

STRAVOVACÍ NÁVYKY

Vypracovaly: Nikola Jukličková, Nikola Kvízová, Kristýna Fischerová

Výběr respondentů: studentky vyššího gymnázia (5.,6.,7,8.V) ->15 - 19 let a učitelky -> cca 26 let a více

Hypotéza: učitelky(starší generace) mají lepší vztah k jídlu, méně řeší diety a mají méně stravovacích obtíží

Hypotéza se potvrdila

Odpovědi Forms dotazníku: studentky -> 40 odpovědí (modré grafy)

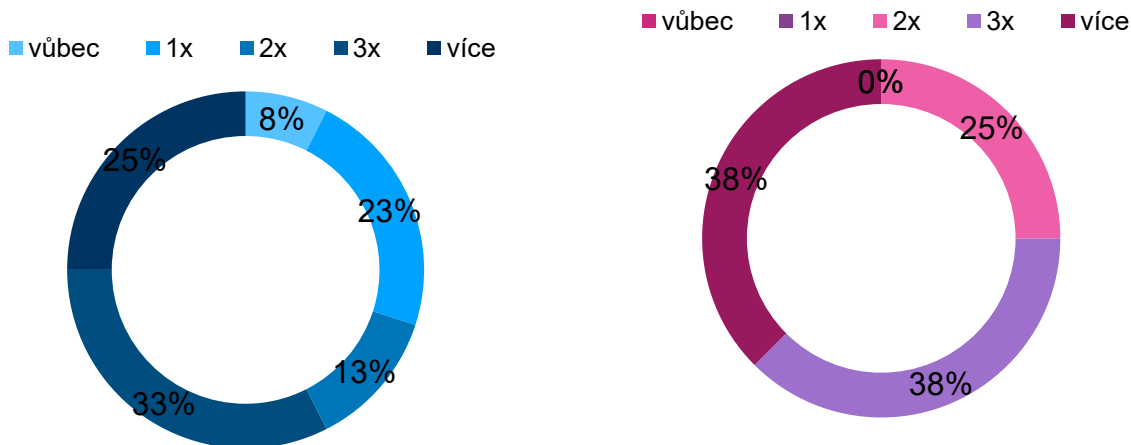
učitelky ->16 odpovědí (fialové grafy)

Otázky

1. Kolikrát denně konzumujete plánovaná jídla?

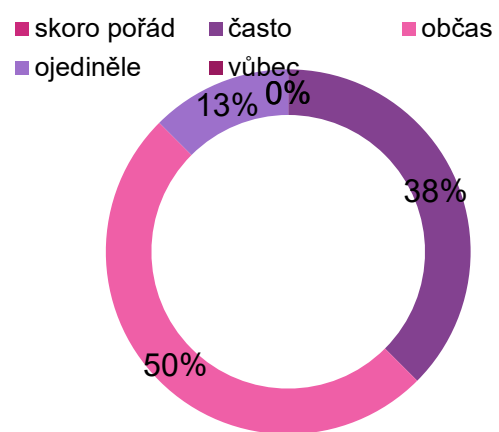
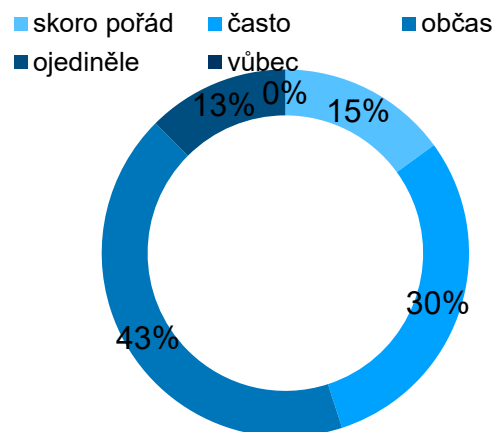
Učitelky si plánují více jídel, tudíž asi dbají více na svou stravu a berou jídlo jako důležitou součást dne.

2. Máte během dne chuť na sladké/slané mimo plánována jídla či po nich? (brambůrky, čokoláda, bonbóny,



oříšky)

U učitelek a studentek tato otázka vyšla u největšího počtu odpovědí dost podobně.

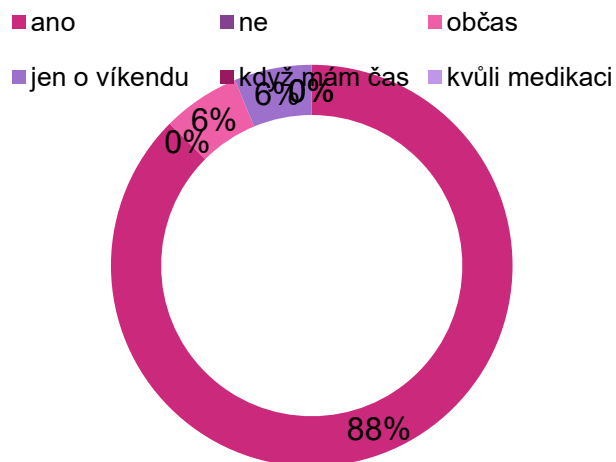
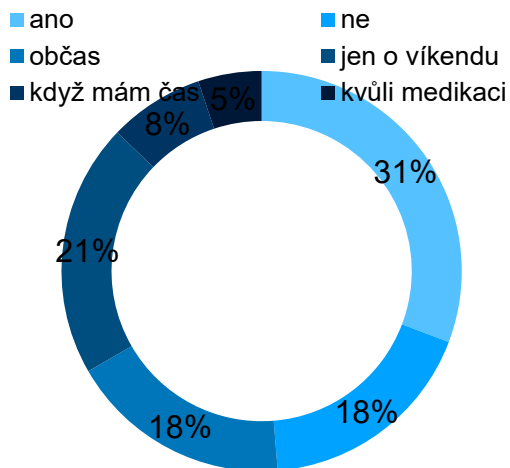


3. Snídáte?

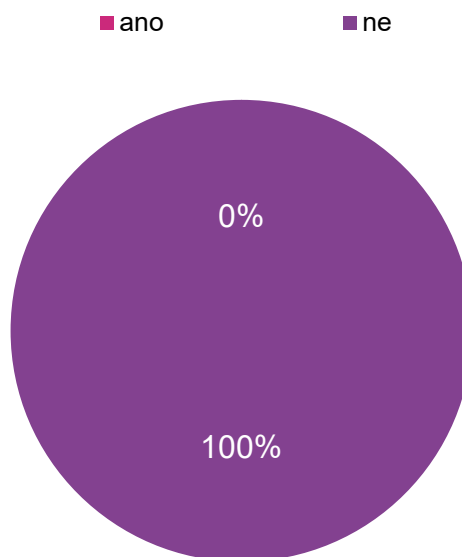
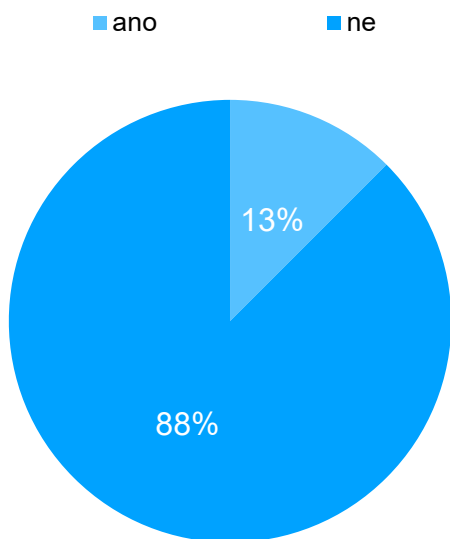
U učitelek nebyla ani jedna odpověď, že by nesnídala, tudíž je rozdíl v tomto. Nejčastější odpověď u obou skupin zůstává stejná.

4. Máte nějaké stravovací omezení (alergie, diabetes, celiakie, ...) Pokud ano, jaké?

U učitelek nemáme ani jednu odpověď ne,



tudíž generačně se nám zase potvrzuje, že nebylo tolik problémů, nebo nebyly diagnostikovány.



5. Máte nějaké stravovací omezení (alergie, diabetes, celiakie, ...) Pokud ano, jaké?

Otevřená odpověď k otázce:

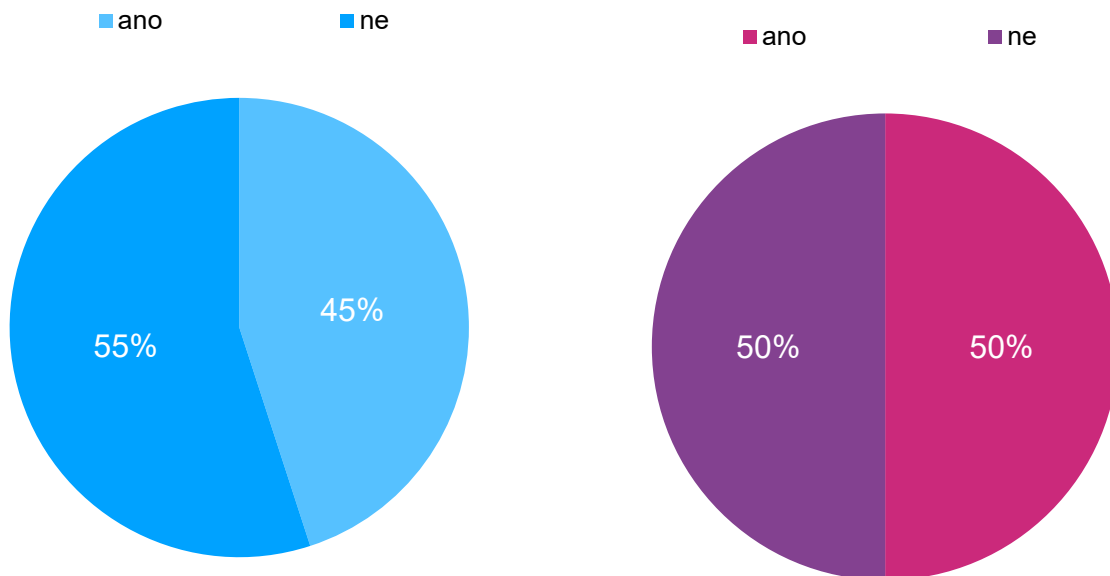
Studentky: laktoza - 2x, často špatně, psychické omezení, celiakie, anorexie a nechutenství, finančně

Učitelky: finančně, vyhýbání se pokrmům kvůli vedlejším účinkům

6. Hlídáte si stravu? (bílkoviny, tuky, kalorie)

Zde jsou výsledky poměrně podobné, ale studentky si stravu hlídají o trochu více.

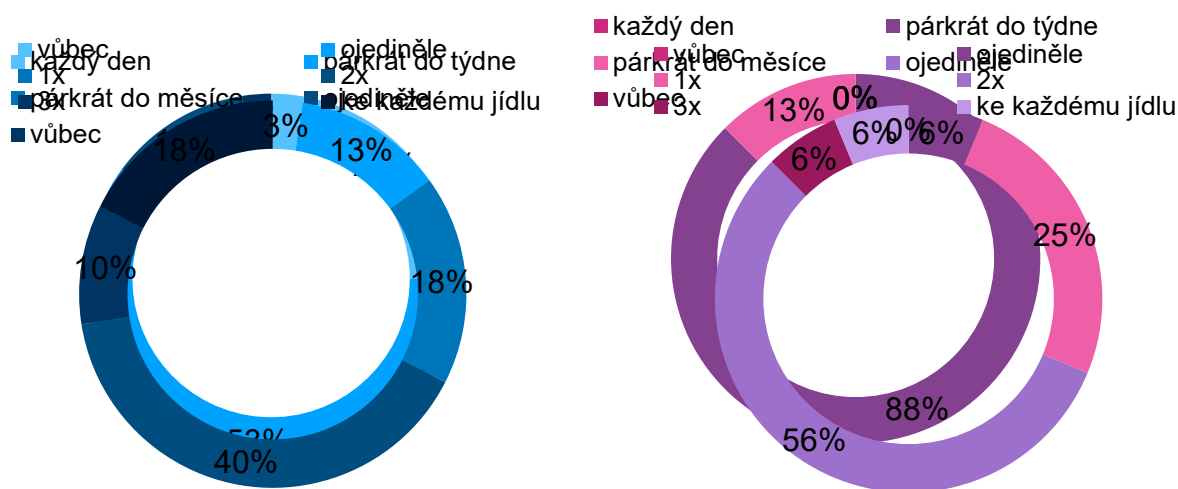
7. Jak často jíte maso?



U učitelek je maso konzumováno s mírou (ani moc, ani málo), u studentek se zachází i do vegetariánství či veganství

8. Kolikrát denně si dáváte k jídlu ovoce nebo zeleninu?

U učitelek není jediná odpověď vůbec jinak nejčastější odpověď je stejná u obou skupin.

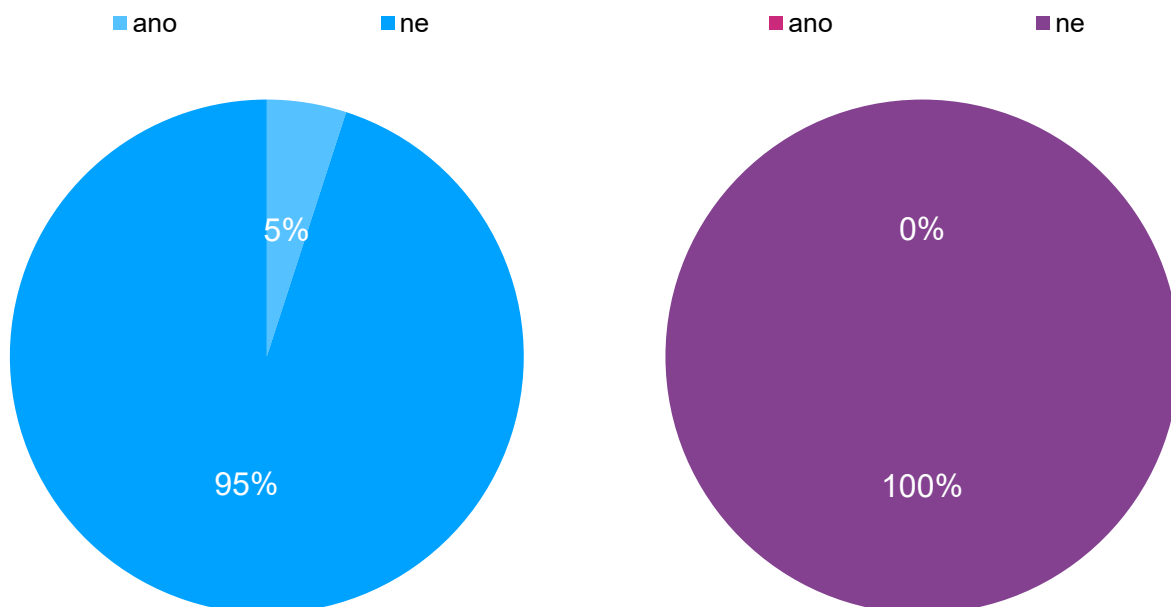


9. Používáte ke stravování jídelníček sestavený odborníkem? (krabičková dieta, jiné diety)

Učitelky nemají ani jednu odpověď ~~ano~~, studentky stravu řeší i tímto způsobem.

Závěr:

Bohužel se nám v 6.V do výzkumu "zamotalo" pár chlapců, takže určitě by se našly lehké odchylky.



Hypotéza se nám potvrdila, dnešní generace více řeší, co jí, a jsou více řešeny poruchy příjmu potravy a jiná stravovací omezení. Je to ale výzkum úzkého okruhu, takže ve světě to může být úplně jinak.