



MINISTERSTVO ŠKOLSTVA,
VEDY, VÝSKUMU A ŠPORTU
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



Ružinov
mestská časť
Bratislava - Ružinov

ZDRAVIE NA TANIERI

ANKETA O ZDRAVEJ VÝŽIVE

Názory zistené na začiatku
projektu

23.9.2019-27.9.2019

NAUČME
SA
ŽIŤ
ZDRAVO

Základná škola, Kuliškova 8, 821 08 Bratislava

NAUČME SA ŽIŤ ZDRAVO

ANONYMNÝ DOTAZNÍK

1. Myslíš, že sa stravuješ zdravo? Áno nie neviem
2. Vieš čo je to vyvážená strava? Áno nie neviem
3. Ješ denne mliečne výrobky? Áno nie neviem
4. Ktoré mliečne výrobky máš najradšej? mlieko, jogurt, tvaroh, syry, termix, miláčik, pribináčik
5. Ktoré mliečne výrobky máš najmenej rád? mlieko, jogurt, tvaroh, syry, termix, miláčik, pribináčik
6. Koľko kúskov ovocia zješ denne?
7. Ktoré ovocie máš najradšej? Jablko, hruška, banán, slivka, čerešňa, jahoda, iné, napíš, ktoré
8. Ktoré ovocie máš najmenej rád? Jablko, hruška, banán, slivka, čerešňa, jahoda, iné, napíš, ktoré
9. Koľko porcií zeleniny zješ denne?

NAUČME SA ŽIŤ ZDRAVO

ANONYMNÝ DOTAZNÍK

10. Máš rád zeleninové šaláty? Áno nie neviem

11. Ktorý šalát ti najviac chutí?

mrkvový, cviklový, zelerový, uhorkový, kapustový,
miešaný - paradajka, paprika, uhorka, cibuľka ak iné
napíš, iný šalát.

12. Čo máš zvyčajne na desiatu?

13. Zješ celý obed v škole? Áno nie

14. Aké je tvoje najobľúbenejšie varené jedlo?

15. O ktorej hodine večeriaš?

16. Aké nápoje piješ denne?

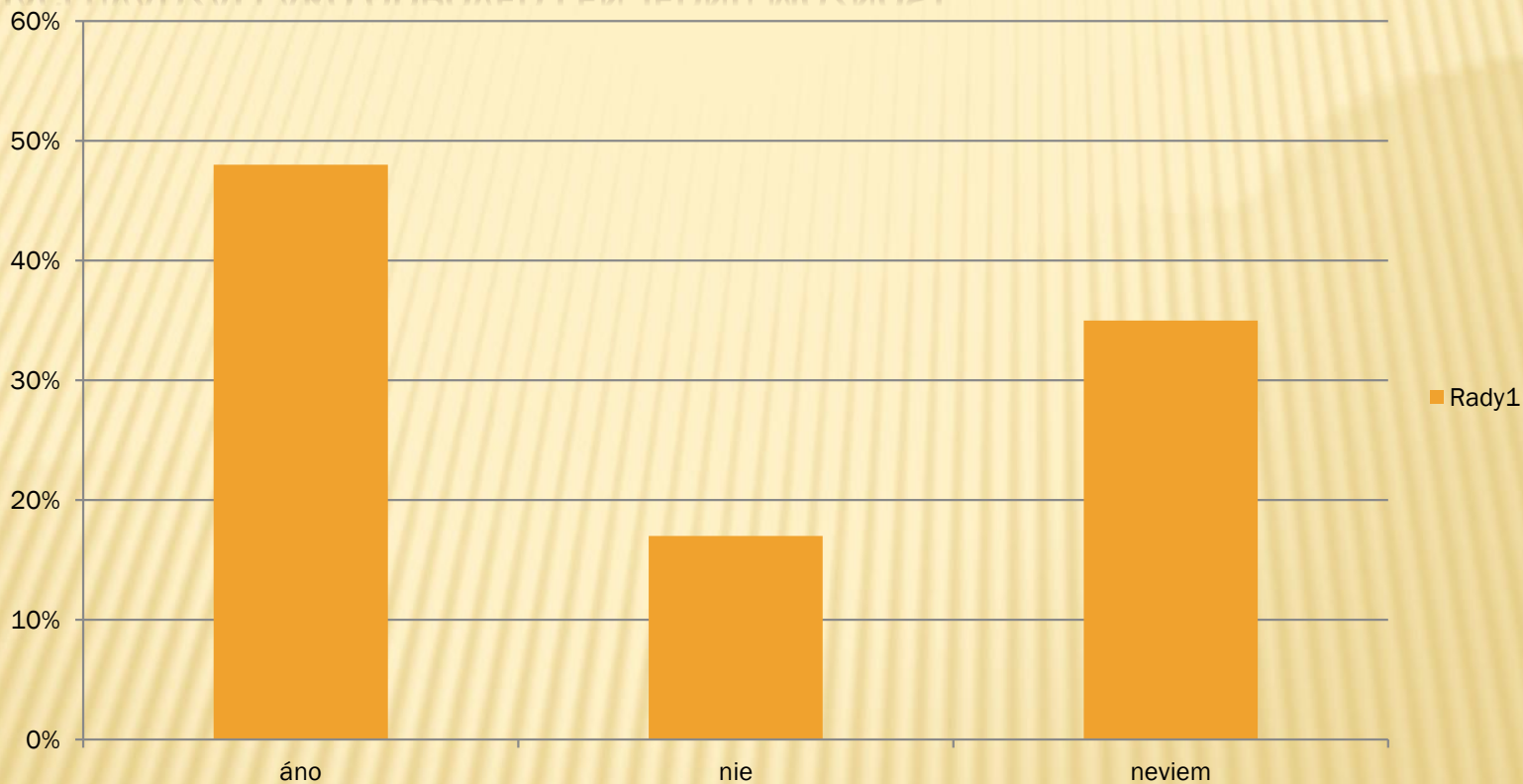
17. Ktoré sú tvoje obľúbené sladkosti?

VYHODNOTENIE

- ✘ V rámci ankety sme získali odpovede od 154 žiakov našej školy.
- ✘ Väčšina odpovedí je vyjadrená v percentách.
- ✘ Pri otázkach č.1,2,3,6,9,10,13,15 žiaci uvádzali ako odpoveď len jednu možnosť.
- ✘ Pri otázkach č.4,5,7,8,11,12,14,16,17 žiaci uvádzali ako odpoveď aj viac možností možnosť.

OTÁZKA Č. 1 MYSLÍŠ, ŽE SA STRAVUJEŠ ZDRAVO?

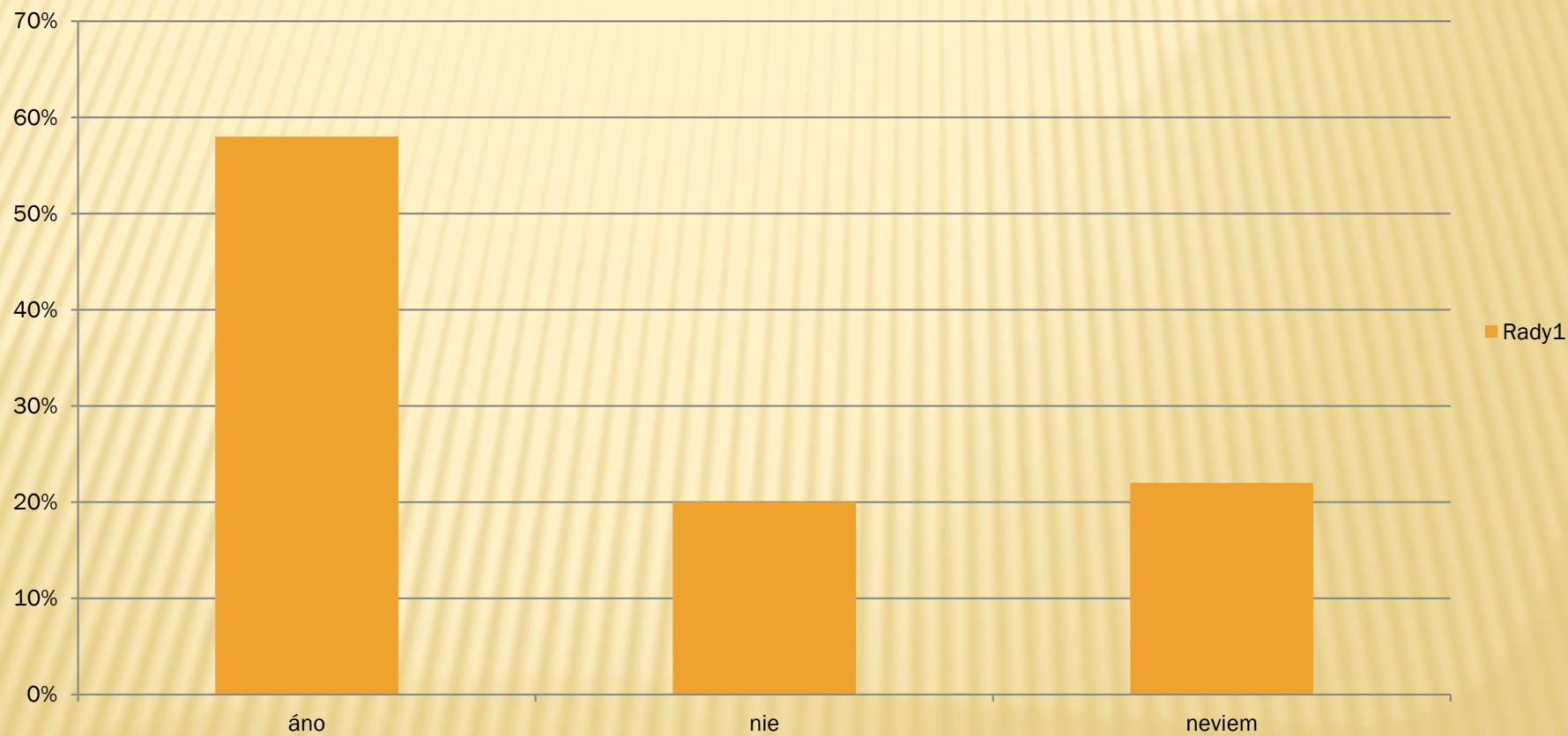
ÁNO NIE NEVIEM
ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ LEN JEDNU MOŽNOSŤ.



OTÁZKA Č.2 VIEŠ ČO JE TO VYVÁŽENÁ STRAVA?

ÁNO NIE NEVIEM

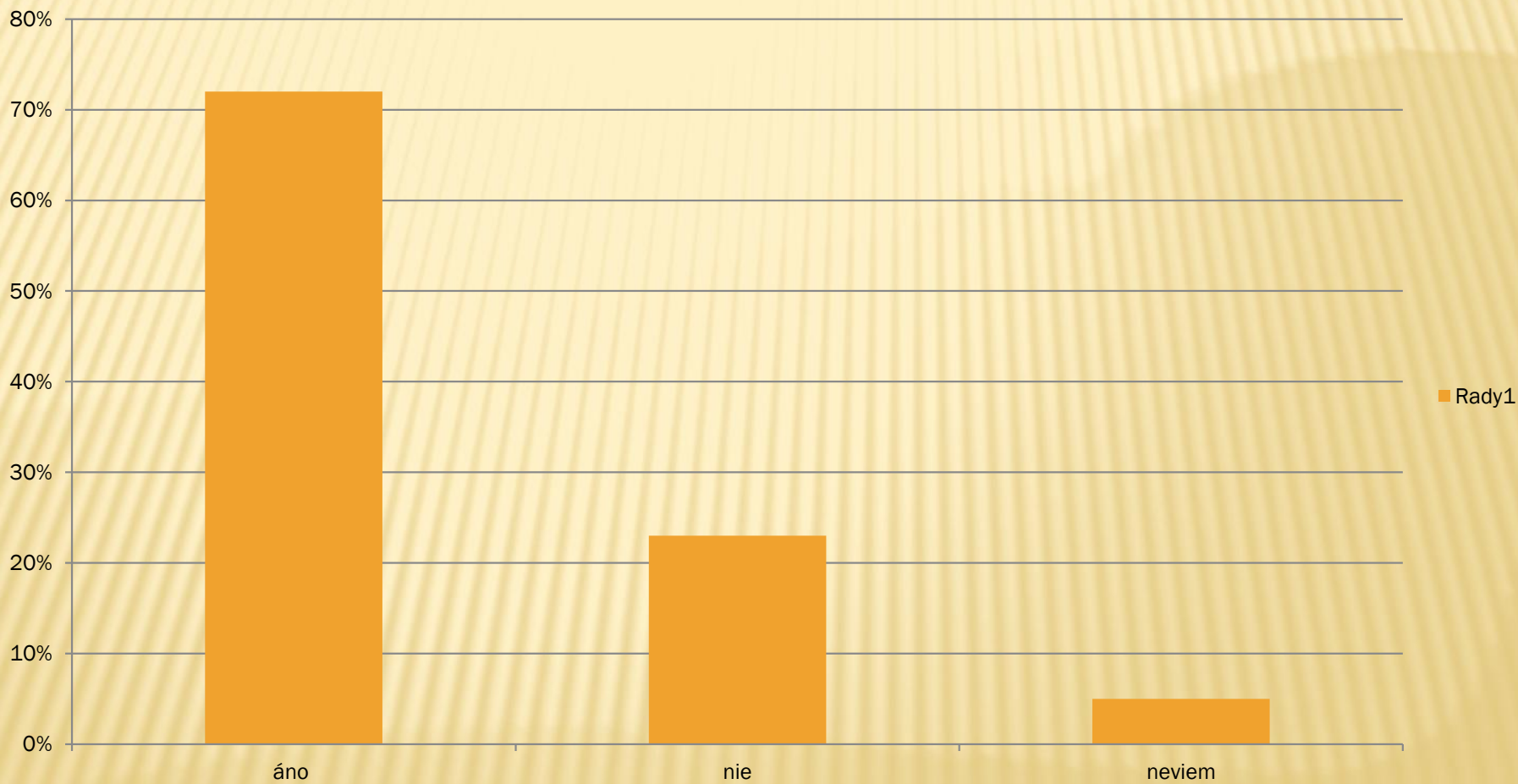
ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ LEN JEDNU MOŽNOSŤ.



OTÁZKA Č. 3 JEŠ DENNE MLIEČNE VÝROBKY?

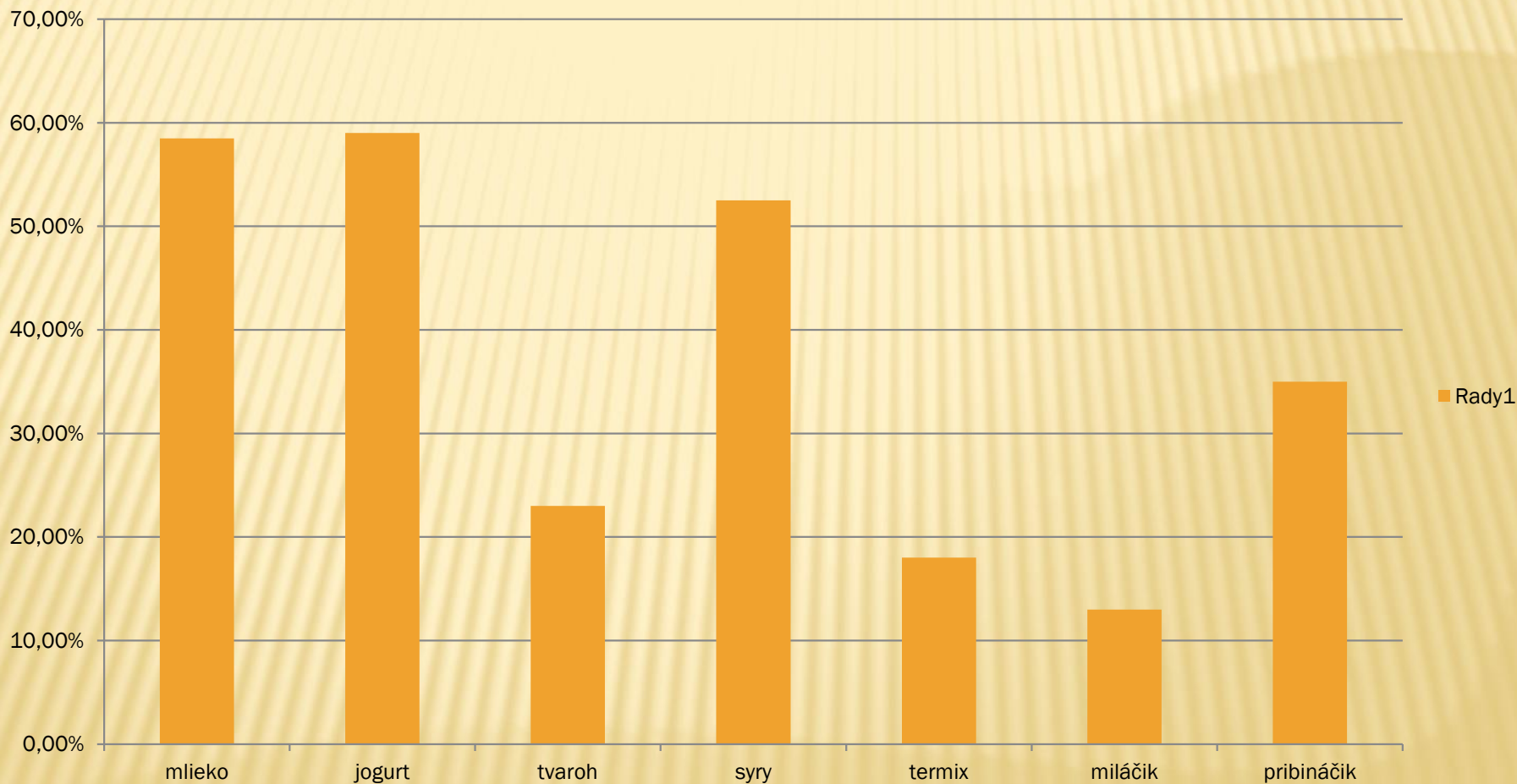
ÁNO NIE NEVIEM

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ LEN JEDNU MOŽNOSŤ.



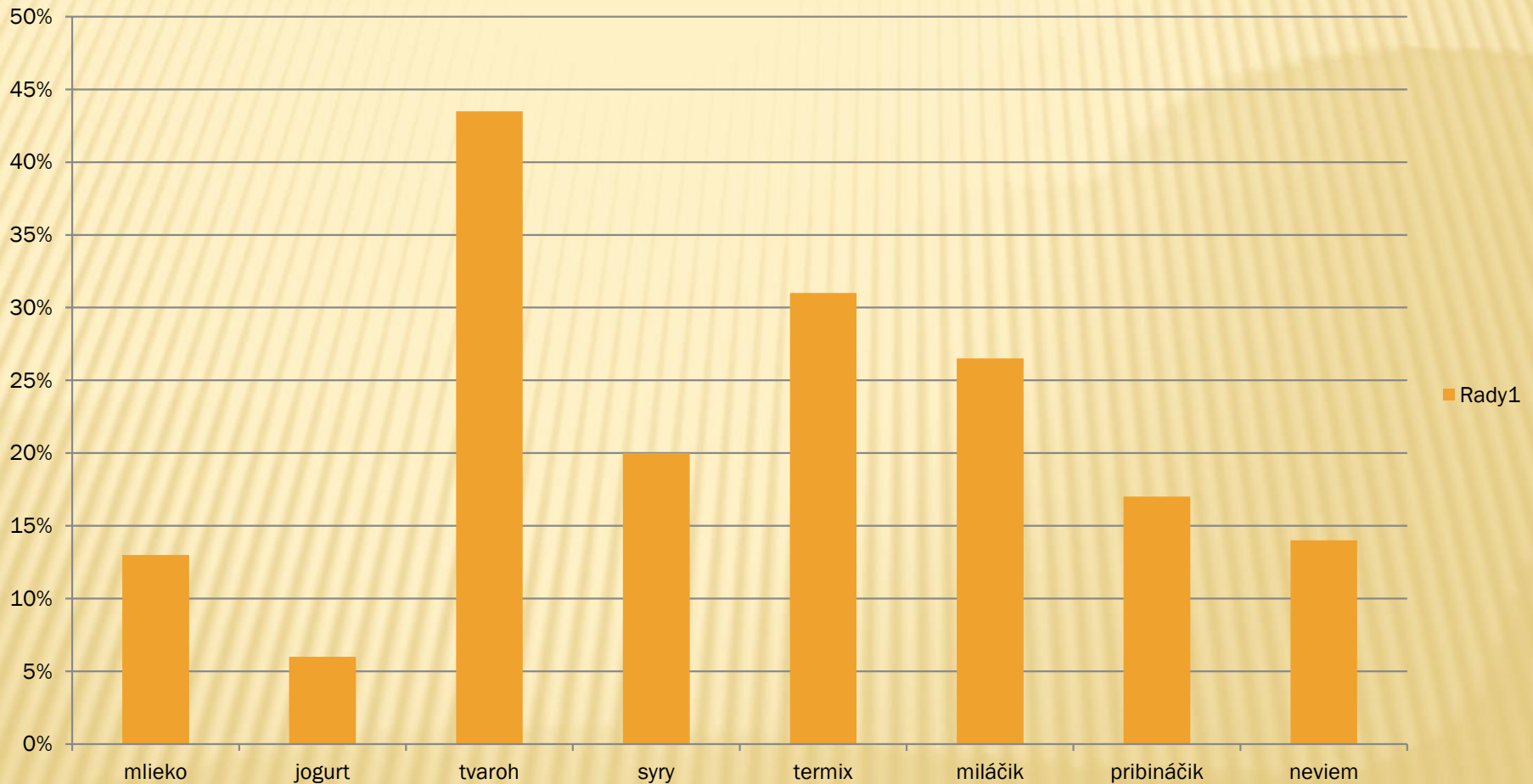
OTÁZKA Č.4 KTORÉ MLIEČNE VÝROBKY MÁŠ NAJRADŠEJ?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ AJ VIAC MOŽNOSTÍ SÚČASNE.



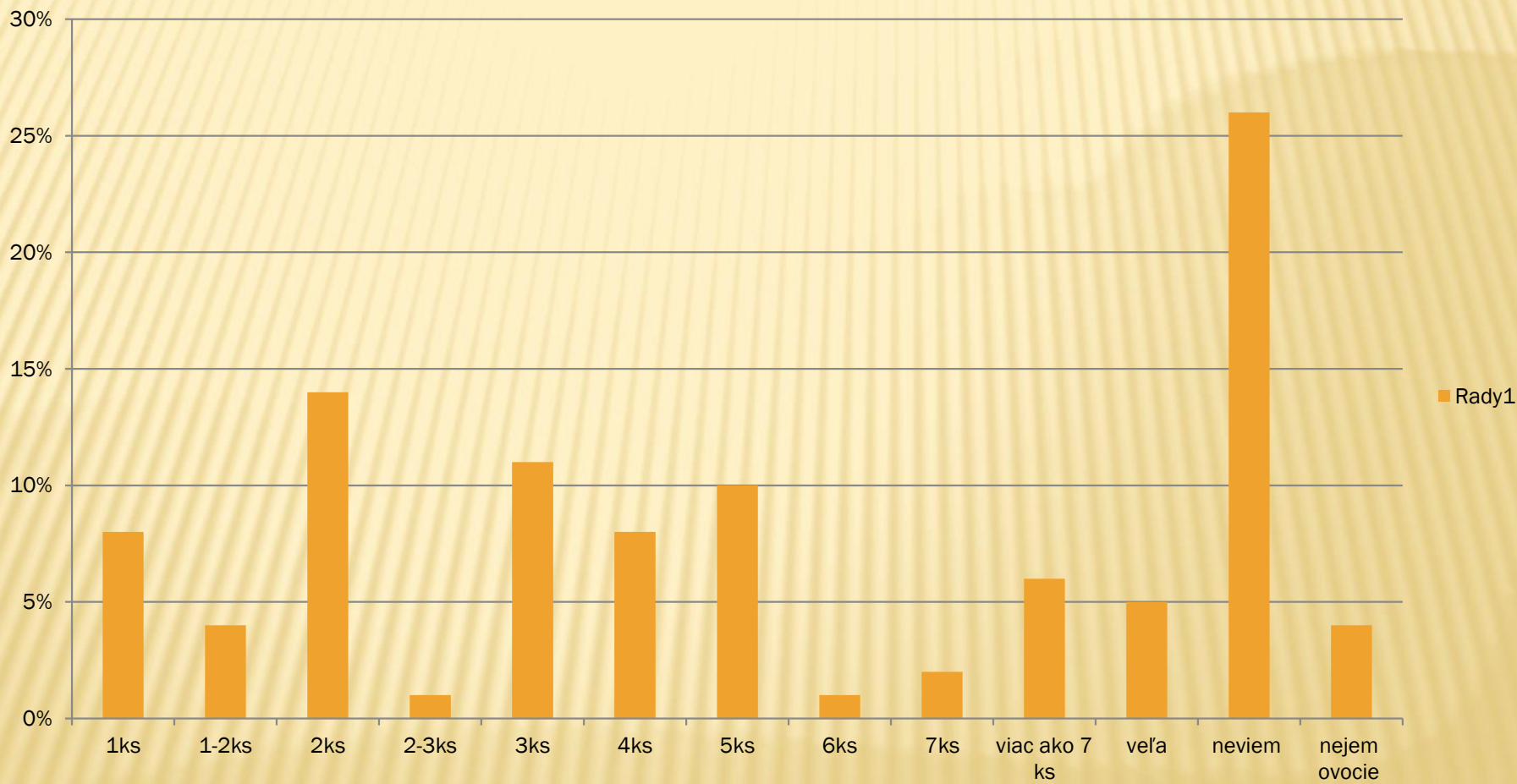
OTÁZKA Č.5 KTORÉ MLIEČNE VÝROBKY MÁŠ NAJMENEJ RÁD?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ AJ VIAC MOŽNOSTÍ SÚČASNE.



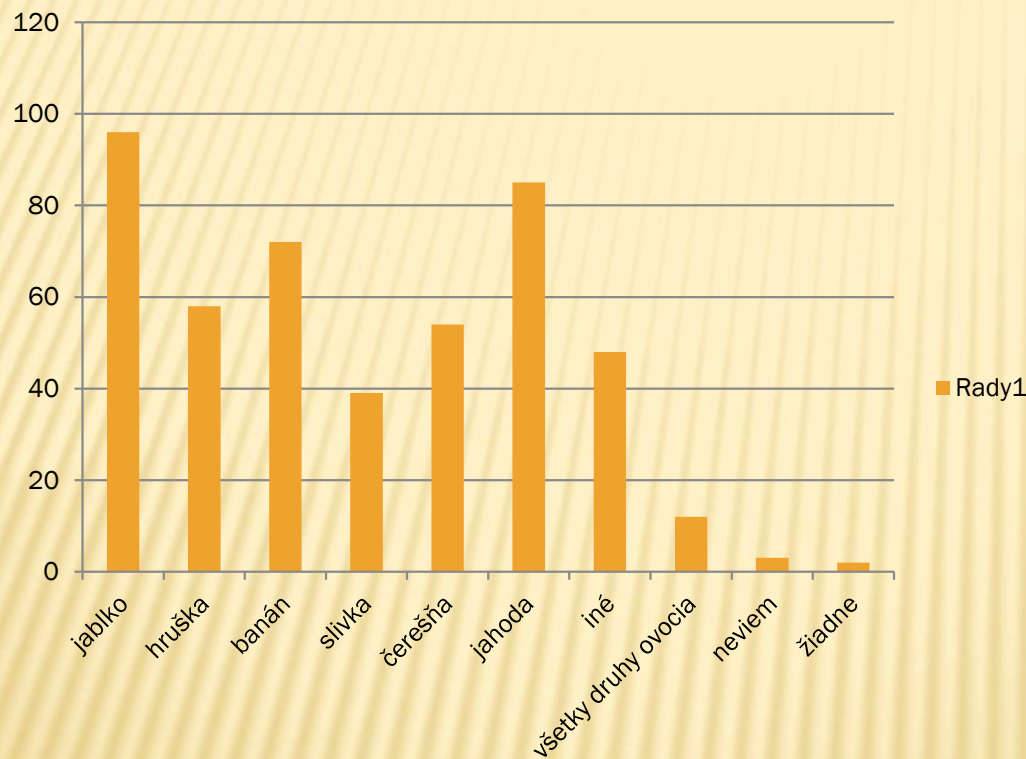
OTÁZKA Č.6 KOĽKO KÚSKOV OVOCIA ZJEŠ DENNE?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ LEN JEDNU MOŽNOSŤ.



OTÁZKA Č.7 KTORÉ OVOCIE MÁŠ NAJRADŠEJ?

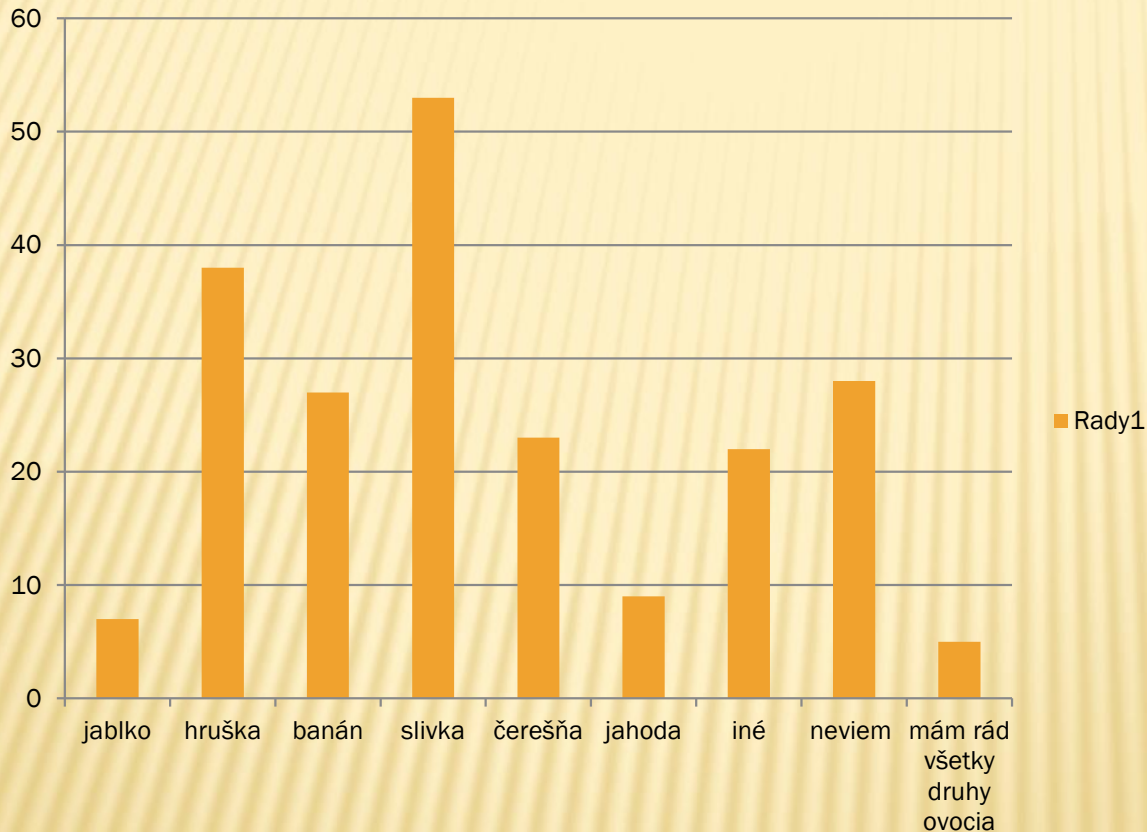
JABLKO, HRUŠKA, BANÁN, SLIVKA, ČEREŠŇA, JAHODA, INÉ.
ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ AJ VIAC MOŽNOSTÍ SÚČASNE.



Ako odpoveď „iné“ žiaci uvádzali: hrozno, černica, malina, pomaranč, kiwi, ananás, mandarínka, grep, melón, citrón, mango, egreše, datle, granátové jablko, čučoriedky, broskyňa.

OTÁZKA Č.8 KTORÉ OVOCIE MÁŠ NAJMENEJ RÁD?

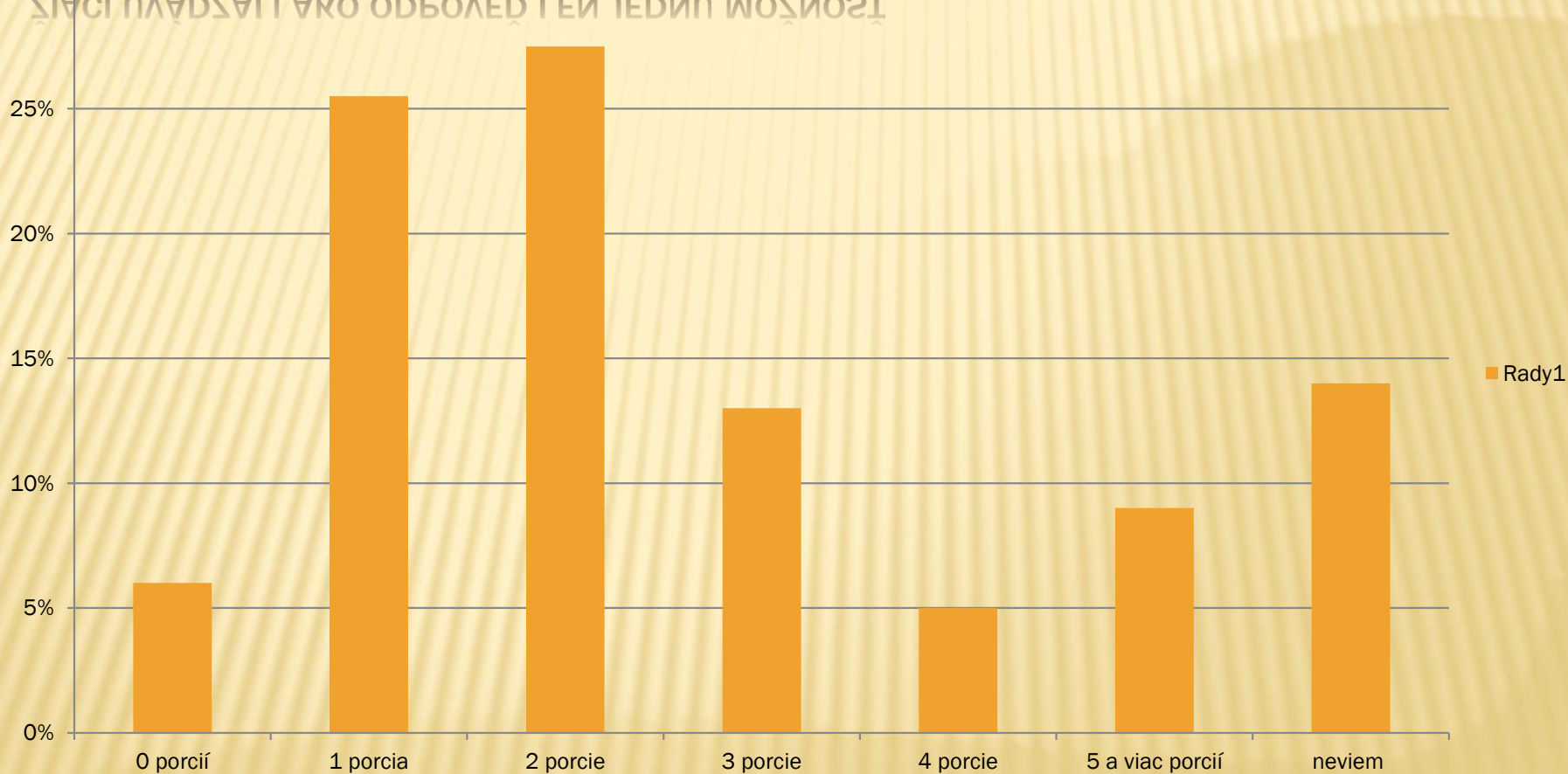
JABLKO, HRUŠKA, BANÁN, SLIVKA, ČEREŠŇA, JAHODA, INÉ.
ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ AJ VIAC MOŽNOSTÍ SÚČASNE.



Ako odpoveď „iné“
žiaci uvádzali:
hrozno, egreše,
avokádo,
figa, ananás, citrón,
mango, granátové
jablko,
čučoriedky,
broskyňa.

OTÁZKA Č.9 KOĽKO PORCIÍ ZELENINY ZJEŠ DENNE?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ LEN JEDNU MOŽNOSŤ.



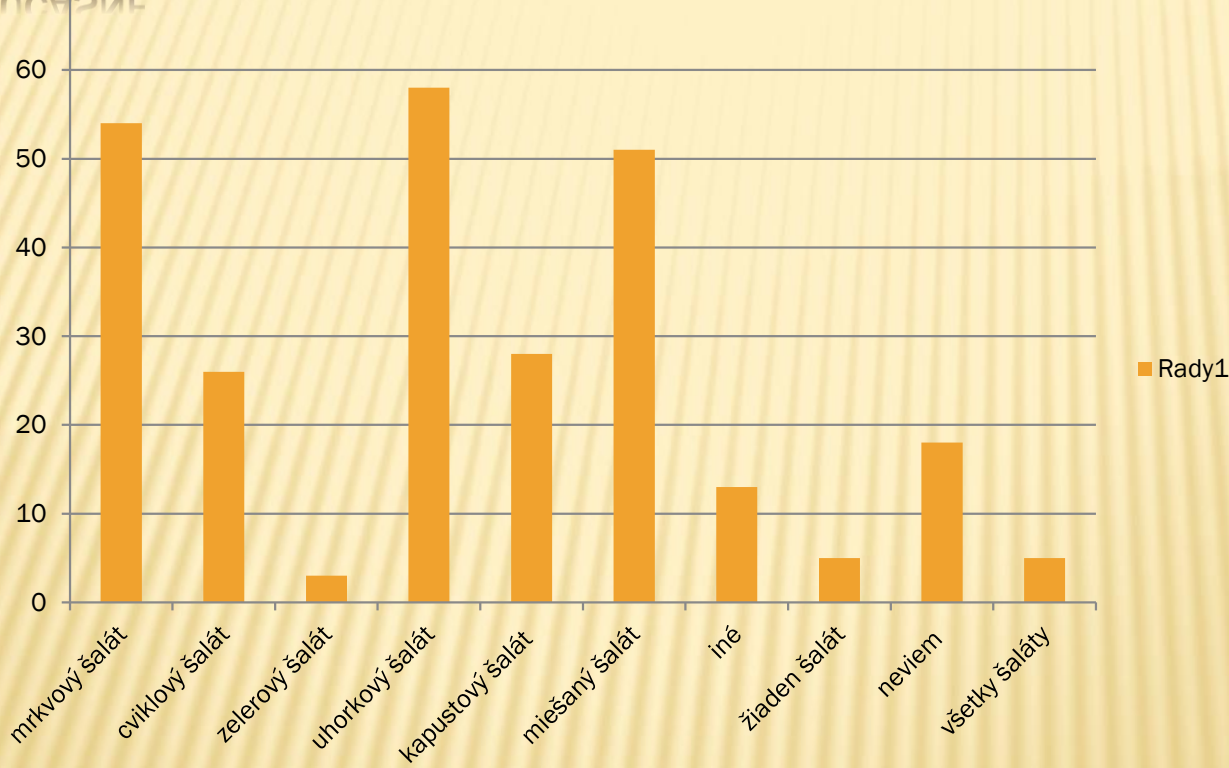
OTÁZKA Č.10 MÁŠ RÁD ZELENINOVÉ ŠALÁTY?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ LEN JEDNU MOŽNOSŤ.



OTÁZKA Č.11 KTORÝ ŠALÁT TI NAJVIAC CHUTÍ?

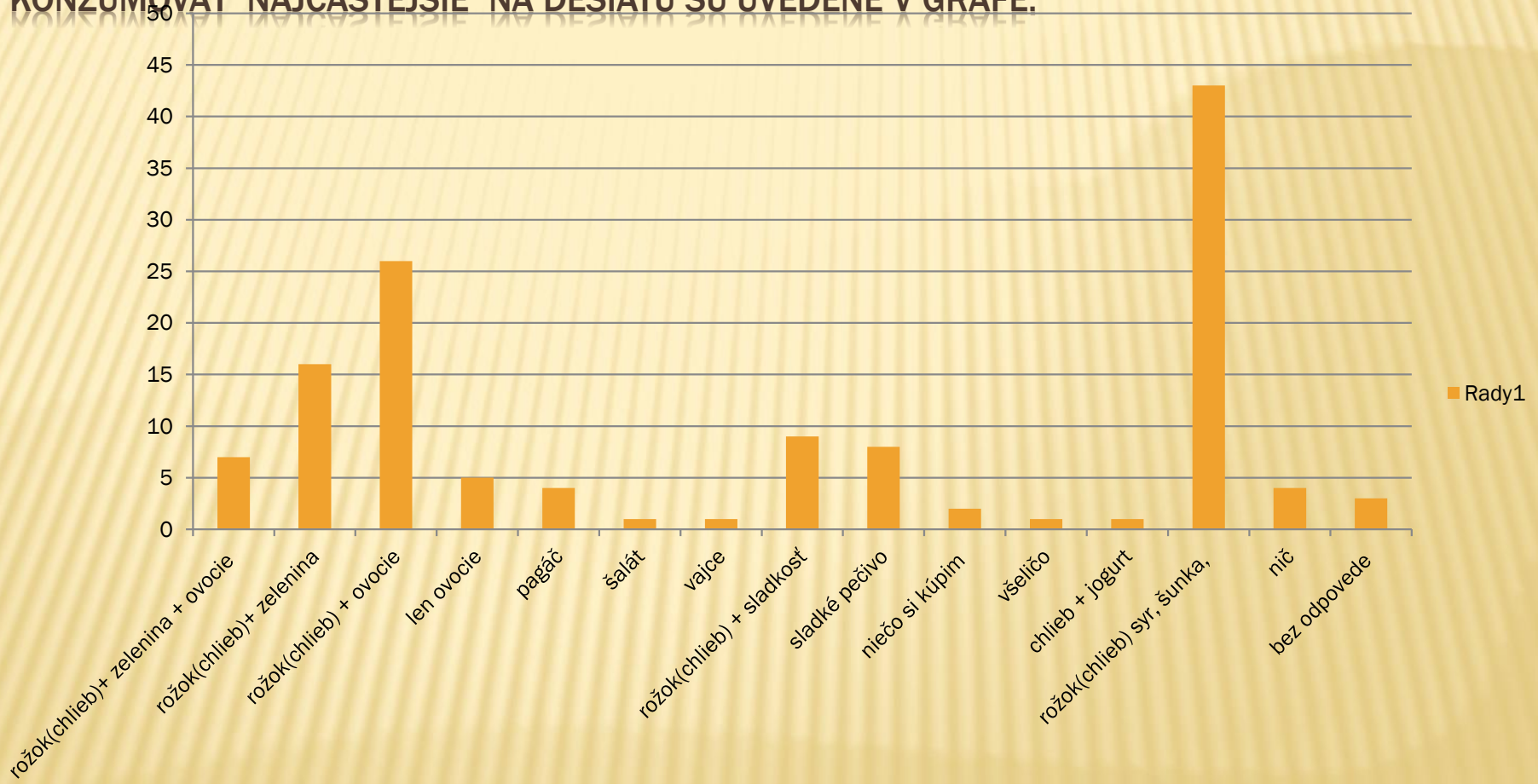
MRKVOVÝ, CVIKLOVÝ, ZELEROVÝ, UHORKOVÝ, KAPUSTOVÝ, MIEŠANÝ - PARADAJKA, PAPRIKA, UHORKA, CIBUĽKA AK INÉ NAPIŠ, INÝ ŠALÁT. ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ AJ VIAC MOŽNOSTÍ SÚČASNE.



Ako odpoveď „iné“ žiaci uvádzali šaláty: hlávkový, zemiakový, taliansky, grécky, majonézový, so syrom a mäsom, kurací, tuniakový.

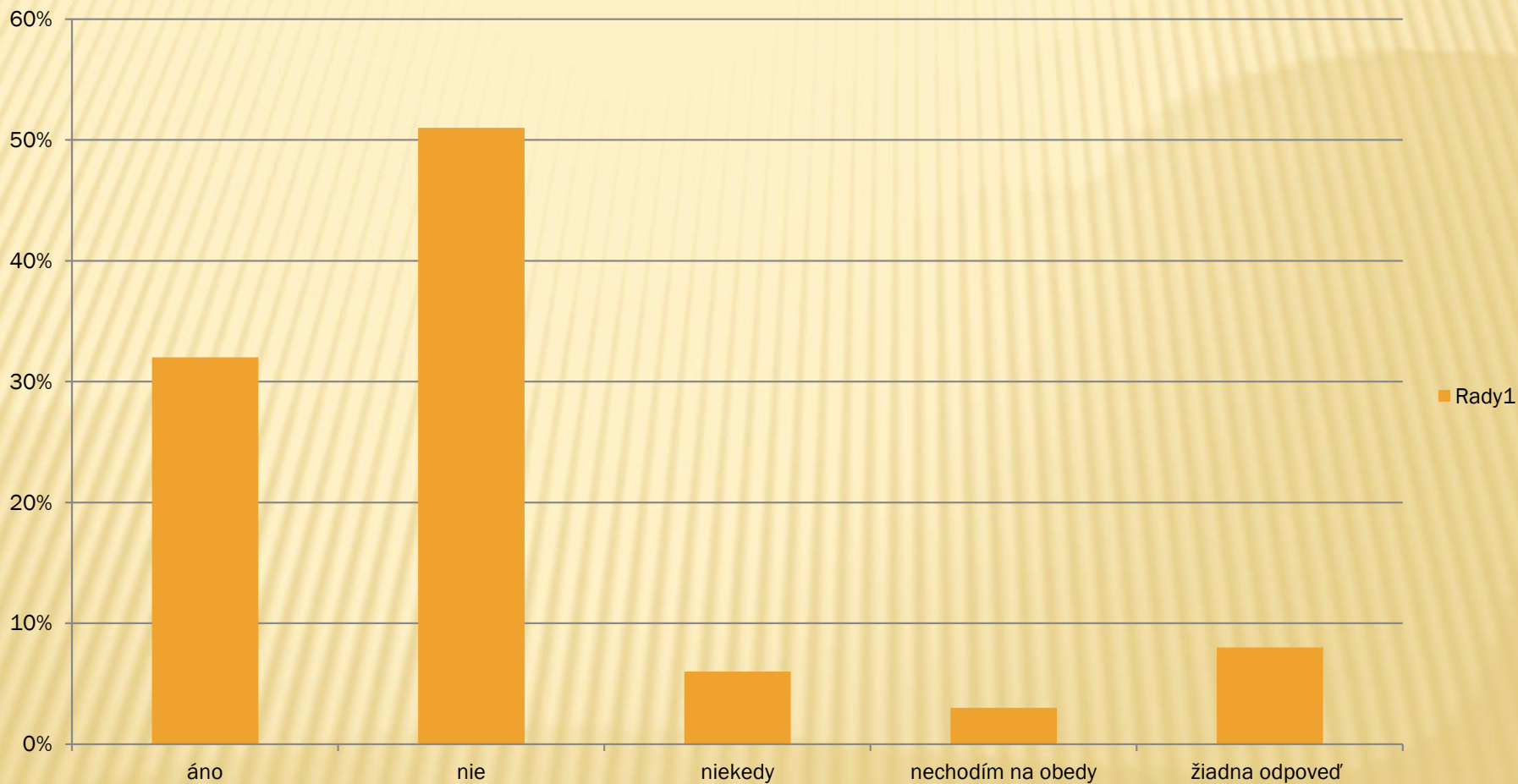
OTÁZKA Č. 12 ČO MÁŠ ZVYČAJNE NA DESIATU?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ AJ VIAC MOŽNOSTÍ SÚČASNE. KOMBINÁCIE TOHO, ČO ZVYKNÚ KONZUMOVAŤ NAJČASTEJŠIE NA DESIATU SÚ UVEDENÉ V GRAFE.



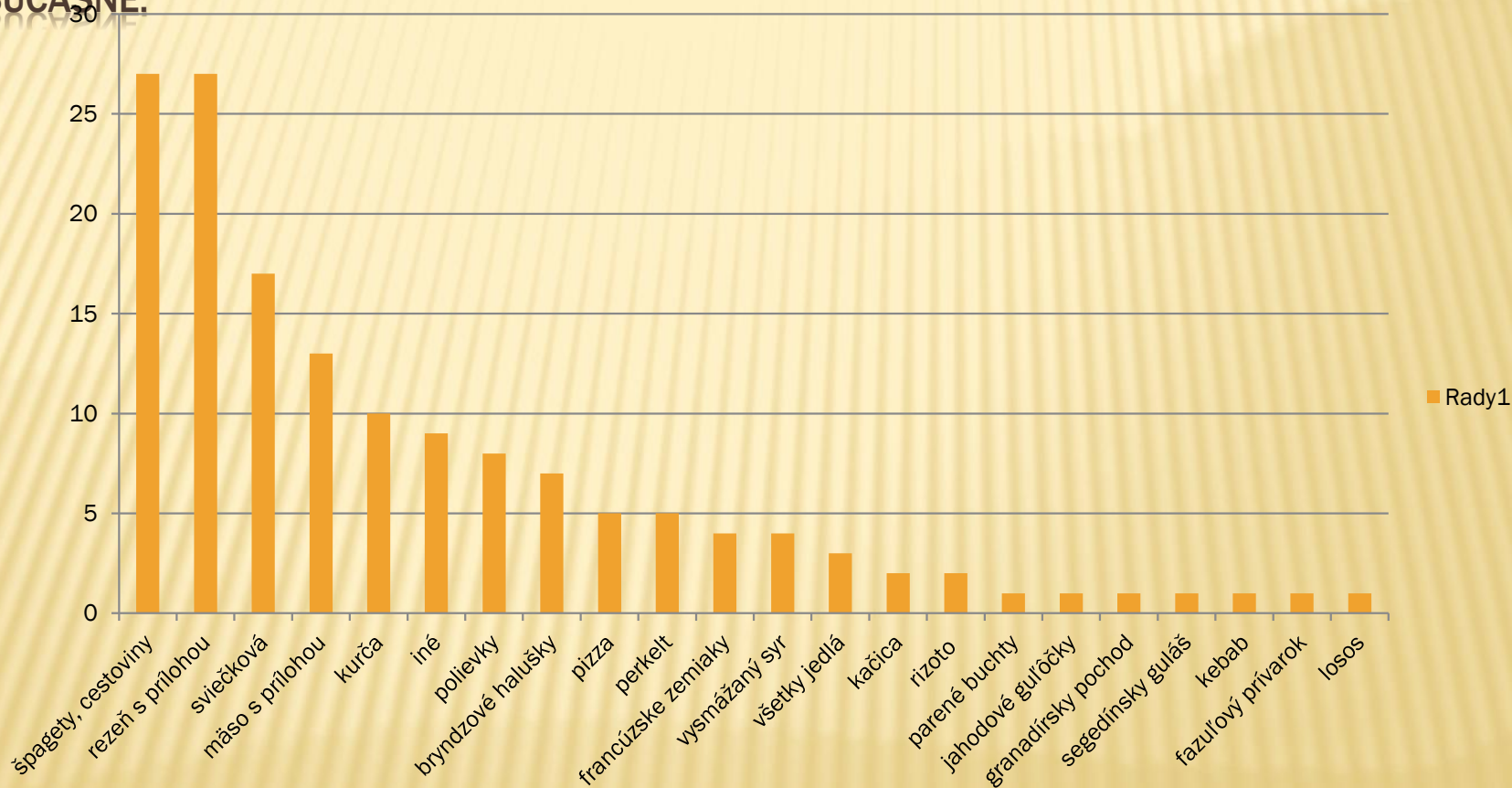
OTÁZKA Č.13 ZJEŠ CELÝ OBED V ŠKOLE?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ LEN JEDNU MOŽNOSŤ.



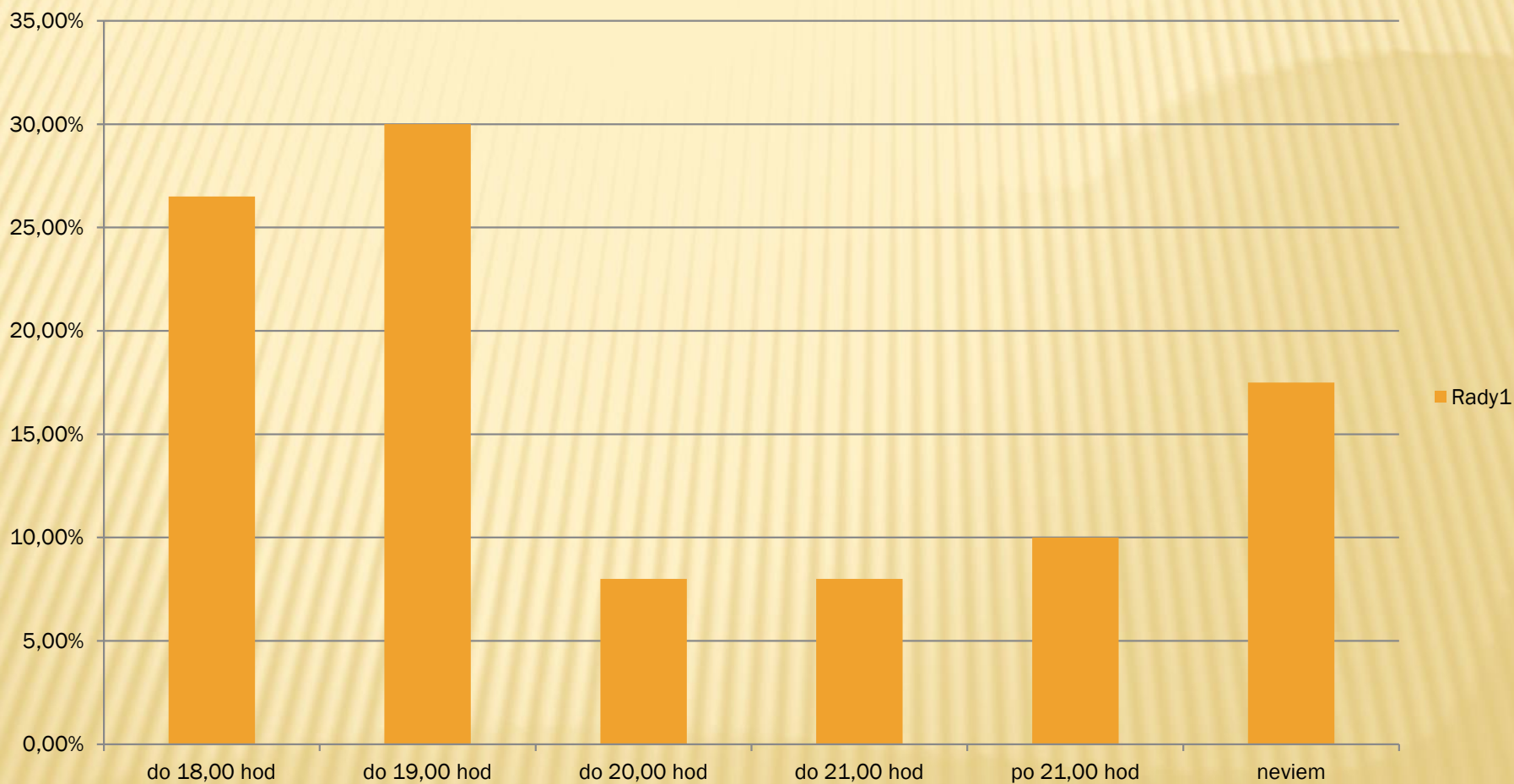
OTÁZKA 14. AKÉ JE TVOJE NAJOBĽÚBENEJŠIE VARENÉ JEDLO?

AKO PRÍLOHY K MÄSU DETI UVÁDZALI RYŽU, ZEMIAKY, CESTOVINU. V RÁMCI POLOŽKY POLIEVKY ŽIACI UVÁDZALI – BORŠČ, KAPUSTNICU, POLIEVKU S REZANČAMI, KURACÍ VÝVAR, HRÁŠKOVÚ A PARADAJKOVÚ POLIEVKU. ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ AJ VIAC MOŽNOSTÍ SÚČASNE.



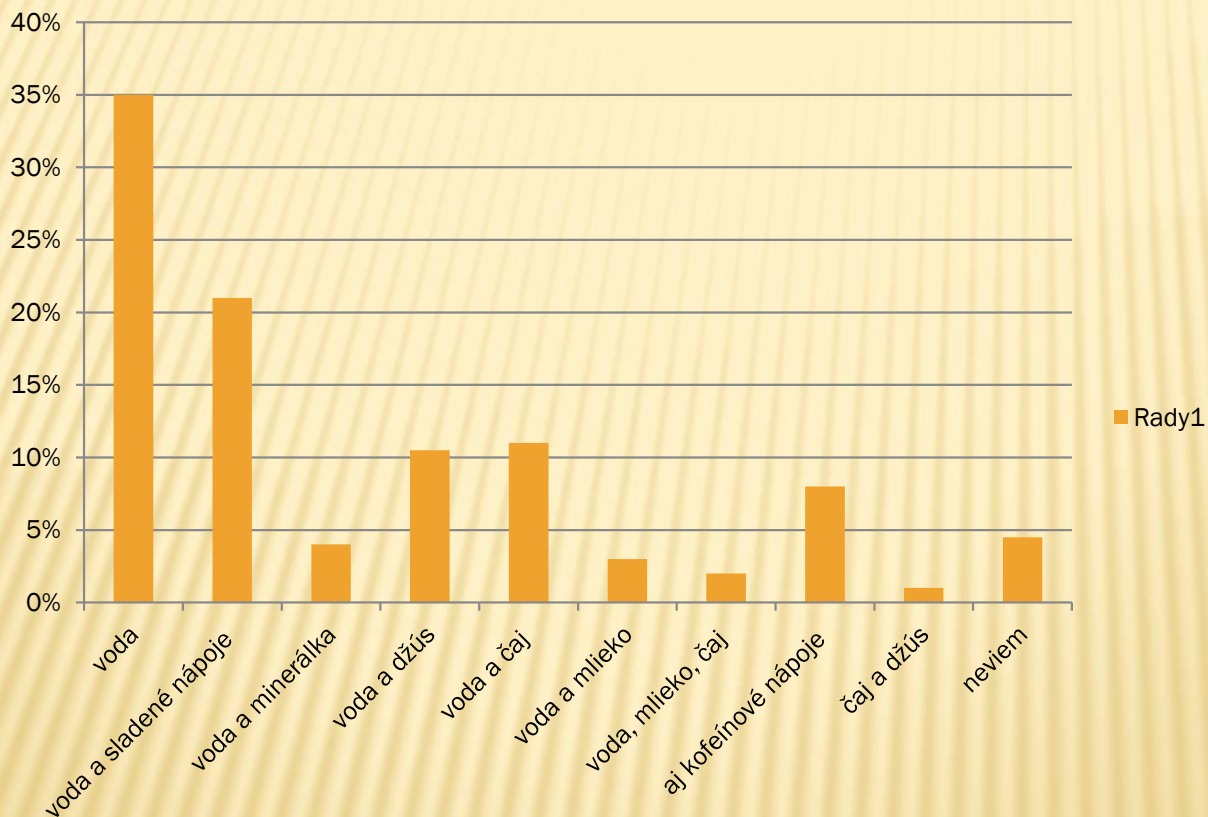
OTÁZKA Č.15 O KTOREJ HODINE VEČERIAŠ?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ LEN JEDNU MOŽNOSŤ.



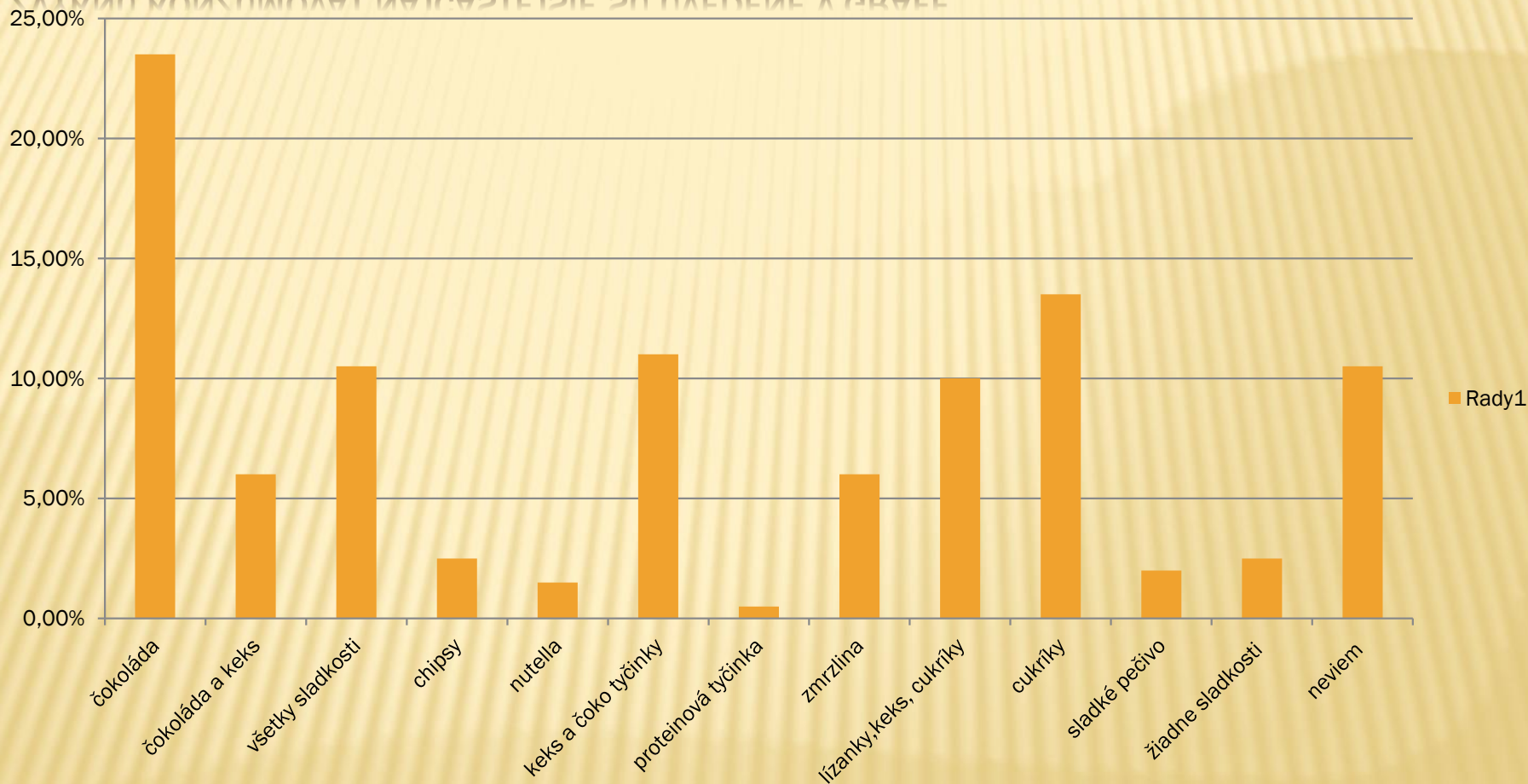
OTÁZKA Č.16 AKÉ NÁPOJE PIJEŠ DENNE?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ AJ VIAC MOŽNOSTÍ SÚČASNE. KOMBINÁCIE NÁPOJOV, KTORÉ ZVYKNÚ PIŤ NAJČASTEJŠIE SÚ UVEDENÉ V GRAFE.



OTÁZKA Č.17 KTORÉ SÚ TVOJE OBLÚBENÉ SLADKOSTI?

ŽIACI UVÁDZALI AKO ODPOVEĎ AJ VIAC MOŽNOSTÍ SÚČASNE. KOMBINÁCIE SLADKOSTÍ, KTORÉ ZVYKNÚ KONZUMOVAŤ NAJČASTEJŠIE SÚ UVEDENÉ V GRAFE.



ZÁVER

- ✘ Dotazník vyhodnotila a prezentáciu zostavila Ing. Marta Rovná, ZŠ Kulíškova 8, Bratislava

ĎAKUJEM ZA POZORNOSŤ!