necelá 2% studentů v současnosti alkohol nepije. Ze studentů pijících častěji se průměrně 73% opilo častěji, 21% se opilo jednou a pouze 6,5% se neopilo ani jednou.
- Celkem 67% adolescentů, účastnících se průzkumu, přišlo ve svém životě do styku drogou, přibližně 33% všech studentů se s drogou osobně nesešlo. 109 studentů drogu vyzkoušelo (P: 65, S: 44). Osobní zkušenosti pražské mládeže s nelegálními drogami jsou

větší než na Svitavsku (P: 45%, S: 29%). U obou sledovaných souborů převažuje opakované zneužití drogy s převahou v Praze (P:82%, S:57%).

Jasně prvenství má při prvním zneužití marihuana (průměr P: 97%, S:98%), potom hašiš (P:2%, S:2%) a extáze (P:2%, S:0%). Pražská mládež má větší zkušenosti i s dalšími druhy drog jako pervitin, efedrin či amfetamin, LSD, opiáty, těkavé látky nebo kokain.

Téměř polovina všech studentů hodnotí shánění drogy jako snadné (P: 52%, S:43%), jako trochu obtížné pak 37% (P: 29%, 44%) a za velmi obtížné 16% (P: 19%, S:13%).

- Dotazník se zabýval také otázkou trávení času u televize a počítače. 32% mládeže (P: 27%, S: 36%) stráví u počítače průměrně méně než 30 minut denně, 24% pak 30 minut až 1 hodinu denně (P: 27%, S:21%), 1-2 hodiny denně 24% (P: 26%, S: 21%), 2-4 hodiny denně 13% (P:11%, S:15%) a více než 4 hodiny denně stráví u počítače 7,5% jedinců (P: 9%, S: 6%). Televizi sleduje méně než 1 hodinu denně 39% studentů (P i S shodně 39%), 1-2 hodiny denně 39% studentů (P: 34%, S: 44%), 2-4 hodiny denně asi pětina z nich (P: 23%, S: 17%) a více než 4 hodiny denně necelá 3% studentů (P: 4%, S: 0,75%).
- V otázkách 20 a 21 studenti projevovali své názory. Tabulka č. 46 uvádí celkové výsledky šetření.
- Více jak třetina studentů (P: 39%, S: 32%) má jasnou představu o tom, co bude dělat v budoucnosti. Tři pětiny zúčastněných neví přesně, o bude dělat, ale mají jasnou představu o tom, co nechtějí. Celkem u 1,25% jedinců rozhodnou o jejich budoucnosti rodiče a 3% studentů je jejich budoucnost lhostejná.
- Studenti v dotazníku sami sestavovali také žebříček hodnot. Výsledky se významně nelišily v jednotlivých oblastech, ani mezi pohlavími, či v rozdílných ročnících. Přehledně ukazuje výsledky tabulka č. 48 v Příloze. Mezi nejčastěji uváděné životní hodnoty patří rodina, zdraví, přátelství, láska, učení, ale také svoboda, umění, partner, peníze nebo upřímnost.
- Se stoupajícím věkem se zvyšuje zkušenost s pohlavním stykem. U pražských dívek stoupá zkušenost v období mezi 1. a 3. ročníkem o 6%, u chlapců o 24%. Na Svitavsku je u dívek nárůst o více jak třetinu (36%), u chlapců o 26%. Tato čísla také ukazují na výraznější tendenci nárůstu zkušeností ve svitavském regionu.

VI LITERATURA

1. ARTERBURN, S., BURNS, J. *Drogy klepou na dveře*. Nová naděje, Brno 2001. ISBN 80-86077-03-9.
2. DLOUHÁ, R. *Výživa, přehled základní problematiky*. Karolinum – nakladatelství Univerzity Karlovy, Praha 1998. ISBN 80-7184-757-7,
3. DRTINOVÁ, J., KOUKOLÍK, F. *Odlišné dítě*. Nakladatelství Vyšehrad, Praha 1994. ISBN 80-7021-097-4
4. FRAŇKOVÁ, S., ODEHNAL, J., PAŘÍZKOVÁ, J. *Výživa a vývoj osobnosti dítěte*. Agentura Krigl, Praha 2000. ISBN 80-86009-32-7.
5. HAJNÝ, M. *O rodičích, dětech a drogách*. Grada Publishing 2001. ISBN 80-247-135-9.
6. HALOUZKA, A. *Přehled učiva k maturitní zkoušce z matematiky*. Fortuna, Praha 2002. ISBN 80-7168-808-8
7. HOŘEJŠÍ, J. *Zásady správné výživy* [online]. Elektronický magazín MedNet, leden 2001 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.medicina.cz>>
8. KOHOUTEK, R. *Poznávání a utváření osobnosti*. Akademické nakladatelství CERM, Brno 2001. ISBN 80-7204-200-9.
9. KOZÁK, J. T., a kol. *Rizikový faktor kouření*. KPK Praha 1993. ISBN 80-85267-42-X.
10. KVAPILÍK, J., SVOBODOVÁ, A. *Člověk a alkohol*. Avicenum, Praha 1985. ISBN není
11. KRCH, F., D. a kol. *Poruchy příjmu potravy*. Grada Publishing 1999. ISBN 80-7169-627-7.
12. KUNEŠOVÁ, M. *Nadváha a obezita – zdravotní problém nejenom u dospělých* [online]. Tisková konference „Životní styl a obezita 2005 – situace u dětí a dospívajících, květen 2006 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.obesitas.cz>>
13. KVASNIČÁK, J., BACHTÍK, J. *Kouři, aby zapadli do party. Je jim čtrnáct* [online]. Hradecké noviny, srpen 2006 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.dokurte.cz>>
14. MEČÍŘ, J. *Zneužívání alkoholu a nealkoholových drog mládeže*. Avicenum, Praha 1990. ISBN 08-005-90.
15. NOŽINA, M. *Svět drog v Čechách*. Nakladatelství KLP ve spolupráci s nakladatelstvím Livingstone, Praha 1997. ISBN 80-85917-36-X.
16. NEŠPOR, K., *Evropský akční plán o alkoholu v České republice* [online]. Listopad 2000 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web. <<http://www.plbohnice.cz/nespor>>
17. NEŠPOR, K. *Jak překonat problémy s alkoholem*. Sportpropag, Praha 1999.

18. NEŠPOR, K. *Jak se v České republice (ne)dodržuje zákaz podávání alkoholických nápojů nezletilým* [online]. Státní zdravotní ústav, Zpravodaj 46, září 2005 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <[http://www. www.szu.cz](http://www.www.szu.cz)>.
19. NEŠPOR, K., a spolupracovníci. *Příručka pro život ve 21. století* [online]. Duben 2004 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <[http:// www.plbohnice.cz/nespor](http://www.plbohnice.cz/nespor)>
20. NEŠPOR, K.: *Vaše děti a návykové látky*. Nakladatelství Portál, Praha 2001. ISBN 80-7178-515-6.
21. NEŠPOR, K., CSÉMY, L., PROVAZNÍKOVÁ, H. *Dotazník pro dospívající identifikující rizikové oblasti (volně podle R.E. Tartera)*. Státní zdravotní ústav, 1999. ISBN není
22. NEŠPOR, K., PERNICOVÁ, H., CSÉMY, L. *Jak zůstat fit a předejít závislostem. Náměty pro učitele a vychovatele, inspirace pro děti a dospívající*. Nakladatelství Portál, Praha 1999. ISBN 80-7178-299-8.
23. PRAŠKO, J., TROJAN, O. *O milování s důvěrou a láskou*. Grada Publishing, Praha 2001. ISBN 80-247-0063-8.
24. REUYSOVÁ, E., VIEHOFFOVÁ, H. *Jak s dětmi trávit volný čas*. Portál, Praha 2000. ISBN 80-7178-412-5.
25. RYBÁŘOVÁ, E. *Cigareta je droga* [online]. Hospodářské noviny, duben 2006 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.dokurte.cz>>.
26. SLEPIČKOVÁ, I. *Sport a volný čas adolescentů*. Vydala Univerzita Karlova, FTVS, Praha 2001. ISBN 80-86317-13-7.
27. SVOBODA, M. (ed.), KREJČÍŘOVÁ, D., VÁGNEROVÁ, M. *Psychodiagnostika dětí a dospívajících*. Portál, Praha 2001. ISBN 80-7178-545-8.
28. ŠIROKÝ, J. *Děti a alkohol* [online]. Elektronický magazín MedNet, červen 2002 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.medicina.cz>>.
29. ŠIROKÝ, J. *Podvýživa* [online]. Elektronický magazín MedNet, duben 2002, [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.medicina.cz>>.
30. ŠIROKÝ, J. *Sexuální chování u dětí* [online]. Elektronický magazín MedNet, červenec 2002 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.medicina.cz>>.
31. TOURNIER, P. *Osoba a osobnost*. Nakladatelství Návrat domů, Praha 1998. ISBN 80-85495-78-3.
32. VÍT, M. *Česká republika v boji proti obezitě – projekt „Přijmi a vydej“* [online]. Květen 2006 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.mzcr.cz>>.

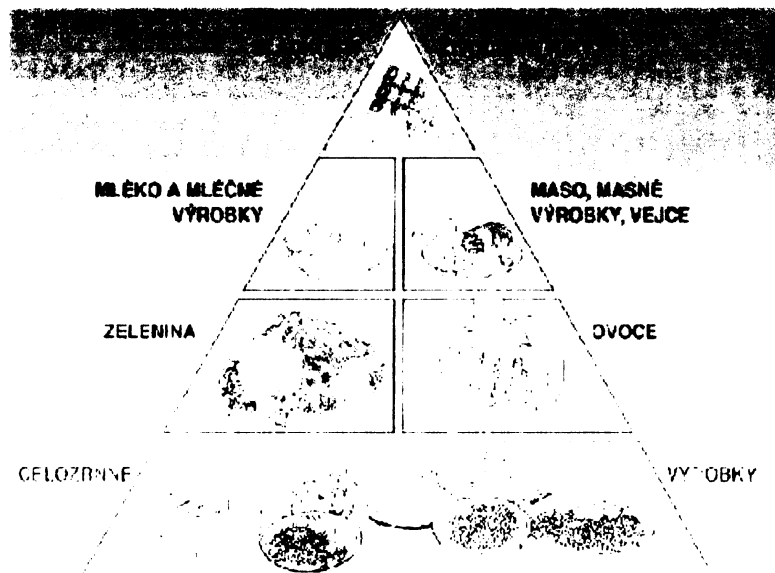
33. WILDOVÁ, O. *Alkohol, neúmyslně způsobená poranění a násilí vůči záchranářům* [online]. Elektronický magazín MedNet, červen 2004 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.medicina.cz>>.
34. WEISS, P., ZVĚŘINA, J. *Sexuální chování v ČR – situace a trendy*. Portál, Praha 2001. ISBN 80-7178-558-X.
35. ZVÁRA, K. *Biostatistika*. Karolinum – nakladatelství Univerzity Karlovy, Praha 1998. ISBN 80-7184-773-9
36. *Informace BESIP o dopravních nehodách pod vlivem alkoholu za rok 2004* [online]. Zář 2005 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.szu.cz>>.
37. *Halucinogeny* [online]. Zpracovalo ICM IDM MŠMT Praha, září 2002 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.msmt.cz>>.
38. *Mládež a drogy 2000* [online]. Zpracovalo ICM IDM MŠMT Praha, červen 2002 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.msmt.cz>>.
39. *Opiáty: Heroin, Morfin, Codein, Braun, Opium, Metadon* [online]. Zpracovalo ICM IDM MŠMT Praha, říjen 2002 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.msmt.cz>>.
40. *Produkty konopí* [online]. Zpracovalo ICM IDM MŠMT Praha, leden 2002 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.msmt.cz>>.
41. *Stimulační drogy* [online]. Zpracovalo ICM IDM MŠMT Praha, září 2002 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.msmt.cz>>.
42. *Výroční zpráva Mezinárodního výboru pro kontrolu drog (INCB) 2006* [online]. UN INFO online, elektronická služba Informačního centra OSN v Praze, Zpravodaj Drogového informačního centra. Státní zdravotní ústav, březen 2006 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.szu.cz>>.
43. *Zdatnost dětí klesá* [online]. Červen 2006 [cit 15.8.206]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.szu.cz>>.

VII SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

P	Praha
S	Svitavsko
PD	Praha – dívky
PCH	Praha – chlapci
SD	Svitavsko – dívky
SCH	Svitavsko – chlapci
P1D	Praha, 1. ročník dívky
P1CH	Praha, 1. ročník chlapci
P3D	Praha, 3. ročník dívky
P3CH	Praha, 3. ročník chlapci
S1D	Svitavsko, 1. ročník dívky
S1CH	Svitavsko, 1. ročník chlapci
S3D	Svitavsko, 3. ročník dívky
S3CH	Svitavsko, 3. ročník chlapci
SY	Region Svítavsko
1D	dívky 1. ročník
1CH	chlapci 1. ročník
3D	dívky 3. ročník
3CH	chlapci 3. ročník
Tv	tělesná výchova

VIII PŘÍLOHY

VÝŽIVOVÁ PYRAMIDA



HOŘEJŠÍ, J. *Zásady správné výživy, výživy* [online]. Elektronický magazín MedNet, leden 2001 [cit 15.8.206].
Dostupné na World Wide Web: <<http://www.medicina.cz>>

DOTAZNÍK

Dotazník je zcela anonymní. Prosím, abyste níže uvedené dotazy vyplňovali pravdivě. Poskytnuté informace poslouží jako podklady pro bakalářskou práci, zadanou na katedře antropologie Přírodovědecké fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Tato katedra také samozřejmě ručí za jejich nezneužití. Za vyplnění dotazníku předem děkujeme.

Jsem : muž / žena

SŠ: 1. ročník / 3. ročník

výška:

váha:

1. Během školního roku obědvám:
 - ve školní jídelně
 - jinde:.....
 - neobědvám
2. Mléko a mléčné výrobky konzumuji:
 - pravidelně (tzn. každý den): a) pouze nízkotučné
b) je mi to jedno
 - méně jak 3x týdně
 - více jak 3x týdně
 - vůbec

3. Jak často jíš tyto potraviny?

Chléb a bílé pečivo	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Celozrnné pečivo	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Maso	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Uzeniny	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Ryby	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Vejsce	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Luštěniny	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Zelenina	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Ovoce	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Sladkosti	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Jídlo zakoupené u stánku (hamburger, Smažený sýr, párek v rohlíku, hranolky...)	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Chipsy, tyčinky apod.	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne
Rostlinný tuk na pečivu (Rama, Flora...)	Denně	Aspoň 1/týd	Aspoň 1/měsíc	Vůbec ne

4. Kolik litrů tekutin denně vypiješ?
 - méně než 1l
 - 1-2 litry
 - 2-3 litry
 - více jak 3 litry
5. Sleduješ pravidelně svou tělesnou hmotnost?
 - určitě, jakmile něco přiberu, držím dietu, abych rychle shodil(a)
 - ano, ale pouze pro orientační přehled, nedržím žádné diety
 - ne, jsem se sebou spokojen(a)
6. V současné době sportuji:
 - pravidelně mimo školní TV, a to:
 - závodně
 - rekreačně
 - pouze ve škole v rámci TV
 - nesportuji

7. Uved' tři nejoblíbenější sporty z následujícího výběru:

<input type="checkbox"/> fotbal	<input type="checkbox"/> basketbal	<input type="checkbox"/> gymnastika	<input type="checkbox"/> hokej
<input type="checkbox"/> bojová umění	<input type="checkbox"/> tenis	<input type="checkbox"/> in-line	<input type="checkbox"/> kolo
<input type="checkbox"/> tanec	<input type="checkbox"/> jezdeckví	<input type="checkbox"/> horolezectví	<input type="checkbox"/> baseball
<input type="checkbox"/> stolní tenis	<input type="checkbox"/> posilování	<input type="checkbox"/> softball	<input type="checkbox"/> atletika
<input type="checkbox"/> běh	<input type="checkbox"/> volejbal	<input type="checkbox"/> florboll	<input type="checkbox"/> lyžování
<input type="checkbox"/> snowboarding	<input type="checkbox"/> plavání	<input type="checkbox"/> házená	<input type="checkbox"/> aerobick

jiný druh(y):

8. Ve volném čase se nejčastěji věnuji těmto činnostem (napiš pořadové číslo od té nejoblíbenější, vyber jich pět):

<input type="checkbox"/> televize	<input type="checkbox"/> počítač	<input type="checkbox"/> poslech hudby
<input type="checkbox"/> kino, divadlo	<input type="checkbox"/> sport	<input type="checkbox"/> příroda
<input type="checkbox"/> četba	<input type="checkbox"/> kamarádi	<input type="checkbox"/> umělecké aktivity
<input type="checkbox"/> hrací automaty	<input type="checkbox"/> sázení, hazard	<input type="checkbox"/> spánek
<input type="checkbox"/> technicky zaměřené kroužky	<input type="checkbox"/> práce v organizaci	
<input type="checkbox"/> jen tak se toulám s přáteli	<input type="checkbox"/> brigáda	

jiný druh(y):

9. Sport:
- je v rodině pouze mojí zálibou
 - nemám podporu rodičů, často je musím přemlouvat, když něco pro svůj sport potřebuji, nebo si to sehnat sám (sama)
 - ale mám plnou podporu rodičů
 - provozuji společně s rodiči
 - pravidelně
 - občas
 - výjimečně
10. Kouříš někdy v současné době?
- ano, ale jen velmi málo, spíše příležitostně (v průměru méně než 1 cigaretu za týden)
 - ano, alespoň 1 cigaretu za týden – odpověz ještě, prosím, na následující otázky:
 - a) Kolik cigaret vykouříš za týden?
 - b) Kolik peněz utratíš za cigarety? za týden
 - ne
 - Kolik ti bylo let při vykouření tvé první cigarety?
11. Z lidí, se kterými doma bydlíš:
- nikdo nekouří
 - někdo kouří, kdo:.....
12. Jak si obstaráváš cigarety?
- sám si je kupuji
 - získávám je:
 - od starších přátel (je jim nad 18 let)
 - od mladších přátel (je jim v současné době méně než 18 let)
 - беру je doma tajně rodičům (prarodičům)
 - neobstarávám
13. Pil(a) jsi už někdy alkohol:
- ano – odpověz ještě, prosím, na následující otázky:
 - a) Kolik ti bylo při prvním ochutnání alkoholu let?
 - b) Jaký druh alkoholu jsi poprvé ochutnal(a)?
 - c) Alkohol jsi poprvé:
 - dostal od kamarádů
 - dostal od někoho z rodiny
 - koupil
 - jinak – jak
 - ne
14. Piješ alkohol někdy i v současné době?
- ano, ale jen výjimečně a ve velmi malém množství (např. připitek doma na oslavě narozenin, ochutnání ze skleničky rodičů atd.)
 - ano, častěji a ve větším množství – odpověz, prosím, na následující otázky:
 - a) Byl(a) jsi už někdy opilý?
 - ano, jednou
 - ano, vícekrát
 - ne
 - b) Jakému druhu alkoholu dáváš přednost?
 - tvrdému alkoholu
 - pivu
 - vínu
 - ne
15. Dostal(a) jsi se do styku s nějakou drogou?
- ano, ale ne osobně, viděl(a) jsem užívat drogy někoho jiného
 - ano, osobně, sám jsem si drogu vyzkoušel(a) – odpověz ještě, prosím na následující otázky:
 - a) Drogy:
 - jsem vyzkoušel(a) jen jednou
 - jsem vyzkoušel(a) vícekrát
 - b) Jakou drogu jsi zkusil(a) jako první?
 - c) Kolik to bylo při prvním užití drogy let?
 - d) První drogu jsi:
 - získal(a) zadarmo od kamarádů, někoho z rodiny
 - koupil(a) od kamarádů, někoho z rodiny
 - získal(a) zadarmo od neznámého člověka
 - koupil od neznámého člověka
 - jinak – jak
 - e) Co tě vedlo k užití drogy?
 - zvědavost
 - zábava
 - únik před problémy
 - dělali to ostatní, tak jsem to chtěl(a) také zkusit
 - jiný důvod
 - ne

16. Jak často jsi měl(a) v poslední době (30 dní) některou z následujících látek?

	Ani 1x	1-2x	3-9x	10-20x	Víc než 20x	Ne v posledních dnech, ale dřív
1. Alkohol včetně piva						
2. Tabák						
3. Marihuana nebo hašiš						
4. Pervitin, efedrin či amfetamin						
5. LSD (trippy), extázi a jiné halucinogeny						
6. Tlumivé látky a léky na spaní						
7. Léky proti bolesti						
8. Opiáty (heroin, braun, kodein)						
9. Těkavé látky (čichání)						
10. Kokain						
11. Hazardní hra (automaty, karty o peníze, sázky apod.)						
12. Jiné návykové látky (jaké)						

17. Myslíš si, že sehnat drogu je pro tebe:

- velmi obtížné
- trochu obtížné
- snadné

18. U počítače strávím:

- méně než 30 minut denně
- 30 minut – 1 hodinu denně
- 1-2 hodiny denně
- 2-4 hodiny denně
- více než 4 hodiny denně

19. U televize strávím:

- méně než 1 hodinu denně
- 1-2 hodiny denně
- 2-4 hodiny denně
- více než 4 hodiny denně

20. Z mého pohledu:

- návykové látky, hazardní hry, cigarety a alkohol jsou dětem snadno dostupné, věková omezení prodeje a jejich podávání se důrazně nedodrží: **P - N**
- nízká cena alkoholu, tabáku a návykových látek: **P - N**
- společnost nám poskytuje dobré možnosti jak trávit volný čas: **P - N**

21. Moji vrstevníci:

- k hazardním hrám, cigaretám, alkoholu a drogám se názorově staví spíše negativně, alkohol a drogy nezneužívají, nebo až ve vyšším věku: **P - N**
- respektují autoritu dospělého: **P - N**
- jsou schopni ctít a přijímat dobré hodnoty a vlastnosti: **P - N**
- mají zájmy a záliby neslučitelné nebo nesouvisející s alkoholem a drogami: **P - N**

22. V budoucnu:

- mám jasnou představu o tom, čeho bych chtěl(a) dosáhnout, čím bych chtěl(a) být a co bych chtěl(a) dělat
- nevím přesně, co budu dělat, ale vím, co nechci
- o tom rozhodují mí rodiče a já je budu nejspíš muset poslechnout
- nemám vůbec představu a nijak mě to netrápí, je mi to jedno

23. Sestav vlastní žebříček hodnot od hodnoty pro tebe nejdůležitější (alespoň 5):

.....

24. Můj pohlavní život - pohlavní styk:

- již jsem měl(a) – mám / nemám stálého partnera:
 - a) vždy s ochranou:
 - hormonální antikoncepce
 - kondom
 - prosím, uveď své důvody pro použití ochrany:
 - b) bez ochrany – důvod:
- neměl(a)

PŘEHLED TABULEK A GRAFŮ

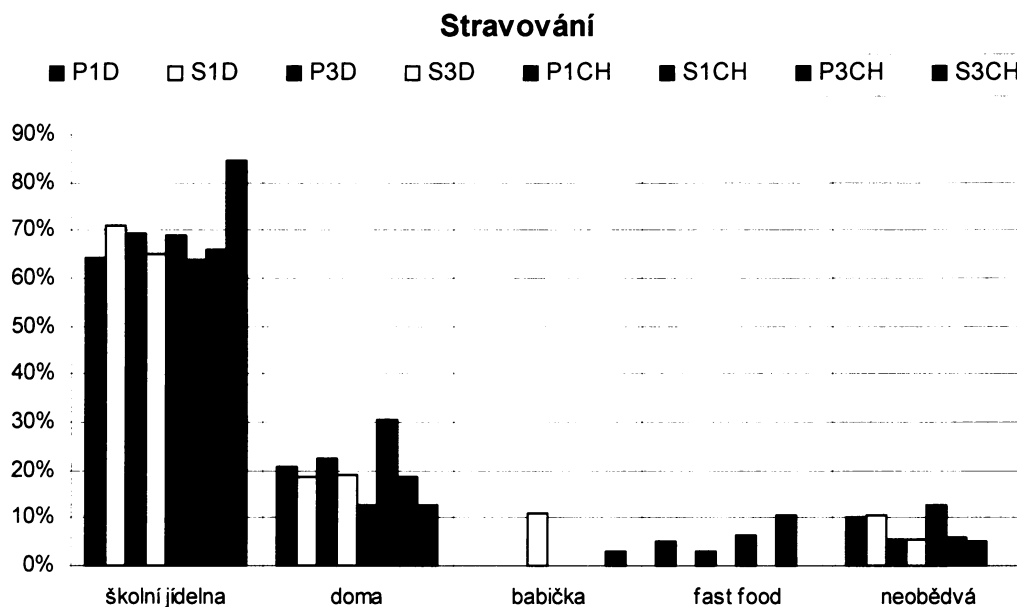
Údaje v tabulkách jsou uvedeny v procentech. Červeně vyznačené hodnoty poukazují na možnost s nejvyšší četností.

1. Graf a tabulka vztahující se k první otázce dotazníku

1.1 Tabulka č. 1: Stravování

Stravování								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
školní jídelna	64	69	69	66	71	65	64	84
doma	21	22	13	18	19	19	30	13
babička	0	0	0	0	0	11	0	3
fast food	5	3	6	11	0	0	0	0
neobědvá	10	6	13	5	10	5	6	0
celkem (100%)	39	36	32	38	48	37	33	32

1.2 Graf č. 1: Stravování



n = 295

2. Tabulka vztahující se ke druhé otázce dotazníku

2.1 Tabulka č. 2: Konzumace mléčných výrobků

Konzumace mléčných výrobků									
n = 295		Praha				Svitavsko			
		P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
pravidelně	nizkotučné	13	8	3	3	4	8	3	6
	je mi to jedno	41	28	28	45	31	41	33	38
méně jak 3x týdně		15	17	28	8	25	16	18	19
více jak 3x týdně		28	44	41	42	38	32	45	34
vůbec		3	3	0	3	2	3	0	3
celkem (100%)		39	36	32	38	48	37	33	32

3. Tabulky vztahující se ke třetí otázce dotazníku ($n = 295$)

3.1 Tabulka č. 3: Zastoupení potravin v jídelníčku, dívky 1. ročník – Praha

Zastoupení potravin v jídelníčku: dívky 1. ročník - Praha					
Potraviny	Denně	Aspoň 1/ týden	Aspoň 1/ měsíc	Vůbec ne	Celkem
chléb a bílé p.	74%	21%	3%	3%	39
celozrnné	13%	49%	31%	8%	39
maso	51%	44%	3%	3%	39
uzeniny	10%	67%	18%	5%	39
ryby	0%	23%	67%	10%	39
vejce	3%	36%	54%	8%	39
luštěniny	3%	28%	62%	8%	39
zelenina	54%	41%	3%	3%	39
ovoce	67%	33%	0%	0%	39
sladkosti	36%	51%	10%	3%	39
stánky	8%	8%	72%	13%	39
chipsy, tyčky	5%	44%	46%	5%	39
rostlinný tuk	36%	33%	15%	15%	39

3.2 Tabulka č. 4: Zastoupení potravin v jídelníčku, dívky 1. ročník – Svitavsko

Zastoupení potravin v jídelníčku: dívky 1. ročník – Svitavsko					
Potraviny	Denně	Aspoň 1/ týden	Aspoň 1/ měsíc	Vůbec ne	Celkem
chléb a bílé p.	77%	19%	4%	0%	48
celozrnné	25%	50%	23%	2%	48
maso	29%	69%	2%	0%	48
uzeniny	6%	44%	38%	13%	48
ryby	0%	33%	54%	13%	48
vejce	0%	52%	46%	2%	48
luštěniny	2%	29%	60%	8%	48
zelenina	54%	42%	4%	0%	48
ovoce	63%	35%	2%	0%	48
sladkosti	35%	54%	10%	0%	48
stánky	0%	15%	54%	31%	48
chipsy, tyčky	2%	44%	48%	6%	48
rostlinný tuk	25%	42%	13%	21%	48

3.3 Tabulka č. 5: Zastoupení potravin v jídelníčku, dívky 3. ročník – Praha

Zastoupení potravin v jídelníčku: dívky 3. ročník - Praha					
Potraviny	Denně	Aspoň 1/ týden	Aspoň 1/ měsíc	Vůbec ne	Celkem
chléb a bílé p.	78%	11%	6%	6%	36
celozrnné	25%	28%	22%	25%	36
maso	42%	50%	3%	6%	36
uzeniny	11%	44%	28%	17%	36
ryby	0%	25%	56%	19%	36
vejce	3%	44%	50%	3%	36
luštěniny	6%	19%	69%	6%	36
zelenina	61%	36%	3%	0%	36
ovoce	58%	42%	0%	0%	36
sladkosti	25%	56%	14%	6%	36
stánky	3%	19%	64%	14%	36
chipsy, tyčky	6%	25%	64%	6%	36
rostlinný tuk	33%	36%	11%	19%	36

3.4 Tabulka č. 6: Zastoupení potravin v jídelníčku, dívky 3. ročník – Svitavsko

Zastoupení potravin v jídelníčku: dívky 3. ročník - Svitavsko					
Potravin	Denně	Aspoň 1/ týden	Aspoň 1/ měsíc	Vůbec ne	Celkem
chléb a bílé p.	78%	16%	3%	3%	37
celozrnné	22%	62%	14%	3%	37
maso	35%	57%	8%	0%	37
uzeniny	5%	59%	16%	19%	37
ryby	0%	24%	68%	8%	37
vejce	5%	62%	30%	3%	37
luštěniny	0%	32%	57%	11%	37
zelenina	54%	46%	0%	0%	37
ovoce	68%	32%	0%	0%	37
sladkosti	32%	51%	16%	0%	37
stánky	3%	43%	32%	22%	37
chipsy, tyčky	3%	30%	62%	5%	37
rostlinný tuk	43%	32%	8%	16%	37

3.5 Tabulka č. 7: Zastoupení potravin v jídelníčku, chlapci 1. ročník – Praha

Zastoupení potravin v jídelníčku: chlapci 1. ročník - Praha					
Potravin	Denně	Aspoň 1/ týden	Aspoň 1/ měsíc	Vůbec ne	Celkem
chléb a bílé p.	94%	6%	0%	0%	32
celozrnné	6%	47%	25%	22%	32
maso	50%	50%	0%	0%	32
uzeniny	28%	41%	28%	3%	32
ryby	6%	22%	63%	9%	32
vejce	6%	50%	41%	3%	32
luštěniny	6%	41%	47%	6%	32
zelenina	59%	34%	6%	0%	32
ovoce	69%	28%	3%	0%	32
sladkosti	50%	34%	13%	3%	32
stánky	13%	25%	44%	19%	32
chipsy, tyčky	19%	41%	34%	6%	32
rostlinný tuk	50%	28%	9%	13%	32

3.6 Tabulka č. 8: Zastoupení potravin v jídelníčku, chlapci 1. ročník – Svitavsko

Zastoupení potravin v jídelníčku: chlapci 1. ročník - Svitavsko					
Potravin	Denně	Aspoň 1/ týden	Aspoň 1/ měsíc	Vůbec ne	Celkem
chléb a bílé p.	94%	3%	0%	3%	33
celozrnné	6%	58%	18%	18%	33
maso	55%	36%	9%	0%	33
uzeniny	18%	42%	36%	3%	33
ryby	0%	30%	55%	15%	33
vejce	9%	61%	27%	3%	33
luštěniny	0%	27%	67%	6%	33
zelenina	39%	55%	6%	0%	33
ovoce	52%	45%	3%	0%	33
sladkosti	48%	48%	3%	0%	33
stánky	6%	48%	36%	9%	33
chipsy, tyčky	12%	33%	52%	3%	33
rostlinný tuk	48%	30%	6%	15%	33

3.7 Tabulka č. 9: Zastoupení potravin v jídelníčku, chlapci 3. ročník – Praha

Zastoupení potravin v jídelníčku: chlapci 3. ročník - Praha					
Potraviny	Denně	Aspoň 1/ týden	Aspoň 1/ měsíc	Vůbec ne	Celkem
chléb a bílé p.	95%	5%	0%	0%	38
celozrnné	11%	53%	24%	13%	38
maso	66%	34%	0%	0%	38
uzeniny	21%	55%	24%	0%	38
ryby	0%	37%	55%	8%	38
vejce	0%	76%	21%	3%	38
luštěniny	0%	50%	50%	0%	38
zelenina	58%	39%	3%	0%	38
ovoce	79%	18%	0%	3%	38
sladkosti	42%	50%	8%	0%	38
stánky	3%	37%	47%	13%	38
chipsy, tyčky	8%	37%	45%	11%	38
rostlinný tuk	53%	24%	3%	21%	38

3.8 Tabulka č. 10: Zastoupení potravin v jídelníčku, chlapci 3. ročník – Svitavsko

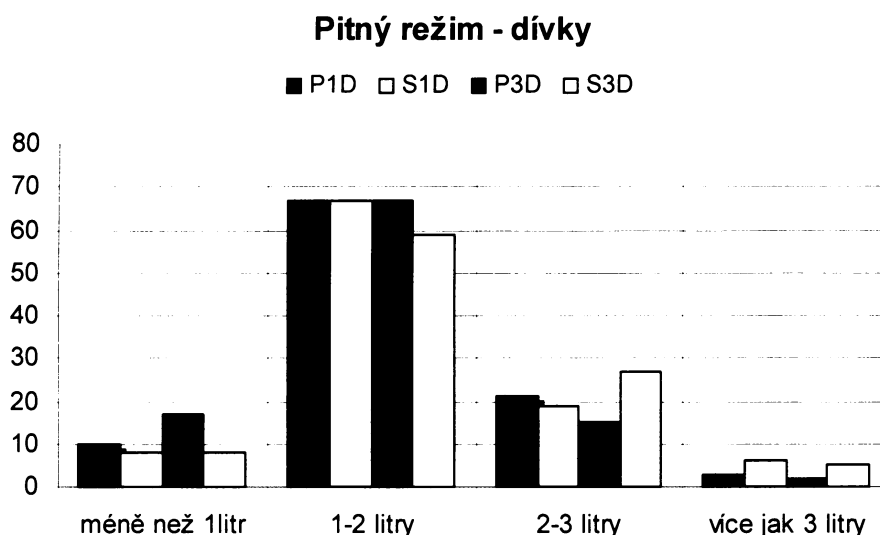
Zastoupení potravin v jídelníčku: chlapci 3. ročník - Svitavsko					
Potraviny	Denně	Aspoň 1/ týden	Aspoň 1/ měsíc	Vůbec ne	Celkem
chléb a bílé p.	97%	0%	0%	3%	32
celozrnné	6%	38%	38%	19%	32
maso	59%	38%	3%	0%	32
uzeniny	31%	50%	16%	3%	32
ryby	0%	31%	59%	9%	32
vejce	0%	75%	22%	3%	32
luštěniny	3%	47%	47%	3%	32
zelenina	50%	47%	3%	0%	32
ovoce	69%	31%	0%	0%	32
sladkosti	22%	66%	13%	0%	32
stánky	3%	47%	38%	13%	32
chipsy, tyčky	0%	69%	22%	9%	32
rostlinný tuk	56%	22%	16%	6%	32

4. Grafy a tabulka vztahující se ke čtvrté otázce dotazníku

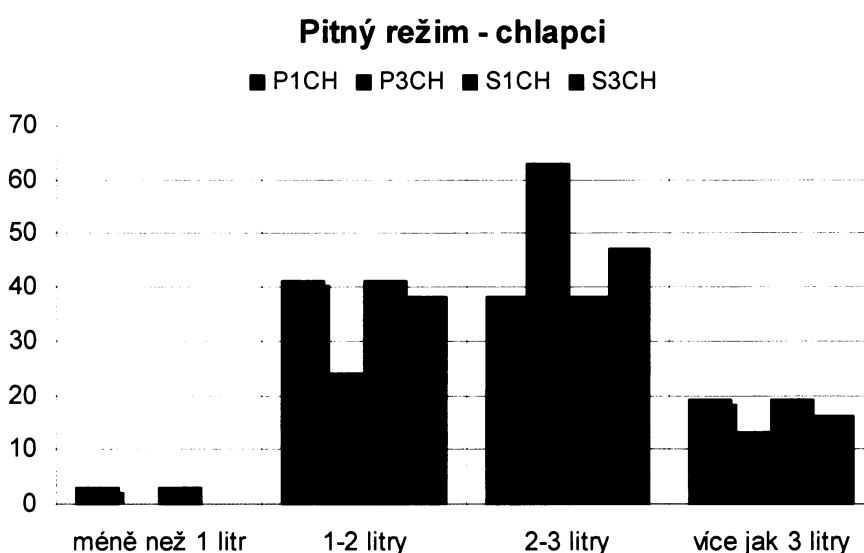
4.1 Tabulka č. 11: Pitný režim respondentů (denní spotřeba)

Pitný režim (denní spotřeba)								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
méně než 1 litr	10	8	3	0	17	8	3	0
1-2 litry	67	67	41	24	67	59	41	38
2-3 litry	21	19	38	63	15	27	38	47
více jak 3 litry	3	6	19	13	2	5	19	16
celkem (100%)	39	36	32	38	48	37	33	32

4.2 Graf č. 2: Pitný režim – dívky



4.3 Graf č. 3: Pitný režim – chlapci

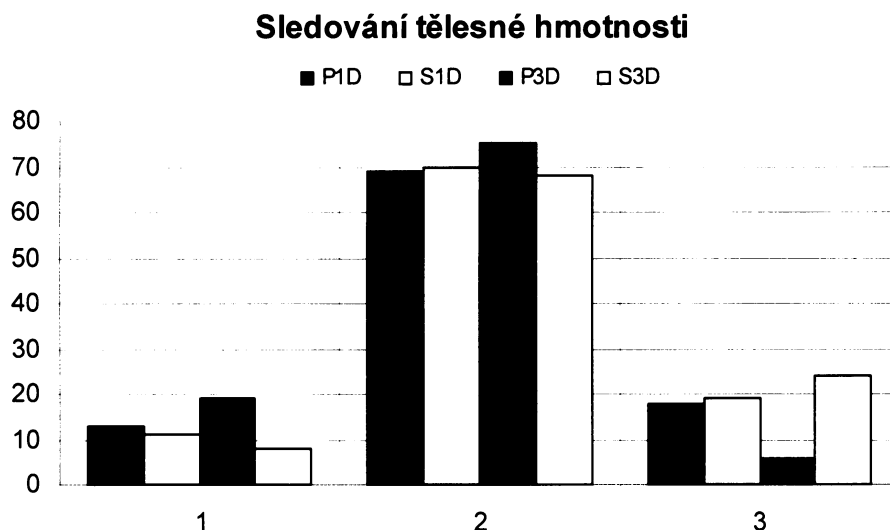


5. Grafy a tabulka vztahující se k páté otázce dotazníku

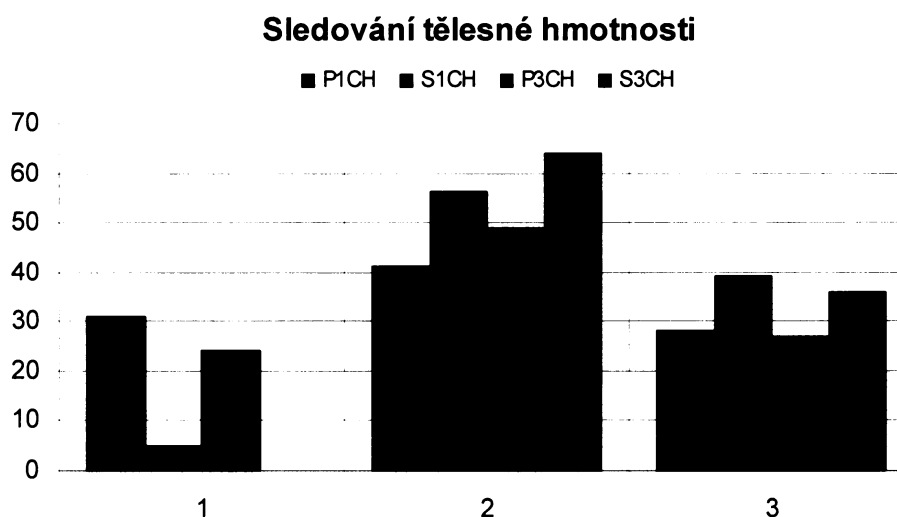
5.1 Tabulka č. 12: Sledování tělesné hmotnosti – dívky 1. ročník

n = 295		Sledování tělesné hmotnosti							
		Praha				Svitavsko			
		P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
1	jakmile něco přeberu, držím dietu, abych rychle shodil (a)	13	11	31	5	19	8	24	0
2	pouze pro orientační přehled, nedržím žádné diety	69	70	41	56	75	68	49	64
3	nesleduji svou hmotnost, jsem se sebou spokojena	18	19	28	39	6	24	27	36
	celkem	39	36	32	38	48	37	33	32

5.2 Graf č. 4: Sledování tělesné hmotnosti – dívky



5.3 Graf č. 5: Sledování tělesné hmotnosti – chlapci

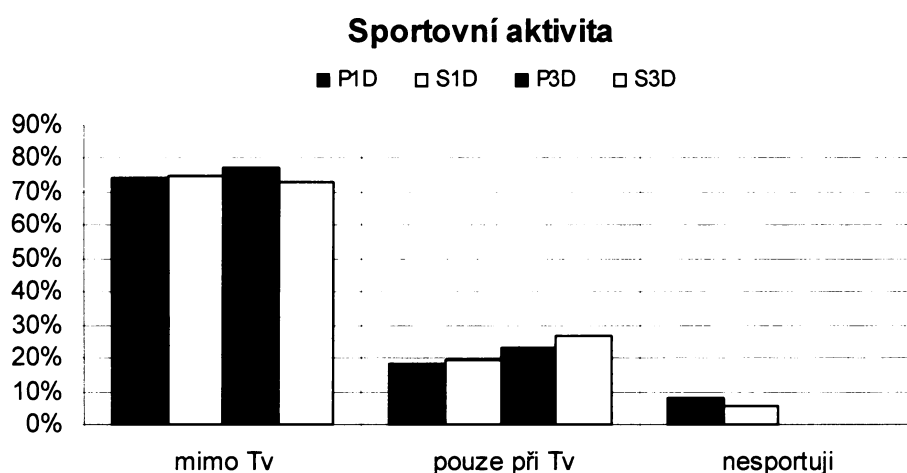


6. Grafy a tabulka vztahující se k šesté otázce dotazníku

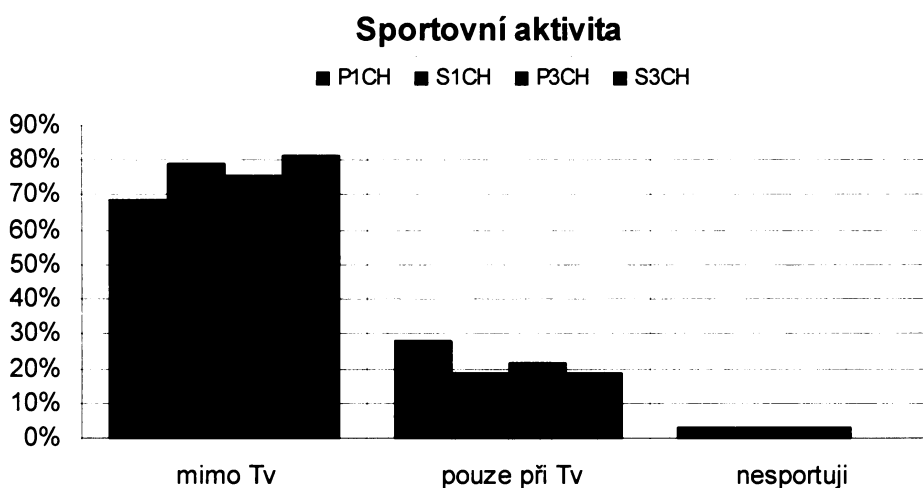
6.1 Tabulka č. 13: Sportovní aktivita

Sportovní aktivita								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
mimo Tv	74%	75%	69%	79%	77%	73%	76%	81%
pouze při Tv	18%	19%	28%	18%	23%	27%	21%	19%
nesportují	8%	6%	3%	3%	0%	0%	3%	0%
celkem (100%)	39	36	32	38	48	37	33	32

6.2 Graf č. 6: Sportovní aktivita – dívky



6.3 Graf č. 7: Sportovní aktivita – chlapci



7. Tabulka vztahující se k sedmé otázce dotazníku

7.1 Tabulka č. 14: Tři nejoblíbenější sporty ve sledovaném souboru respondentů (n = 295)

Tři nejoblíbenější sporty dle ročníků				
Oblast	ročník	1.	2.	3.
Praha	1. roč. D	volejbal	tanec	lyžování
	3. roč. D	lyžování	tanec	kolo
	1. roč. Ch	fotbal	stolní tenis	kolo
	3. roč. Ch	fotbal	kolo	lyžování
Svitavsko	1. roč. D	kolo	plavání	tanec
	3. roč. D	kolo	tanec	plavání
	1. roč. Ch	fotbal	kolo	posilování
	3. roč. Ch	fotbal	kolo	florbal

8. Tabulka vztahující se k osmé otázce dotazníku

8.1 Tabulka č. 15: Nejčastější aktivity respondentů ve volném čase

Nejčastější činnosti ve volném čase				
Oblast	ročník	1.	2.	3.
Praha	1. roč. D	kamarádi	poslech hudby	sport
	3. roč. D	kamarádi	poslech hudby	četba
	1. roč. CH	sport	kamarádi	televize
	3. roč. CH	sport	počítač	poslech hudby
Svitavsko	1. roč. D	kamarádi	poslech hudby	sport
	3. roč. D	kamarádi	poslech hudby	četba
	1. roč. CH	počítač	sport	kamarádi
	3. roč. CH	počítač	kamarádi	poslech hudby

9. Graf a tabulky vztahující se k deváté otázce dotazníku

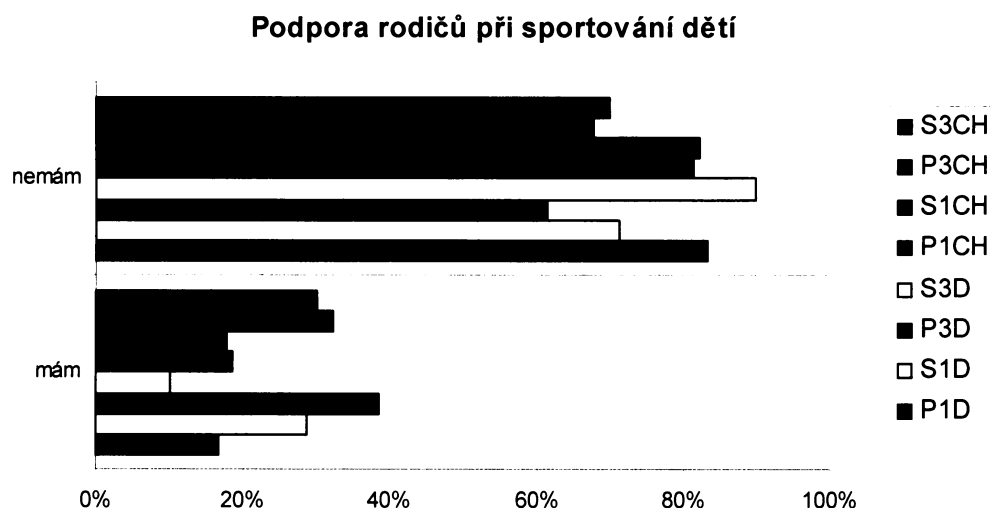
9.1 Tabulka č. 16: Podpora rodičů ve sportování

Podpora rodičů ve sportování dětí								
n = 176	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
mám	17	29	38	10	19	18	32	30
nemám	83	71	62	90	81	82	68	70
celkem (100%)	24	14	26	20	27	17	28	20

9.2 Tabulka č. 17: Sportování studentů s rodiči

Sportování studentů s rodiči								
n = 135	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
pravidelně	23	24	29	32	52	38	33	8
občas	55	72	43	42	39	43	67	75
výjimečně	23	4	29	26	9	19	0	17
celkem (100%)	22	25	7	19	23	21	6	12

9.3 Graf č. 8: Podpora rodičů při sportování dětí (n = 176)

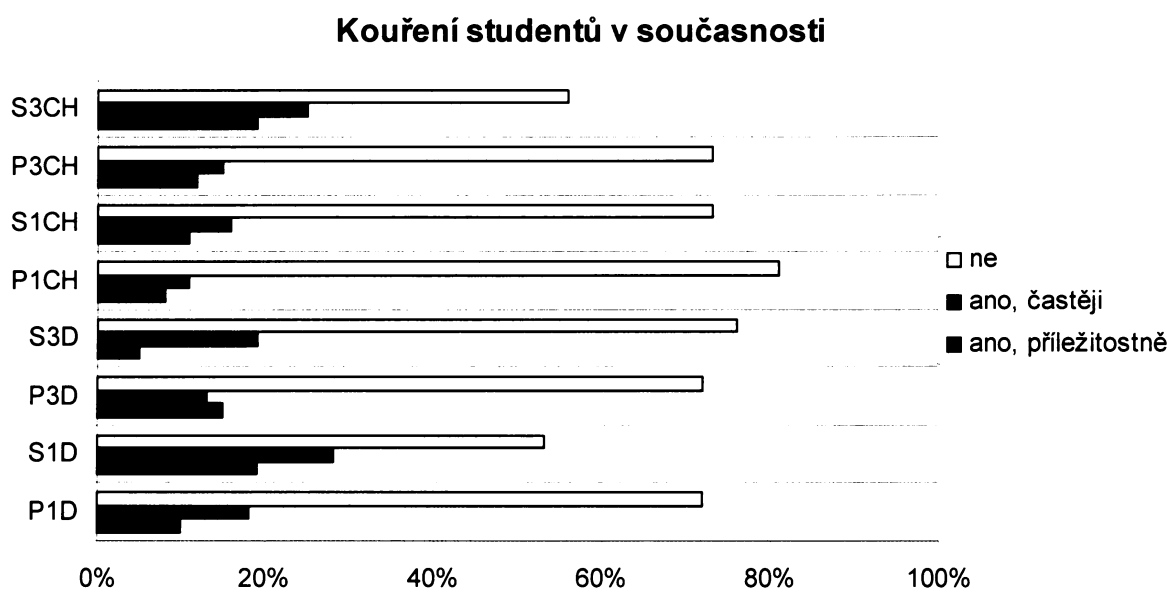


10. Grafy a tabulky vztahující se k desáté otázce dotazníku

10.1 Tabulka č. 18: Kouření studentů v současnosti

Kouření studentů v současnosti								
	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
ano, příležitostně	10	19	15	5	8	11	12	19
ano, častěji	18	28	13	19	11	16	15	25
ne	72	53	72	76	81	73	73	56
celkem (100% = 295)	39	36	32	38	48	37	33	32

10.2 Graf č. 9: Kouření studentů v současnosti



n = 295

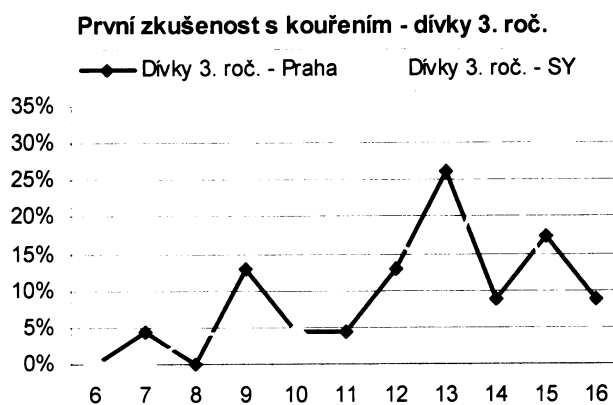
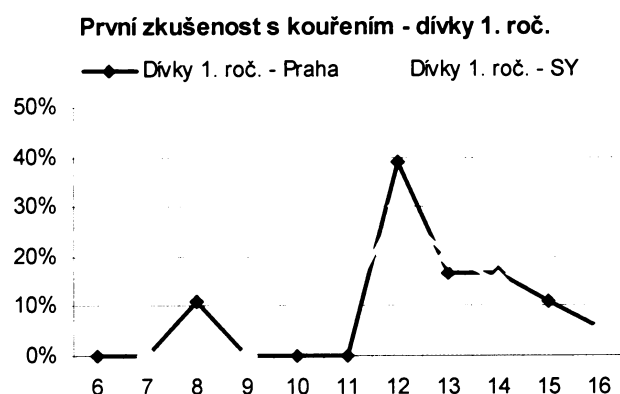
10.3 Tabulka č. 19: Počet vykouřených cigaret a peněz za ně utracených (za týden)

Počet vykouřených cigaret a peněz za ně utracených (za týden)								
n = 52	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
do 20 cigaret (do 60 Kč / týden)	29	40	0	29	40	33	20	38
20-40 (do 120 Kč / týden)	29	40	75	14	40	17	20	50
40-60 (do 200 Kč / týden)	29	10	25	29	20	0	60	13
nad 60 (nad 200 Kč / týden)	14	10	0	29	0	50	0	0
celkem (100%)	7	10	4	7	5	6	5	8

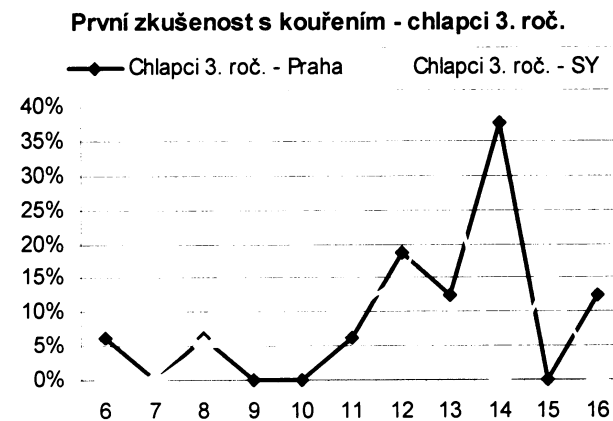
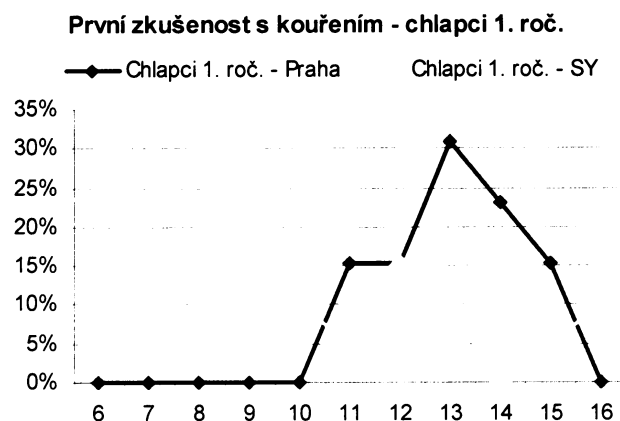
10.4 Tabulka č. 20: Věk studentů při vykouření první cigarety

Věk při vykouření první cigarety												
věk	Praha				Svitavsko				Dívky - P	Dívky - S	Chapci - P	Chlapci - S
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH				
6	0	0	0	6	5	0	5	0	0	3	2	3
7	0	4	0	0	0	0	5	0	2	0	0	3
8	11	0	0	6	0	4	30	5	4	3	2	18
9	0	13	0	0	0	4	5	5	9	0	2	5
10	0	4	0	0	10	4	10	20	9	0	7	15
11	0	4	15	6	10	13	5	10	2	10	12	8
12	39	13	15	19	30	17	15	15	22	17	23	15
13	17	26	31	13	20	13	10	30	20	21	16	20
14	17	9	23	38	15	29	0	0	11	31	23	0
15	11	17	15	0	5	13	5	15	13	7	9	10
16	6	9	0	13	5	4	10	0	7	7	2	5

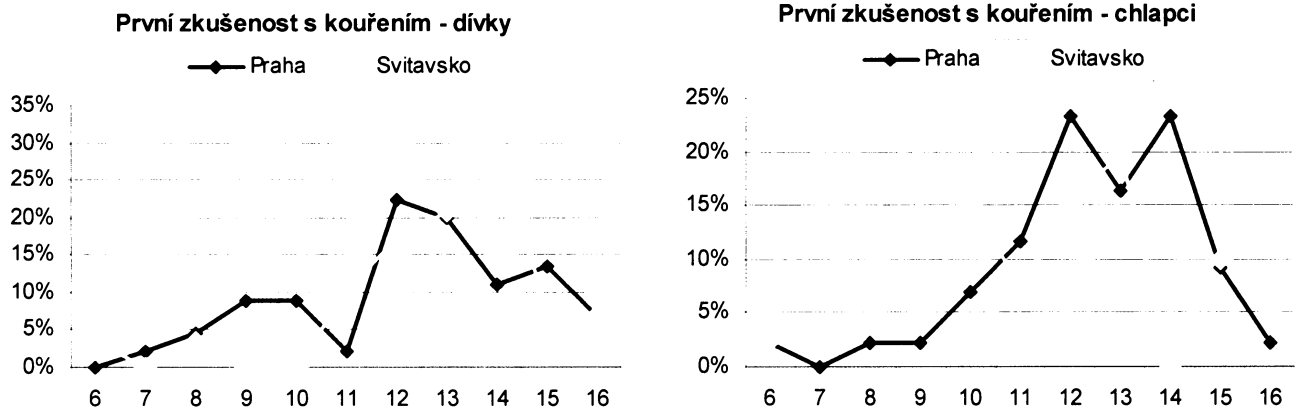
10.5 Graf č. 10: První zkušenost s kouřením - dívky



10.6 Graf č. 11: První zkušenost s kouřením - chlapci



10.7 Graf č. 12: První zkušenost s kouřením (celé soubory dívek a chlapců)



11. Tabulka vztahující se ke jedenácté otázce dotazníku

11.1 Tabulka č. 21: Výskyt kouření v rodinách respondentů

Výskyt kouření v rodině					
Oblast	ročník	celkem	nikdo nekouří	někdo kouří	nejčastěji kouří
Praha	1. roč. D	39	69	31	matka, otec, sourozenci
	3. roč. D	36	50	50	matka, otec, sourozenci
	1. roč. CH	32	53	47	matka, otec, sourozenci
	3. roč. CH	38	58	42	otec, matka, sourozenci
Svitavsko	1. roč. D	48	65	35	matka, otec, sourozenci
	3. roč. D	37	73	27	otec, matka, prarodiče
	1. roč. CH	33	67	33	matka, otec, prarodiče
	3. roč. CH	32	72	28	otec, matka, sourozenci

12. Tabulky vztahující se ke dvanácté otázce dotazníku

12.1 Tabulka č. 22: Obstarávání cigaret respondenty

Obstarávání cigaret					
Oblast	ročník	celkem	sám si je kupuji	získávám jinak	neobstarávám
Praha	1. roč. D	39	23	8	69
	3. roč. D	36	28	17	56
	1. roč. CH	32	16	9	75
	3. roč. CH	38	18	5	76
Svitavsko	1. roč. D	48	8	10	81
	3. roč. D	37	14	14	73
	1. roč. CH	33	15	12	73
	3. roč. CH	32	22	9	69

12.2 Tabulka č. 23: Způsoby získávání cigaret

Způsoby získávání cigaret								
n = 43	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
od starších přátel (je jim nad 18 let)	40	100	50	50	57	71	50	50
od mladších přátel (je jim méně než 18 let)	40	0	25	50	43	14	50	33
beru je doma tajně rodičům (prarodičům)	20	0	25	0	0	14	0	17
celkem	5	6	4	2	7	7	6	6

13. Graf a tabulky vztahující se ke třinácté otázce dotazníku

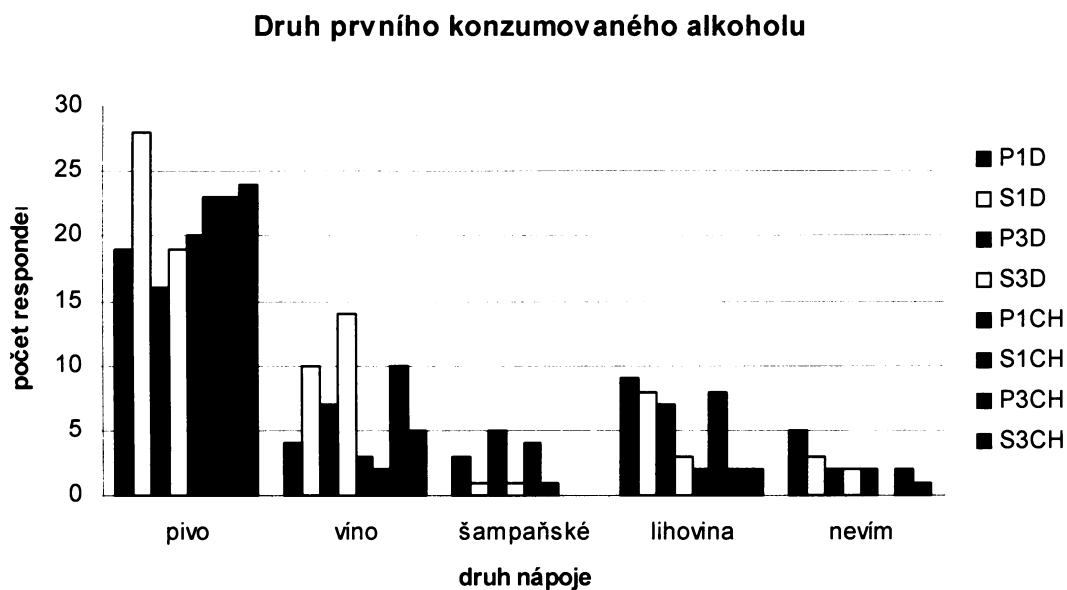
13.1 Tabulka č. 24: Konzumace alkoholu

Pil(a) jsi už někdy alkohol?								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
ano	97	100	100	97	98	100	100	100
ne	3	0	0	3	2	0	0	0
celkem (100%)	39	36	32	38	48	37	33	32

13.2 Tabulka č. 25: Věk při první konzumaci alkoholu

Věk při první konzumaci alkoholu												
n = 295	Praha				Svitavsko				Dívky - P	Dívky - S	Chapci - P	Chlapci - S
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH				
6	3	11	16	3	6	0	9	13	7	4	9	11
7	3	3	10	3	4	0	6	6	3	2	6	6
8	11	6	3	5	4	5	9	9	8	5	4	9
9	0	0	0	5	9	0	0	3	0	5	3	2
10	18	8	16	18	21	27	27	19	14	24	17	23
11	8	6	3	8	0	11	6	0	7	5	6	3
12	11	25	10	16	13	14	15	22	18	13	13	18
13	16	8	13	5	15	16	6	3	12	15	9	5
14	13	6	26	13	17	5	6	16	9	12	19	11
15	13	14	3	8	4	14	3	9	14	8	6	6
16	0	0	0	13	0	3	6	0	0	1	7	3
nevím	5	14	0	3	6	5	6	0	9	6	1	3
celkem (100%)	38	36	31	38	47	37	33	32	74	84	69	65

13.3 Graf č. 13: Druh prvního konzumovaného alkoholu (n = 295)



13.4 Tabulka č. 26: Zisk prvního alkoholu

Zisk prvního alkoholu					
Oblast	ročník	dostal od kamarádů	dostal od někoho z rodiny	koupil	získal jiným způsobem
Praha	1. roč. D	29	58	11	3
	3. roč. D	8	81	6	6
	1. roč. CH	31	56	13	0
	3. roč. CH	11	65	19	5
Svitavsko	1. roč. D	17	79	2	2
	3. roč. D	16	78	5	0
	1. roč. CH	30	67	3	0
	3. roč. CH	34	59	6	0

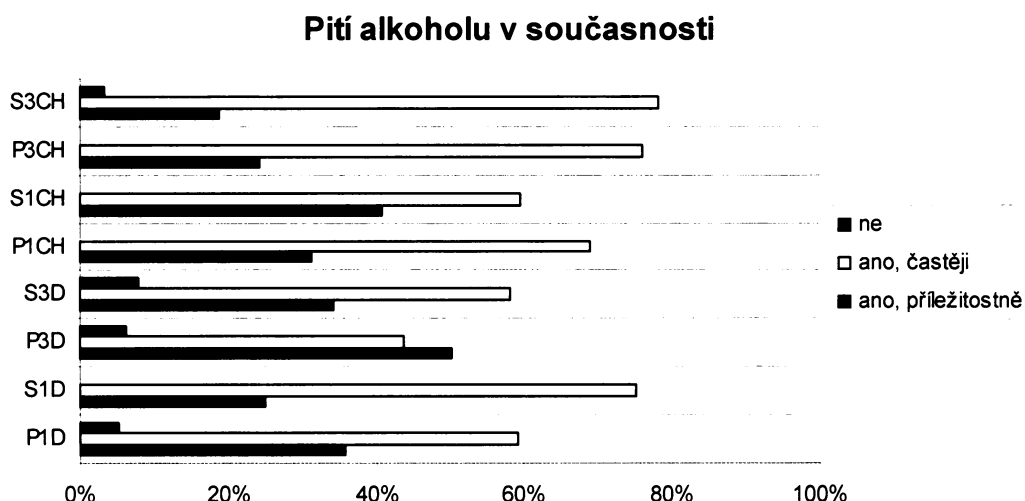
n = 295

14. Graf a tabulky vztahující se ke čtrnácté otázce dotazníku

14.1 Tabulka č. 27: Konzumace alkoholu v současnosti

Pití alkoholu v současnosti								
	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
ano, příležitostně	36	25	50	34	31	41	24	19
ano, častěji	59	75	44	58	69	59	76	78
ne	5	0	6	8	0	0	0	3
celkem (100% = 295)	39	36	32	38	48	37	33	32

14.2 Graf č. 14: Konzumace alkoholu v současnosti



14.3 Tabulka č. 28: Opilost

Opilost								
	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
ano, jednou	22	26	29	5	48	14	12	12
ano, vícekrát	70	70	64	95	36	82	80	84
ne	9	4	7	0	15	5	8	4
celkem (100%)	23	27	14	22	33	22	25	25

14.4 Tabulka č. 29: Upřednostnění jednotlivých druhů alkoholu

Upřednostnění jednotlivých druhů alkoholu								
	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
tvrdý alkohol	24	18	30	19	43	18	34	18
pivo	29	52	43	65	15	36	54	70
víno	47	30	27	15	43	46	11	12

15. Grafy a tabulky vztahující se k patnácté otázce dotazníku

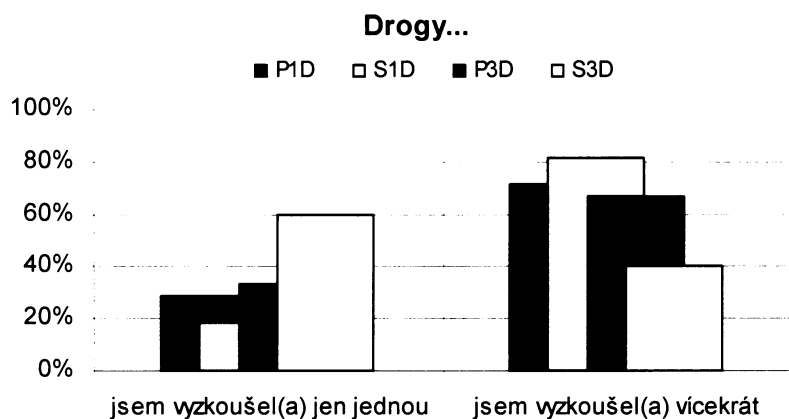
15.1 Tabulka č. 30: Zkušenost respondentů s drogou I

Zkušenosti s drogami								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
viděl(a) jsem užívat drogy někoho jiného	31	31	25	21	35	38	30	31
ano, osobně, sám jsem si drogu vyzkoušel(a)	36	44	53	47	19	27	39	38
ne	33	25	22	32	46	35	30	31
celkem (100%)	39	36	32	38	48	37	33	32

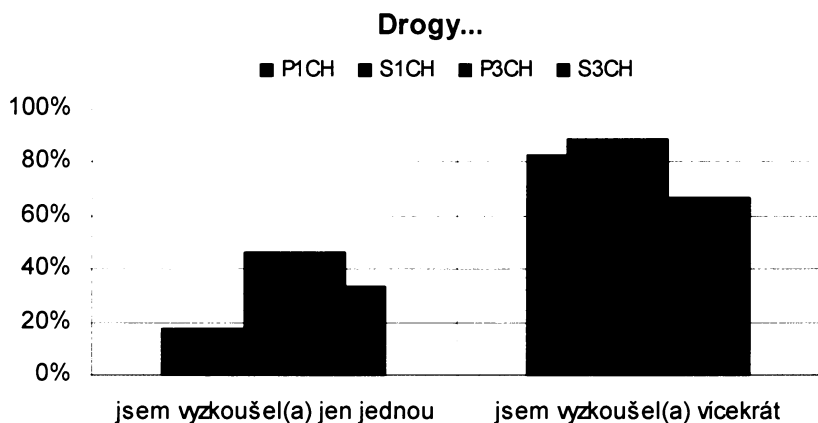
15.2 Tabulka č. 31: Zkušenost respondentů s drogou II

Drogy...								
n = 109	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
jsem vyzkoušela jen jednou	29%	19%	18%	11%	33%	60%	46%	33%
jsem vyzkoušela vícekrát	71%	81%	82%	89%	67%	40%	54%	67%
celkem (100%)	14	16	17	18	9	10	13	12

15.3 Graf č. 15: Zkušenost respondentů s drogou – chlapci 1. ročník



15.4 Graf č. 16: Zkušenost respondentů s drogou – chlapci 3. ročník



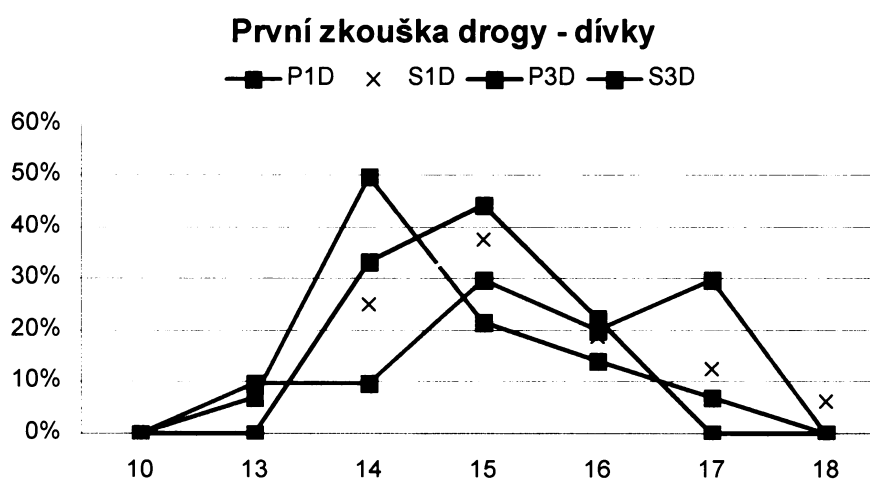
15.5 Tabulka č. 32: První droga

První droga								
n = 109	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
marihuana	86	100	100	100	100	100	100	92
hašiš	7	0	0	0	0	0	0	8
extáze	7	0	0	0	0	0	0	0
celkem (100%)	14	16	17	18	9	10	13	12

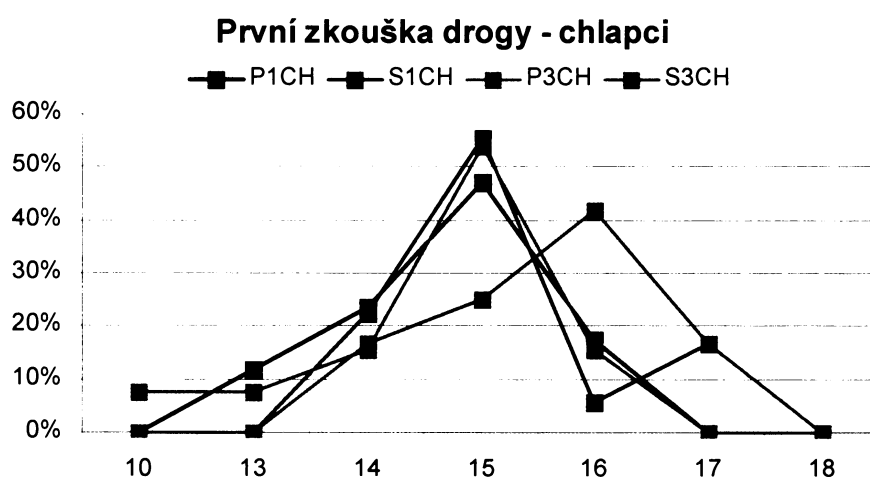
15.6 Tabulka č. 33: Věk při prvním užití drogy

Věk při prvním užití drogy								
n = 109	Praha				Svitavsko			
věk	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
10	0	0	0	0	0	0	8	0
13	7	0	12	0	0	10	8	0
14	50	25	24	22	33	10	15	17
15	21	38	47	56	44	30	54	25
16	14	19	18	6	22	20	15	42
17	7	13	0	17	0	30	0	17
18	0	6	0	0	0	0	0	0

15.7 Graf č. 17: První zkouška drogy – dívky



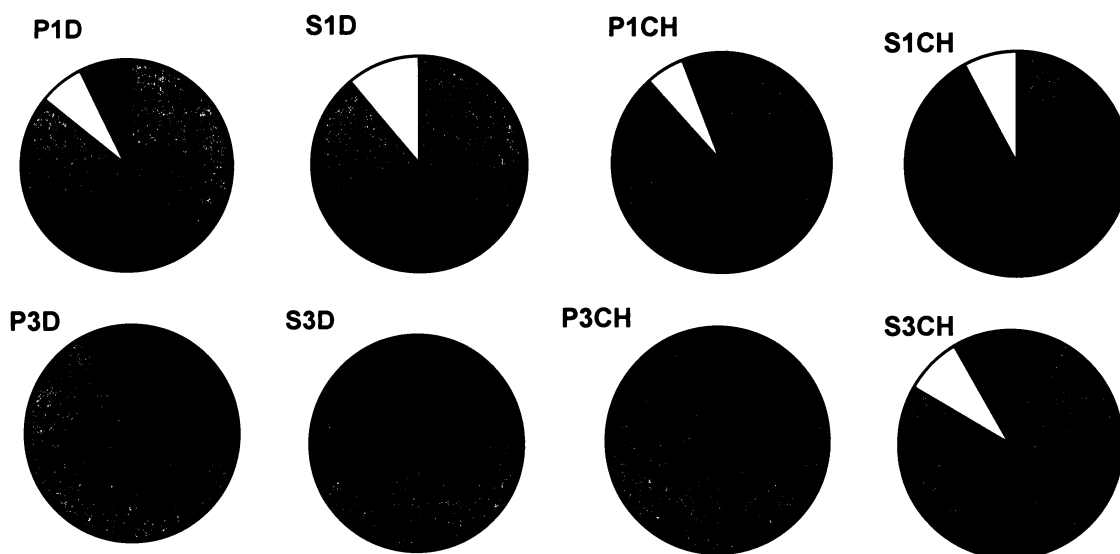
15.8 Graf č. 18: První zkouška drogy - chlapci



15.9 Tabulka č. 34: Zisk první drogy

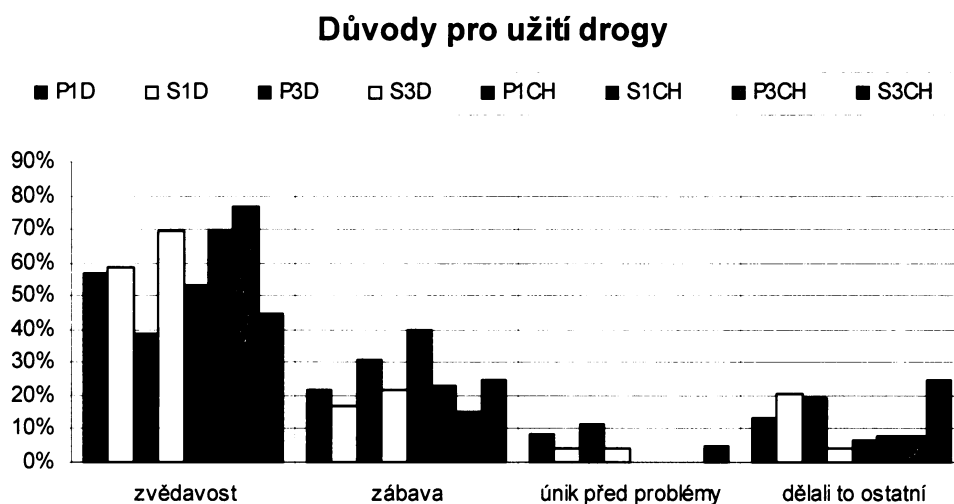
Zisk první drogy								
n = 109	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
získal(a) zadarmo od kamarádů, někoho z rodiny	86	94	76	94%	89%	100%	84%	82%
koupil(a) od kamarádů, někoho z rodiny	0	0	12	0%	0%	0%	8%	0%
získal(a) zadarmo od neznámého člověka	7	0	6	0%	11%	0%	8%	8%
koupil(a) od neznámého člověka	7	6	6	6	0	0	0	8

15.10 Graf č. 19: Zisk první drogy



získal(a) zadarmo od kamarádů, někoho z rodiny
 získal(a) zadarmo od neznámého člověka
 koupil(a) od kamarádů, někoho z rodiny
 koupil(a) od neznámého člověka

15.11 Graf č. 20: Důvody pro užití drogy



16. Tabulky vztahující se k šestnácté otázce dotazníku (n = 295)

16.1 Tabulka č. 35: Četnost užívání uvedených látek v posledních 30-ti dnech – dívky 1.ročník P

Látka	Počet						Celkem
	Ani 1x	1-2x	3-9x	10-20x	Více než 20x	Dříve	
alkohol	8%	44%	28%	8%	3%	10%	39
tabák	44%	13%	0%	0%	13%	31%	39
mar / hašiš	64%	8%	3%	0%	0%	26%	39
pervitin, E, A	97%	0%	0%	0%	0%	3%	39
LSD, extáze	92%	3%	0%	0%	0%	5%	39
spaní	82%	10%	3%	0%	0%	5%	39
bolesti	49%	26%	13%	3%	0%	10%	39
opiáty	100%	0%	0%	0%	0%	0%	39
těkavé látky	95%	0%	0%	0%	0%	5%	39
kokain	100%	0%	0%	0%	0%	0%	39
hazard	92%	3%	3%	0%	0%	3%	39
jiné	85%	0%	0%	3%	10%	3%	39
anabolika	100%	0%	0%	0%	0%	0%	39

16.2 Tabulka č. 36: Četnost užívání uvedených látek v posledních 30-ti dnech – dívky 1.ročník S

Látka	Počet						Celkem
	Ani 1x	1-2x	3-9x	10-20x	Více než 20x	Dříve	
alkohol	4%	54%	25%	8%	2%	6%	48
tabák	52%	2%	6%	0%	8%	31%	48
mar / hašiš	81%	4%	0%	0%	0%	15%	48
pervitin, E, A	100%	0%	0%	0%	0%	0%	48
LSD, extáze	100%	0%	0%	0%	0%	0%	48
spaní	88%	13%	0%	0%	0%	0%	48
bolesti	40%	46%	10%	0%	0%	4%	48
opiáty	100%	0%	0%	0%	0%	0%	48
těkavé látky	100%	0%	0%	0%	0%	0%	48
kokain	100%	0%	0%	0%	0%	0%	48
hazard	88%	10%	2%	0%	0%	0%	48
jiné	100%	0%	0%	0%	0%	0%	48
anabolika	100%	0%	0%	0%	0%	0%	48

16.3 Tabulka č. 37: Četnost užívání uvedených látek v posledních 30-ti dnech – dívky 3.ročník P

Látka	Počet						Celkem
	Ani 1x	1-2x	3-9x	10-20x	Více než 20x	Dříve	
alkohol	3%	28%	33%	17%	3%	17%	36
tabák	36%	14%	8%	6%	17%	19%	36
mar / hašiš	56%	6%	3%	0%	0%	36%	36
pervitin, E, A	97%	0%	0%	0%	0%	3%	36
LSD, extáze	97%	0%	0%	0%	0%	3%	36
spaní	100%	0%	0%	0%	0%	0%	36
bolesti	56%	28%	11%	0%	0%	6%	36
opiáty	86%	14%	0%	0%	0%	0%	36
těkavé látky	100%	0%	0%	0%	0%	0%	36
kokain	100%	0%	0%	0%	0%	0%	36
hazard	94%	3%	0%	3%	0%	0%	36
jiné	92%	0%	3%	0%	3%	3%	36
anabolika	100%	0%	0%	0%	0%	0%	36

16.4 Tabulka č.38: Četnost užívání uvedených látek v posledních 30-ti dnech – dívky 3.ročník S

Látka	Počet						Celkem
	Ani 1x	1-2x	3-9x	10-20x	Více než 20x	Dříve	
alkohol	0%	43%	43%	11%	0%	3%	37
tabák	43%	8%	5%	0%	11%	32%	37
mar / hašiš	73%	5%	5%	0%	0%	16%	37
pervitin, E, A	97%	0%	0%	0%	0%	3%	37
LSD, extáze	95%	0%	0%	0%	0%	5%	37
spaní	92%	0%	0%	0%	0%	8%	37
bolesti	24%	57%	3%	0%	0%	16%	37
opiáty	100%	0%	0%	0%	0%	0%	37
těkavé látky	95%	0%	0%	0%	0%	5%	37
kokain	100%	0%	0%	0%	0%	0%	37
hazard	89%	5%	3%	0%	0%	3%	37
jiné	97%	0%	0%	0%	0%	3%	37
anabolika	100%	0%	0%	0%	0%	0%	37

16.5 Tabulka č. 39: Četnost užívání uvedených látek v posledních 30-ti dnech – chlapci 1.ročník P

Látka	Počet						Celkem
	Ani 1x	1-2x	3-9x	10-20x	Více než 20x	Dříve	
alkohol	0%	34%	31%	9%	0%	25%	32
tabák	47%	6%	6%	3%	13%	25%	32
mar / hašiš	47%	22%	13%	0%	0%	19%	32
pervitin, E, A	97%	0%	0%	0%	0%	3%	32
LSD, extáze	84%	0%	0%	0%	3%	13%	32
spaní	91%	3%	0%	0%	0%	6%	32
bolesti	47%	31%	6%	0%	0%	16%	32
opiáty	97%	0%	0%	0%	0%	3%	32
těkavé látky	94%	0%	3%	0%	0%	3%	32
kokain	97%	0%	0%	0%	0%	3%	32
hazard	56%	25%	9%	0%	3%	6%	32
jiné	94%	0%	0%	0%	0%	6%	32
anabolika	97%	0%	0%	0%	0%	3%	32

16.6 Tabulka č. 40: Četnost užívání uvedených látek v posledních 30-ti dnech – chlapci 1.ročník S

Látka	Počet						Celkem
	Ani 1x	1-2x	3-9x	10-20x	Více než 20x	Dříve	
alkohol	3%	24%	39%	12%	18%	3%	33
tabák	39%	6%	12%	3%	6%	33%	33
mar / hašiš	61%	12%	6%	0%	0%	21%	33
pervitin, E, A	97%	0%	0%	0%	0%	3%	33
LSD, extáze	97%	3%	0%	0%	0%	0%	33
spaní	91%	6%	0%	0%	0%	3%	33
bolesti	64%	27%	3%	0%	0%	6%	33
opiáty	100%	0%	0%	0%	0%	0%	33
těkavé látky	97%	0%	0%	0%	0%	3%	33
kokain	100%	0%	0%	0%	0%	0%	33
hazard	55%	15%	12%	6%	9%	3%	33
jiné	100%	0%	0%	0%	0%	0%	33
anabolika	94%	6%	0%	0%	0%	0%	33

16.7 Tabulka č. 41: Četnost užívání uvedených látek v posledních 30-ti dnech – chlapci 3.ročník P

Látka	Počet						Celkem
	Ani 1x	1-2x	3-9x	10-20x	Více než 20x	Dříve	
alkohol	11%	8%	39%	16%	11%	16%	38
tabák	37%	21%	3%	3%	13%	24%	38
mar / hašíš	53%	8%	8%	8%	5%	18%	38
pervitin, E, A	97%	0%	0%	0%	0%	3%	38
LSD, extáze	95%	5%	0%	0%	0%	0%	38
spaní	92%	5%	0%	0%	0%	3%	38
bolesti	74%	13%	5%	0%	0%	8%	38
opiáty	100%	0%	0%	0%	0%	0%	38
těkavé látky	97%	0%	0%	0%	0%	3%	38
kokain	97%	0%	0%	0%	0%	3%	38
hazard	63%	24%	5%	3%	3%	3%	38
jiné	97%	3%	0%	0%	0%	0%	38
anabolika	100%	0%	0%	0%	0%	0%	38

16.8 Tabulka č. 42: Četnost užívání uvedených látek v posledních 30-ti dnech – chlapci 3.ročník S

Látka	Počet						Celkem
	Ani 1x	1-2x	3-9x	10-20x	Více než 20x	Dříve	
alkohol	0%	16%	38%	28%	13%	6%	32
tabák	38%	9%	3%	16%	3%	31%	32
mar / hašíš	63%	3%	0%	3%	0%	31%	32
pervitin, E, A	100%	0%	0%	0%	0%	0%	32
LSD, extáze	97%	0%	0%	0%	0%	3%	32
spaní	91%	9%	0%	0%	0%	0%	32
bolesti	53%	25%	6%	0%	0%	16%	32
opiáty	100%	0%	0%	0%	0%	0%	32
těkavé látky	97%	0%	0%	0%	0%	3%	32
kokain	100%	0%	0%	0%	0%	0%	32
hazard	66%	22%	3%	0%	0%	9%	32
jiné	88%	3%	0%	0%	3%	6%	32
anabolika	88%	0%	0%	0%	0%	13%	32

17. Tabulka vztahující se k sedmácté otázce dotazníku

17.1 Tabulka č. 43: Hodnocení dostupnosti drog respondenty

Dostupnost drog								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
velmi obtížné	21	25	3	26	17	14	12	9
trochu obtížné	23	33	47	13	50	49	39	38
snadné	56	42	50	61	33	38	48	53

18. Tabulka vztahující se k osmnácté otázce dotazníku

18.1 Tabulka č. 44: Čas strávený u počítače

Čas strávený u počítače								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
méně než 30 minut denně	28	36	22	21	54	51	15	25
30 minut - 1 hodinu denně	36	31	16	26	27	35	18	3
1-2 hodiny denně	26	22	25	32	15	8	27	34
2-4 hodiny denně	8	8	16	13	4	5	18	34
více než 4 hodiny denně	3	3	22	8	0	0	21	3

19. Tabulka vztahující se ke devatenácté otázce dotazníku

19.1 Tabulka č. 45: Čas strávený u televize

Čas strávený u televize								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
méně než 1 hodinu denně	41	39	31	45	38	49	33	38
1-2 hodiny denně	33	47	25	32	44	38	45	47
2-4 hodiny denně	21	14	38	18	19	14	21	13
více než 4 hodiny denně	5	0	6	5	0	0	0	3

Příloha

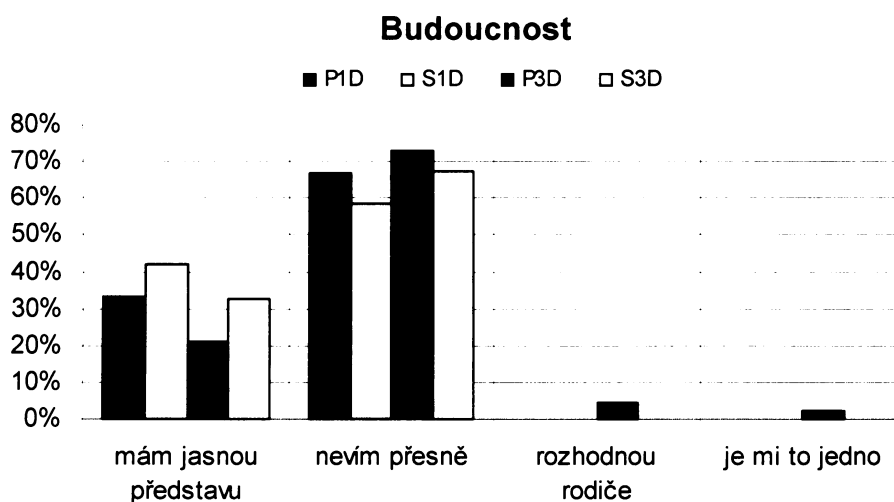
Věta	Výroky															
	Praha						Svitavsko									
	1. roč. D		3. roč. D		1. roč. Ch		3. roč. Ch		1. roč. D		3. roč. D		1. roč. Ch		3. roč. Ch	
	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí	Platí	Neplatí
návykové látky, hazardní hry, cigarety a alkohol jsou dětem snadno dostupné, věková omezení prodeje a jejich podávání se důrazně nedodržují	100%	0%	94%	6%	97%	3%	92%	8%	90%	10%	92%	8%	97%	3%	100%	0%
nízká cena alkoholu, tabáku a návykových látek	41%	59%	33%	66%	37%	63%	37%	27%	73%	76%	24%	76%	24%	76%	38%	62%
společnost nám poskytuje dobré možnosti jak trávit volný čas	64%	36%	77%	23%	81%	19%	80%	52%	48%	59%	41%	67%	67%	33%	71%	29%
k hazardním hrám, cigaretám, alkoholu a drogám se názorově staví spíše negativně, alkohol a drogy nezneužívají, nebo až ve vyšším věku	23%	77%	33%	66%	44%	56%	34%	17%	83%	51%	49%	30%	30%	70%	47%	53%
respektují autoritu dospělého	49%	51%	58%	42%	59%	41%	55%	42%	58%	38%	62%	39%	39%	61%	34%	66%
jsou schopni cítit a přijímat dobré hodnoty a vlastnosti	82%	18%	86%	14%	84%	16%	86%	79%	21%	73%	27%	79%	79%	21%	78%	22%
mají zájmy a záliby neslučitelné nebo nesouvisející s alkoholem a drogami	59%	41%	61%	39%	47%	53%	60%	44%	56%	57%	43%	24%	24%	76%	59%	41%

22. Grafy a tabulka vztahující se ke dvaadvacáté otázce dotazníku

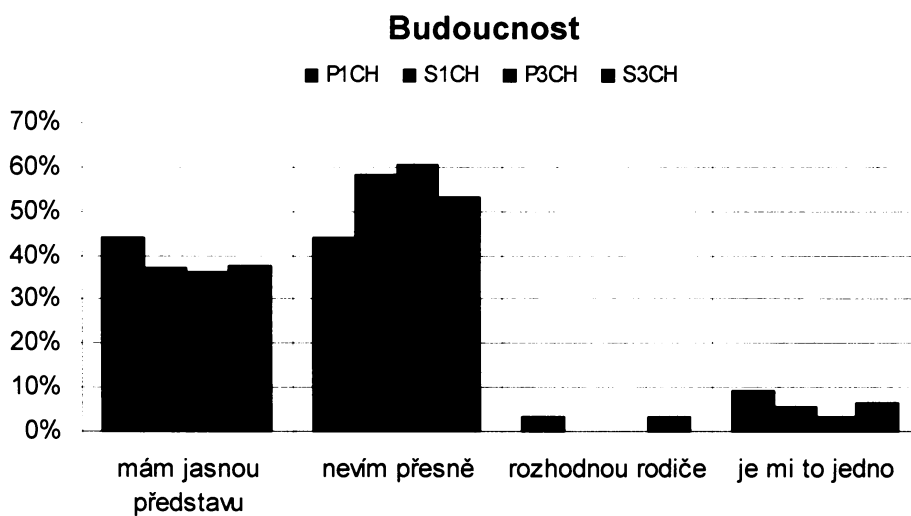
22.1 Tabulka č. 47: Představa respondentů o vlastní budoucnosti

Budoucnost								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
mám jasnou představu	33	42	44	37	21	32	36	38
nevím přesně, co budu dělat, ale vím, co nechci	67	58	44	58	73	68	61	53
rozhodnou rodiče	0	0	3	0	4	0	0	3
je mi to jedno	0	0	9	5	2	0	3	6

22.2 Graf č. 21: Budoucnost – dívky



22.3 Graf č. 22: Budoucnost – chlapci



23. Tabulka vztahující se ke tříadvacáté otázce dotazníku

23.1 Tabulka č. 48: Žebříček hodnot (5) sestavený respondenty

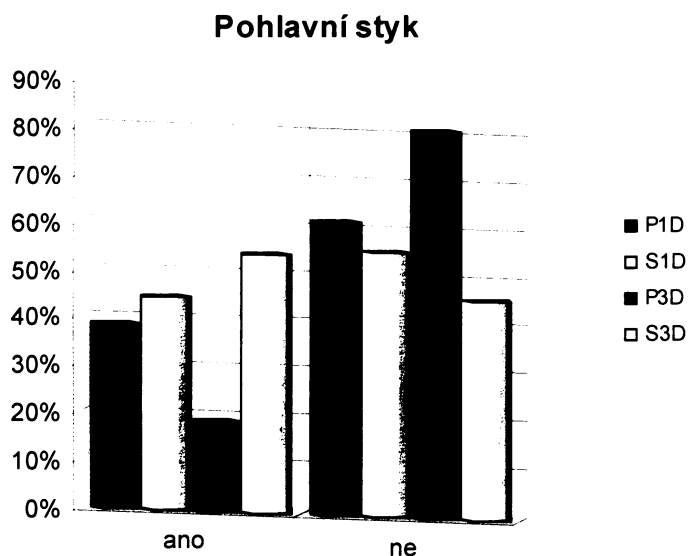
Žebříček hodnot		
Oblast	ročník	nejčastěji kouří
Praha	1. roč. D	zdraví, rodina, láska, přátelé, učení
	3. roč. D	zdraví, rodina, přátelé, láska, svoboda
	1. roč. CH	zdraví, rodina, přátelé, láska, umění
	3. roč. CH	zdraví, rodina, přátelé, učení, peníze
Svitavsko	1. roč. D	rodina, zdraví, přátelé, láska, učení
	3. roč. D	zdraví, rodina, přátelé, láska, partner
	1. roč. CH	zdraví, rodina, láska, přátelé, učení
	3. roč. CH	zdraví, rodina, přátelé, láska, upřímnost

24. Grafy a tabulka vztahující se ke čtyřicetáté otázce dotazníku

24.1 Tabulka č. 29: Pohlavní život respondentů

Pohlavní styk								
n = 295	Praha				Svitavsko			
	P1D	P3D	P1CH	P3CH	S1D	S3D	S1CH	S3CH
ano	38%	44%	34%	58%	19%	54%	18%	44%
ne	62%	56%	66%	42%	81%	46%	82%	56%
celkem (100%)	39	36	32	38	48	37	33	32

24.2 Graf č. 23: Pohlavní život respondentů - dívky



24.3 Graf č. 24: Pohlavní život respondentů - chlapci

