

JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
ZEMĚDĚLSKÁ FAKULTA

Studijní program: Zemědělství

Studijní obor: Agroekologie

Katedra: Agroekosystémů

Vedoucí katedry: prof. Ing. Jan Moudrý, CSc.

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Analýza postoje žáků a rodičů ke školnímu stravování u pilotních škol
programu Skutečně zdravá škola

Vedoucí bakalářské práce: prof. Ing. Jan Moudrý, CSc.

Konzultant bakalářské práce: Mgr. Tomáš Václavík

Autor bakalářské práce: Nikola Tvrdoňová, DiS.

Studijní program: Zemědělství

Studijní obor: Agroekologie

České Budějovice, 2016

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Zemědělská fakulta

Katedra aplikovaných rostlinných biotechnologií

Akademický rok: 2014/2015

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE (PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Nikola Tvrdoňová, DiS.**

Studijní program: **Zemědělství**

Studijní obor: **Agroekologie**

Název tématu: **Analýza postoje žáků a rodičů ke školnímu stravování u pilotních škol programu Skutečně zdravá škola**

Zásady pro vypracování:

Cíl práce: Analyzovat postoje žáků a rodičů ke školnímu stravování na pilotních školách zapojených do programu Skutečně zdravá škola. Posoudit úspěšnost plnění jednotlivých kritérií programu při jeho zavádění a následně vyhodnotit celkový přínos programu Skutečně zdravá škola ke zlepšení kvality stravování školní mládeže.

Literární přehled: Zjistit v literatuře roli školního stravování ve vzdělávání žáků k udržitelnému životu a roli školního stravování v rozvoji udržitelných systémů produkce, distribuce a konzumace potravin ve vybraných zemích světa.

Materiál a metody: Sběr dat studiem dokumentů, návštěvou škol a formou dotazníkových šetření mezi žáky a rodiči.

Výsledky a diskuze: Vyhodnotit výsledky programu a porovnat je se zjištěními dalších autorů.

Závěr. Vyhodnotit postoj žáků a rodičů ke školnímu stravování v programu Skutečně zdravá škola a posoudit úspěšnost zavádění tohoto programu na pilotních školách.

Rozsah grafických prací: do 10 stran (tabulky, grafy, fotografická příloha)

Rozsah průvodní zprávy: 35 - 50 stran textu včetně příloh

Forma zpracování bakalářské práce: tištěná / elektronická

Seznam odborné literatury:

Blömker, S.; Perschke, M.; Voigt, W.; Zacharias, L. (1999) Koch/Köchin - Odborné vzdělávání. aid infodienst - Ochrana spotřebitelů • Výživa • Zemědělství e.V. Hrsg. v. Stam Verlag. Bonn.

Rosegrant, M. W.; Paisner, M. S.; Meijer, S.; Witcover, J. : Global food projections to 2020: emerging trends and alternative futures, 223 pp, ISBN: 0-89629-640-7

Trognon, L., Bousset, J.P., Brannigan, J.: Consumers attitudes towards regional food products: a comparison between five different European countries, 458 p., ISBN 2-7380-0949-2

<http://www.foodforlife.org.uk/why-get-involved/our-impact/evaluation-reports>

https://www.google.cz/books?hl=cs&lr=&id=liiAQ6x2FOYC&oi=fnd&pg=PP1&dq=school+food+revolution&ots=UtJN0Gg8XM&sig=2hj5wtGATJDgqOUtFZcONHmzHsY&redir_esc=y#v=onepage&q=school%20food%20revolution&f=false

<https://www.google.cz/books?hl=cs&lr=&id=uNvYuXI58yYC&oi=fnd&pg=PT12&dq=school+food+revolution&ots=68t-qFQWJ->

https://www.google.cz/books?hl=cs&lr=&id=uNvYuXI58yYC&oi=fnd&pg=PT12&dq=school+food+revolution&ots=68t-qFQWJ-&sig=G9cpLWjPO2CrkOETqnHtU3rNHjU&redir_esc=y#v=onepage&q=school%20food%20revolution&f=false

<http://stacks.cdc.gov/view/cdc/13430/>

Vedoucí bakalářské práce:

prof. Ing. Jan Moudrý, CSc.

Katedra rostlinné výroby a agroekologie

Konzultant bakalářské práce:

Mgr. Tomáš Václavík

Datum zadání bakalářské práce:

Termín odevzdání bakalářské práce:

prof. Ing. Miloslav Šoch, Csc.
CSc.

děkan

prof. Ing. Jan Moudrý,

vedoucí katedry

V Českých Budějovicích dne

Prohlášení

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Zemědělskou fakultou - elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 19.4.2016

.....
Nikola Tvrdoňová, DiS.

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala všem, kteří se mnou v průběhu mé bakalářské práce spolupracovali, především mému vedoucímu panu prof. Ing. Janu Moudrému, CSc. za odborné vedení, ochotu a užitečné rady.

Děkuji také své rodině a blízkým, kteří mě podporovali a byli mi při studiu oporou.

Abstrakt

Tématem této bakalářské práce je analýza postoje žáků a rodičů ke školnímu stravování u pilotních škol programu Skutečně zdravá škola. Cílem této práce je analyzovat postoje žáků a rodičů ke školnímu stravování na pilotních školách zapojených do programu. Dále posoudit úspěšnost programu a celkové hodnocení zlepšení kvality stravování.

Teoretická část je věnována kvalitě a rozsahu stravování, regionálním potravinám, spotřebnímu koši a především programu Skutečně zdravá škola. Tato část také podrobněji informuje o programu Skutečně zdravá škola.

V praktické části jsou analyzovány jednotlivé postoje žáků a rodičů. Nedílnou součástí práce byl také výzkum. Výzkum byl prováděn na pilotních školách, které byly zapojeny do programu Skutečně zdravá škola. V této části jsou také prezentovány výsledky realizovaného dotazníkového šetření a vše je pro přehlednost doplněno o grafy.

Z dotazníkovém šetření postoje rodičů ke školnímu stravování vyplývá, že pokud jejich dítě nenavštěvuje školní jídelnu, má obědy zajištěné jinak. V otázce, zda jsou spokojeni s kvalitou stravování ve školní jídelně, většina rodičů odpověděla, že spíše ano. Stejný názor má většina rodičů i na skladbu nabízených jídel. Většina rodičů si myslí, že nabízená jídla ve školní jídelně respektují zásady správné výživy.

Závěr práce nabízí výsledky postoje žáků a rodičů ke školnímu stravování, posouzení úspěšnosti programu a celkové hodnocení zlepšení kvality stravování.

Klíčová slova: školní stravování, Skutečně zdravá škola, spotřební koš

Abstract

The topic of this bachelor thesis is an analysis of students' and parents' attitude towards school canteen eating habits and boarding at pilot program schools – Skutečně zdravá škola (Fair healthy school). The aim of this thesis is to analyse the attitude of the students' and parents' attitude towards school boarding at these pilot schools involved in the program. Eventually, judge the success of the program and general overview of healthy food and boarding improvement.

The theoretical part discusses the quality, variety of the boarding, regional sources and regional foods, consumption basket and mainly the program Skutečně zdravá škola (Fair healthy school). You can find more details about the program in this section.

You can find individual students' and parents' attitudes in the practical part. Research has also played a major part of the thesis. The research was processed at pilot schools which were involved in the program Skutečně zdravá škola (Fair healthy school). In this part, you can find results coming from the questionnaire research and for a good over view of the situation, you can find graphs there.

As a questionnaire result, you can see the fact that the parents stated that in case the child does not attend school canteen, the students' lunch is still provided probably at a different location. With regards of school canteen quality satisfaction, most of the parents stated they were satisfied. Most of the parents also stated same way with questions regarding meal composition. Most of the parents think, that meals offered by the school canteen respect the healthy principles of nutrition.

In the conclusion, you can find results of students' and parents' attitudes towards school canteen and school boarding, review of the program's success and general evaluation of boarding quality improvement.

Keywords: school food, Fair healthy school, consumption basket

Obsah

1. Úvod	9
2. Stravování dětí ZŠ.....	10
2.1 Kvalita a rozsah stravování na ZŠ	12
2.2 Regionální potraviny v jídelnách.....	13
2.3 Výživové normy pro stravování na ZŠ	14
2.4 Jídlo a zdraví dětí.....	15
3. Projekt „Skutečně zdravá škola“.....	17
3.1 Transformace školního stravování.....	17
3.2 Vize projektu „Skutečně zdravá škola“	19
3.3 Skutečně zdravé školy	20
4. Pilotní program – evaluační plán pro analýzu postoje žáků.....	22
4.1 Metodika výzkumu	22
4.2 Výsledky dotazníkového šetření.....	22
4.2.1 Postoje žáků ke školnímu stravování	22
4.2.2 Postoje žáků k jídlu a jejich stravovací návyky.....	24
4.2.3 Vyučování o jídle	25
5. Cíl práce.....	26
5.1 Metodika výzkumu	26
5.2 Výsledky a diskuze	26
5.3 Shrnutí výzkumu.....	38
6. Závěr	39
Seznam použité literatury	40
Seznam tabulek a grafů.....	42
Seznam příloh.....	43

1. Úvod

Školní stravování v České republice má více než padesátiletou tradici. Po organizační i normativní stránce patří ke špičce v Evropě i ve světě. Přesto je stále co zlepšovat. V dnešní „uspěchané“ době se prosazují i formy rychlého stravování, rozšiřuje se spektrum nabídky potravin, marketingové aktivity producentů i distributorů nejsou vždy v souladu se zásadami správné výživy.

Je zřejmé, že především rodiče a škola mají rozhodující vliv na správné stravování dětí. U dětí navštěvujících povinnou školní docházku je oběd ve školní jídelně často základním někdy i jediným teplým hlavním jídlem dne. Z tohoto důvodu je potřeba změnit přístup dětí i rodičů ke školnímu stravování. Je důležité, aby se dítě naučilo, k čemu jídlo slouží a jak může on sám ovlivnit jeho výběr. Správné kroky ve stravování ovlivňují případné budoucí zdravotní problémy člověka. Dospělý člověk má možnost si vybrat, jaké stravovací návyky si zvolí.

U dětí by měl být kladen větší důraz na povědomí o jídle a stravování jako takovém. Děti by měly mít v této oblasti alespoň základní přehled o tom, jaké potraviny jsou obsaženy ve zdravé stravě a jaké jsou nedostatky ostatních pokrmů či jídel. Měly by se naučit, jaké zdroje nám samotná potravina nabízí, mít představu o tom, co je energetický příjem a k čemu jsou důležité tuky, cukry, bílkoviny popř. vitamíny, a jak jsou tyto jednotlivé složky tělem využívány.

Měl by se podpořit vzdělávací program zaměřený na pochopení vztahů mezi jídlem, zdravím a v neposledním řadě i mezi životním prostředím. Pouze iniciativa rodičů a škol může změnit určité nežádoucí trendy a udržet i zlepšit celkovou úroveň školního stravování.

Skutečně zdravá škola chce podpořit především povědomí dětí o stravě jako takové. O tom, proč je důležité jak a čím se stravujeme. Chce poukázat i na problémy se školními automaty na sladkosti a zvýšit celkovou osvětu ve školách a školních jídelnách. Dospělí lidé si mohou vybrat, jak se chtějí stravovat, avšak děti to učíme my. Měli bychom jim tedy ukázat, jak se správně a zdravě stravovat a hlavně jim poskytnout informace, proč je to důležité. Myslím si, že toto je základ pro to, aby si člověk uvědomil, jak on sám může přispět ke zdravé výživě svých dětí.

2. Stravování dětí ZŠ

Jak uvádí Hnátek (2002), je správné stravování rostoucího organismu jedním z nejdůležitějších činitelů, které se podílejí na správném tělesném a duševním vývoji dítěte. Proto by měla být výživa dítěte propojena systémem návyků a zvyklostí, které pak budou v dospělém věku realizovány jako zásady racionální výživy. Základem je propagace a dodržování zásad zdravé výživy v rodině.

Pokud rodina preferuje zdravý životní styl, pak si dítě tento zvyk odnáší z rodiny a preferuje ho.

Školní stravování v České republice má dlouholetou tradici. Jeho počátky se datují do doby po druhé světové válce, kdy byla snaha poskytovat válkou postiženým dětem ve škole alespoň nějakou stravu. Později, s růstem zaměstnanosti žen – matek, se rozrůstala i instituce školního stravování. Nejprve z iniciativy některých škol, později obcí a nakonec státu, který vládním usnesením z r. 1960 učinil za školní stravování odpovědným ministerstvo školství. Stravování ve školách se začalo velice rychle rozrůstat a kolem 70. let minulého století dokázalo zajistit stravování všem dětem, které o ně projevily zájem. Rozmach školního stravování se přikládá těmto faktorům: populačnímu a demografickému vývoji, zaměstnanosti matek, změnám ve školském systému a řízení školního stravování a rozvinuté síti školních jídelen (Packová a Strosserová, 2012).

Skutečně zdravá škola (2015) uvádí, že v současné době funguje v České republice více než 8 000 provozoven školního stravování. Ty denně stravují přes 1,3 milionu dětí, které za rok snědí více než 350 milionů pokrmů. Proto stravování představuje obrovskou příležitost pro ozdravení dětí a celé společnosti. Pokud se téma jídlo a stravování ve školní jídelně stane součástí vzdělávání a děti se dozvědí, odkud potraviny pocházejí a jakým způsobem jsou vyráběny, je pravděpodobnější, že si vyberou zdravější způsob stravování. Každý rok jídelny vynaloží přes 7 miliard korun za zemědělské suroviny a potraviny. Pokud by jídelny začali nakupovat od místních zemědělců a výrobců, jejich kupní síla by pomohla vytvořit pracovní místa a další výhody pro místní ekonomiky, zejména ve venkovských zemědělských oblastech.

Školním stravováním se rozumí společné stravování dětí, žáků a zaměstnanců škol, předškolních zařízení a školských zařízení zařazených Ministerstvem školství,

mládeže a tělovýchovy nebo kraji do sítě škol předškolních zařízení a školských zařízení (Věříšová, 2002-2016).

Výživa dětí není žádná složitost, nad kterou bychom museli dlouze přemýšlet. Jedná se o pestrou a plnohodnotnou stravu, která odpovídá biologickým potřebám dětí a obsahuje vše, co dítě potřebuje. Děti by rozhodně měli mít pestrou stravu nejen kvůli aktuální potřebě, ale také pro to, že si vytvářejí chuťové návyky na celý svůj život. A každá jednostrannost ve výběru potravin může vést k chronickému nedostatku některé z nezbytných živin (Šoltysová a Komárek, 2002).

Podstatou správné dětské výživy je především co nejpestřejší jídelníček. Dále dostatek vody, který zajišťuje správnou látkovou výměnu. Umožňuje dobrou funkci ledvin a také zajišťuje odplavování škodlivých látek z těla. Děti potřebují pít podle své potřeby, při jídle i během celého dne. Nedostatek vody snižuje i celkovou výkonnost. Bylo prokázáno, že nedostatek pití snižuje schopnost dětí sledovat pozorně školní vyučování. Nejvhodnějším nápojem jsou pro děti voda, málo slazené šťávy, ovocný nebo černý neslazený čaj (Šoltysová a Komárek, 2002).

Packová a Strosserová (2012) uvádějí, že hlavním významem a posláním školního stravování je především výchova ke zdravému životnímu stylu. Musíme děti naučit zdravě jíst, aby se tak stravovaly i v dalších letech a chránilo je to před civilizačními chorobami a sloužilo jako prevence rozvoje nadváhy a obezity, která se často vyskytuje právě při nutričně a energeticky nevyvážené výživě.

Odborníci se shodují, že se zvyšuje procento dětí, které trpí nadváhou a to především školou povinných. Z dlouhodobého hlediska se tyto děti budou potýkat nejen s psychickými, ale i zdravotními problémy. Podstatnou roli zde hraje životní styl. Mezi hlavní faktory nadváhy dětí patří nedostatek pohybu, nezdravá a nepravidelná strava a nekontrolovaný přísun potravin, jakým jsou sladkosti, chipsy a rychlé občerstvení (Kast-Zahn a Morgenroth, 2008).

Úkolem školního stravování není jen uvařit oběd, ale vařit zdravě a podle výživových doporučení. Jen s důsledným dodržováním spotřebního koše a zásad zdravé výživy mohou školní jídelny zůstat příkladným protipólem všech fast foodů, které se snaží nahradit funkci školního stravování. Školní jídelny musí vařit zdravě, chutně a moderně, aby si udržely léty vybudovanou pozici i ve stále se ztěžujících podmínkách. Školní jídelna je a nadále by měla být zárukou toho, aby výživa dětí

směřovala ke zdravému způsobu stravování. Způsob výživy dětí ve školních jídelnách musí být podřízen určitému systému, ale zároveň je zapotřebí tento systém přizpůsobit vědeckým poznatkům (Packová a Strosserová, 2012).

Nemalým úkolem školního stravování je, jak uvádí Věříšová (2002) i výchova ke zdravým stravovacím návykům a slušnému společenskému chování při jídle.

Dítě by mělo být již vychované z rodiny a vědět, jak se má při obědě ve školní jídelně chovat. Bohužel především ve škole je vliv kamarádů poněkud silnější pokud ho porovnáme s rodinou a případným „zlobením“ při obědě. Základy slušného chování by mělo mít dítě zakódované z rodiny.

Zdravé stravovací návyky bohužel nepodporují ani promo akce, které se často na školách pořádají. V rámci těchto akcí lákají známé společnosti na své produkty především děti na základních školách. Tyto firmy nabízejí své produkty v rámci sponzorství a propagačních akcí. Jsou to většinou nápoje a potraviny, které jsou často propojené s licencovaným znakem, novým filmem nebo populárním televizním pořadem. Bohužel málo kdy je propagovaná potravina nebo nápoj zdraví prospěšný (Wilks, 2009).

2.1 Kvalita a rozsah stravování na ZŠ

Kvalita a rozsah stravování na základních školách je zakořeněn v legislativě České republiky. Tyto normy odsouhlasené Ministerstvem zdravotnictví jsou součástí vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů, jak uvádí Věříšová (2002).

Školní stravování upravuje i řada jiných předpisů, jako např.: Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) a hygienické předpisy (Chlumská 2009).

Součástí přílohy vyhlášky o školním stravování jsou také finanční normativy na nákup potravin. Tyto normativy jsou uvedeny v určitém rozpětí tak, aby si školní jídelny mohly samy stanovit cenu obědů pro žáky, která je rovna ceně nakoupených potravin, podle místních nákupních možností. Stanovená výše finančního normativu musí být taková, aby jídelně umožnila naplnit požadavky na spotřební koš potravin.

Jídelny jsou povinny s jistou tolerancí dodržovat a zajistit tak stravovaným dětem pestrou a plnohodnotnou stravu (Věříšová, 2002).

Systém školního stravování narušuje prostředí doplňkového prodeje potravin a nápojů v bufetech nebo školních automatech. Tyto potraviny a nápoje svým obsahem často nepříznivě ovlivňují nutriční a energetickou vyváženost výživy dětí. To může aktivovat rozvoj dětské nadváhy, obezity i dalších onemocnění v dospělosti (Zdravá školní svačina, 2014).

Výživa není jen prosté hodnocení přívodu živin, ale také výživové chování zahrnující výběr a skladbu potravin v průběhu času. 37,5 % dětí si pravidelně kupuje ve školním bufetu sladkosti, 19 % smažené pochutiny a sušenky. Více než polovina dětí nejí ovoce či zeleninu ani jedenkrát denně, zatímco žádoucí by podle doporučení WHO bylo, kdyby konzumovaly 2 porce ovoce a 3 porce zeleniny každý den (Slimáková a Václavík, 2015).

Sít' jídelen pro školní děti a rozsah stravování v mateřských, základních i středních školách nám závidí řada zemí. Většina západních zemí o rozvoj společného stravování teprve usiluje. Některé z nich se potýkaly nebo stále potýkají s tím, že se jejich školní jídelny v mnohém podobají spíše fast-foodu. Nabízejí smažené a tučné pokrmy doprovázené nejčastěji hranolkami, kečupem a majonézou, běžně jsou k dispozici školní automaty s kolou a sladkostmi. Není divu, že tyto země bojují s obrovským počtem obezích dětských pacientů. České školní stravování tedy představuje dobrý standard, který lze dále rozvíjet. Cestami rozvoje by měla být úprava norem podle moderních výživových poznatků, větší pestrost a rozmanitost jídel, větší orientace na zdravou výživu a také používání biopotravin (Chlumská, 2009).

2.2 Regionální potraviny v jídelnách

Podle Staré (2013), je vítaný i rozvoj regionálních dodavatelů a rozšiřování sortimentu českých výrobků. Vzrůstá zájem o farmářské trhy, kde je k dostání široká nabídka potravin přímo od výrobců. Není to jen díky aférám s dodávkami zboží z jiných zemí. Je to především kvalita sama a prokazatelnost původu. Stále více zákazníků si žádá i v obchodních řetězcích sortiment domácích a regionálních produktů. A řetězce se v reklamách pyšní spoluprací s konkrétními pěstiteli. Tlak spotřebitelů má vliv na růst prodeje tuzemských potravin, což podporuje i obchodní

politiku a ekonomiku. Školní jídelny jsou také jedním z významných odběratelů krajových výrobků. Je to logické - kvalita, operativní zásobování a vzájemná pomoc. Hojně pěstovaná pohanka na Valašsku bude jistě v jídelníčku školních jídeln v tomto regionu, stejně jako dostatek kvalitních ryb na talíři v jižních Čechách anebo čerstvě trhaná jablka z místních sadů na Litoměřicku, která jsou chutnější než ovoce z dovozu.

2.3 Výživové normy pro stravování na ZŠ

Základní normou, která určuje, jaké podmínky má školní strava splňovat, je spotřební koš.

Spotřební koš stanovuje, jaké výživové požadavky mají splňovat jídla podávaná ve školní jídelně. Legislativně jsou stanoveny určité skupiny potravin (brambory, maso, ovoce, zelenina atd.) a jejich doporučená spotřeba na žáka a den (Jídelny, 2002 - 2016).

Školní stravování se řídí výživovými normami stanovenými v příloze č. 1 k vyhlášce k vyhlášce č. 107/2005 Sb. (MŠMT, 2015).

Tabulka č. 1: Průměrná měsíční spotřeba vybraných druhů potravin na strávnicka a den v gramech, uvedeno v hodnotách "jak nakoupeno" (Zákony pro lidi, 2010-2016).

hlavní a doplňková jídla	Druh a množství vybraných potravin v g na strávnicka a den									
	Maso	Ryby	Mléko tekuté	Mléčné výr.	Tuky volné	Cukr volný	Zelenina celkem	Ovoce celkem	Brambory	Luštěniny
3-6 r. přesnídávka, oběd, svačina	55	10	300	31	17	20	110	110	90	10
7-10 r. oběd	64	10	55	19	12	13	85	65	140	10
11-14 r. oběd	70	10	70	17	15	16	90	80	160	10
15-18 r. oběd	75	10	100	9	17	16	100	90	170	10
celodenní stravování										
3-6 r.	114	20	450	60	25	40	190	180	150	15
7-10 r.	149	30	250	70	35	55	215	170	300	30
11-14 r.	159	30	300	85	36	65	215	210	350	30
15-18 r.	163	20	300	85	35	50	250	240	300	20
Druh a množství vybraných druhů potravin v g na strávnicka a den pro laktoovovegetariánskou výživu										
	Vejce	Mléko tekuté	Mléčné výr.	Tuky volné	Cukr volný		Zelenina celkem	Ovoce celkem	Brambory	Luštěniny
3-6 r. přesnídávka, oběd, svačina	15	350	75	12	20		130	115	90	20
7-10 r. oběd	15	250	45	12	12	92	70	140	15	
11-14 r. oběd	15	250	45	12	15	104	80	160	15	
15-18 r. oběd	15	250	45	12	13	114	90	160	15	
15-18 r. celodenní stravování	25	400	210	35	40	370	290	250	30	

Dle Chlumské (2009) je spotřební koš sestavený na základě doporučených výživových dávek platných v ČR a určuje měsíční spotřebu vybraných druhů potravin na strávnicka a den v gramech. Za vzorovou podobu spotřebního koše zodpovídají společně Ministerstvo školství a Ministerstvo zdravotnictví. Při

dodržování spotřebního koše je povolena tolerance $\pm 25\%$. Výjimkou jsou tuky, kde množství volných tuků představuje horní hranici, kterou lze jen snížit. Uvedené množství zeleniny, ovoce a luštěnin je naopak dolní hranicí spotřeby, kterou je možno překonat. Většina jídelen má k dispozici program, který eviduje příjem a výdej surovin a umožňuje snadnou kontrolu naplnění spotřebního koše.

Podle kontrol České školní inspekce mají školy problém hlavně s naplněním norem pro luštěniny, ovoce, mléčné výrobky a ryby. Propracovaný systém školního stravování mají přitom málokde, podle ministerstva školství se například v Itálii či Holandsku žáci stravují většinou doma a systém školních jídelen nahrazují bufety. V Rakousku a Německu má vlastní jídelny pouze kolem 20 procent škol, ve většině vyspělých zemí jako Velká Británie, Norsko, USA, Španělsko, Portugalsko a státy Beneluxu celostátní systém školního stravování chybí. Zatímco na začátku fungovalo v Česku 3500 jídelen, letos jich ministerstvo evidovalo 8125. Za obědy pro jedno dítě rodiče platí měsíčně zhruba 500 korun, z těchto peněz se hradí pouze potraviny. Platy kuchařů platí ministerstvo, provoz jídelen pak zřizovatel, nejčastěji obec či kraj. Třeba ve Finsku a Švédsku mají děti obědy ve škole zdarma (Týdeník školství, 2014).

2.4 Jídlo a zdraví dětí

Slimáková a Václavík (2015), uvádějí, že je potřeba nabízet ve školní jídelně výživná, atraktivní a rozmanitá jídla a poskytovat efektivní vzdělávání o výživě tak, aby studenti a žáci mohli dosáhnout plného akademického potenciálu, a aby se naučili jíst zdravě. Děti s nadváhou a obézní děti si svoje nezdravé stravovací návyky přenesou i do dospělého života (u obézních dětí ve věku 6 až 8 let je 10 x vyšší pravděpodobnost, že budou obézní i v dospělosti, než u štíhlých jedinců).

Základní příčinou obezity je vedle genetických dispozic nadbytek energeticky bohatých potravin a nedostatek přirozeného pohybu.

Jistě si většina lidí všimla, že mnoho dětí je ve věku 12-16 let skutečně hubená. Předpokládá se, že většina takových dětí se po ukončení puberty a fyzického růstu dostane na optimální tělesnou hmotnost, která je obvykle vyšší než v pubertě. Rozdíl je v tom, že ona hubenost v pubertě nezaručí, že mu v dospělosti nebude hrozit nadváha. Pokud bychom se vrátili do minulosti, do období přibližně před

padesáti lety, zjistili bychom, že tehdy byli téměř všechny děti štíhlé. Pokud si všimneme dnešní generace, zjistíme, že dnes už hubené děti tak často vidět nejsou (Fořt, 2004).

Další příčinou obezity je malý zájem škol a především rodin o organizaci volného času dětí a zvýšený příjem potravin s vysokým glykemickým indexem a s vysokým obsahem nasycených mastných kyselin nebo trans mastných kyselin, jejichž zdrojem jsou zejména průmyslové ztužené rostlinné tuky. Chybou stravování není jen nevhodná skladba potravin, ale rovněž jejich množství a nerovnoměrné rozložení stravování během dne. Je například známé, že 55 % patnáctiletých dětí nesnídá (Slimáková a Václavík, 2015).

Všechny alergické problémy, včetně potravinové alergie, se významně zvýšily v rozvinutých zemích po celém světě za posledních 30 až 40 let. I když máme některé nápady, proč došlo k tomuto nárůstu, bohužel ještě nejsme schopni alergiím předcházet nebo ji vyléčit. Nejčastější alergie jsou u dětí na kravské mléko, vejce, arašídý, ořechy a pšenice, která tvoří 98% všech dětských alergenů (Willitts and Carter, 2007).

3. Projekt „Skutečně zdravá škola“

Občanská iniciativa rodičů, Skutečně zdravá škola, nabídla v prosinci 2014 českým školám a školkám možnost zúčastnit se pilotního programu zlepšování školního stravování. Skutečně zdravá škola je komplexní program zdravého školního stravování. Snaží se, aby si děti jídla vážily a dokázaly si jej vychutnat.

Skutečně zdravá škola má své odborné garanty a mnohé podporovatele, rodiče, často výživově vzdělané, včetně nutričních terapeutů. Jejich požadavky vycházejí ze zahraničních zkušeností a funkčních systémů (např. Food for Life Partnership ve Spojeném Království) a jsou opřené o vědecké studie a poznatky. Vizi projektu Skutečně zdravé školy je, aby naše děti jedly jídlo, které je zdravé a které jim chutná. Aby věděly, odkud jídlo pochází a jak se pěstuje nebo jak vzniká. Aby si ze školy odnášely základy zdravých stravovacích návyků a důležité informace, díky kterým si v životě dokážou vybrat zdravé a kvalitní potraviny. Skutečně zdravá škola nastavuje protiklad trendu „fast food = rychlého jídla“, který nebuduje žádný vztah k jídlu a nutí k akceptování nekvalitních a nutričně nevyvážených potravin, nevhodných pro zdraví dětí i dospělých (Geržičáková, 2015).

Program pomáhá vytvářet ve školách a školních jídelnách kulturu zdravého stravování. Snaží se, aby školní jídelny nabízely zdravé a chutné pokrmy připravené z čerstvých a sezónních produktů, které nakoupily od místních zemědělců nebo potravinářů. Chce, aby děti nejen zdravě jedly, ale aby o zdravé výživě také věděly vše, co je důležité.

3.1 Transformace školního stravování

Transformací školního stravování chce, jak uvádí Slimáková a Václavík (2015), Skutečně zdravá škola podpořit systém udržitelného stravování a vytvořit vzdělávací program zaměřený na pochopení vztahů mezi jídlem, kulturou, zdravím a životním prostředím. Chce podpořit lokální pěstitele, chovatele i producenty a propojit místní komunity od farmářů, zaměstnanců školních jídelen, přes pedagogy, rodiny až po místní úřady. Dlouhodobým cílem je samozřejmě i snížení výdajů na zdravotní péči. Transformace školního stravování má základních pět aspektů školních činností, na které by se měli všichni, kteří se chtějí podílet zaměřit. Jedná se především o jídlo a zdraví, vzdělávání, příjemné prostředí jídelny, nákup surovin

a profesní rozvoj. Uvedený výčet je založen na skutečnosti, že změna může začít od kteréhokoliv bodu. Proces změny pak v konečném důsledku zasáhne všechny oblasti.

Transformace školního stravování je postavena na pozitivní vizi: zdravé děti, potravinově gramotní lidé, aktivní místní společenství, udržitelné zemědělství, zdravé životní prostředí. Spojení školy a místních farmářů může přispět ke zlepšení výživové hodnoty a kvality pokrmů ve školní jídelně, přiblížit žákům a studentům zdroje potravin pomocí výletů na místní farmy a také pomoci místním farmářům zůstat ekonomicky efektivní. Dalším rysem Transformace školního stravování je přenos zkušeností žáků a studentů ze školní jídelny do dalších oblastí školního života (například hodiny vaření a pěstování). Cílem je pomoci žákům pochopit souvislosti mezi jídlem, vlastním zdravím a zdravím ostatních a přírodou.

Atmosféra v jídelně, celkový zážitek z oběda a kreativní přístup ke školnímu stravování jsou faktory, které mohou žáky a studenty přilákat ke zdravému stravování. Praktické zkušenosti ze školního pozemku nebo z hodin vaření jsou důležité pro motivaci studentu k tomu, aby vyzkoušeli nové, zdravé pokrmy z nabídky školní jídelny. Škola, která má plně rozvinutý vzdělávací program v oblasti vaření a pěstování, vyučovaný proškolenými pedagogy, nabízí zdravé pokrmy, ovoce a zeleninu připravené atraktivním způsobem a která začlenila vzdělávání o zdravém stravování do svých učebních osnov, bude vychovávat studenty, kteří budou mít lepší povědomí o potravinách a vyšší spotřebu zdravých potravin, zejména ovoce a zeleniny. Zdravé změny školního stravování jsou nejučinnější a dlouhotrvající, pokud se do nich zapojí rodiče, učitelé, žáci a studenti a zaměstnanci jídelny.

Prohloubit znalosti, dovednosti a postoje ve vztahu k tématům původu i produkce potravin a také spojení mezi jídlem, zdravím a životním prostředím. Poskytovat žákům a studentům informace o jídle, volbě potravin a potravinových systémech je klíčovou součástí transformace školního stravování. K tomu, aby mohli žáci činit správná rozhodnutí, která mají vliv na jejich zdraví a duševní pohodu, potřebují získat pevný základ znalostí a také dovednosti k jejich aplikaci v praxi.

V posledních desetiletích roste počet dospělých, kteří ani nevědí, odkud jejich potraviny pocházejí, nebo nechápu, že jídlo představuje spleť vztahu, která

udržuje v chodu veškerý život. Máme-li tento trend zvrátit, musíme pomoci mladým lidem pochopit souvislosti mezi jejich jídlem, zdravím a životním prostředím. Propojení výuky ve třídě se zdravými a udržitelnými jídly nabízenými ve školní jídelně pomáhá studentům rozvíjet zdravější stravovací návyky. Školy by mely se svými žáky a studenty řešit zdravé stravování a poskytnout jim potřebné dovednosti a podporu tak, aby si osvojili celoživotní zdravé postoje k jídlu.

3.2 Vize projektu „Skutečně zdravá škola“

K naplnění vize Skutečně zdravé školy je potřeba řady změn v současném systému školního stravování. Níže je krátký výčet toho, co Skutečně zdravá škola prosazuje:

1) Aktualizaci spotřebního koše, s důrazem na větší množství zeleniny, ovoce a luštěnin. Dále je to omezení prodeje nezdravých potravin ve školách prostřednictvím automatů a bufetů s přeslazenými nápoji, brambůrky a čokoládovými tyčinkami. Dále podporovat přednostní vaření z lokálních a čerstvých surovin v jejich přirozené sezónní zralosti, samozřejmě tam, kde jsou dostupné. Mezi další možnosti zlepšení by mělo patřit i zpřístupnění školního stravování pro děti s dietními potřebami a vyšší finanční ohodnocení pracovníků školních jídelen.

2) Aktualizaci výživové pyramidy. O změnu výživové pyramidy se usilujeme s cílem zajištění zdravé stravy pro děti nejen ve školách, ale i doma. Cílem je změnit formát z obtížně použitelné pyramidy na talíř a nahradit dnes používané měření v počtech a velikostech porcí na rozdělení talíře na čtvrtky. Zvýšit množství doporučené zeleniny a ovoce na úkor polysacharidů, tak aby zelenina s ovocem byly základem talíře – jídelníčku, podobně jako je tomu u nejnovějších mezinárodních výživových doporučení. Dále spojení skupiny masa a skupiny mléka do skupiny bílkovin. Přidat kategorie tekutin s důrazem na neslazené nápoje.

3) Praktickou pomoc školám v zavádění kultury zdravého stravování.

Skutečně zdravá škola chápe, že zaběhlý systém není snadné měnit, ale uvědomuje si rostoucí nespokojenost rodičů a společenskou nezbytnost změny s ohledem na zdravotní stav naší populace a dramaticky rostoucí náklady na zdravotní výdaje dané nezdravým stravováním Slimáková a Václavík (2015).

3.3 Skutečně zdravé školy

Co Skutečně zdravé školy dělají?

- nakupují do školní jídelny čerstvé sezonní suroviny od místních farmářů, pekařů a řezníků
- organizují výlety na místní farmy
- začleňují téma stravování a jídla do vzdělávacího programu
- pořádají na škole farmářské trhy a komunitní aktivity
- nabízejí kurzy vaření pro žáky i rodiče
- pěstují na školní zahradě vlastní ovoce a zeleninu
- zajistí, že oběd je ve školní jídelně radostnou společenskou událostí v příjemné a klidné atmosféře

Co musíme udělat, aby se naše škola stala Skutečně zdravou školou?

Jak uvádí Skutečně zdravá škola (2016), podmínky pro udělení certifikátu Skutečně zdravé školy mají tři úrovně: bronzovou, stříbrnou a zlatou. Každá úroveň obsahuje specifická kritéria, která musí škola splnit. Kritéria se týkají těchto témat: angažovanost a kultura stravování, kvalita jídla a místo jeho původu, vzdělávání o jídle a stravování, místní společenství a spolupráce. Splněním podmínek pro bronzovou úroveň se škola stává součástí sítě Skutečně zdravých škol. Od organizátorů programu škola obdrží přesné návody a postupy, jak jednotlivých kritérií dosáhnout. Čím více jich bude plnit, tím vyšší úroveň může škola získat. Pro ukázkou je zde přehled některých základních kritérií:

1) Bronzová kritéria

Skutečně zdravá škola s bronzovým oceněním nabízí ve školní jídelně sezónní pokrmy vyrobené minimálně ze 75 % z čerstvých surovin. Zapojuje rodiče a žáky do zlepšování školního stravování. Poskytuje žákům možnost vzdělávacích aktivit v oblasti přípravy pokrmů. Zahájila kroky k vytvoření školní zahrady a organizuje pro žáky návštěvu farmy v okolí. Respektuje potřeby strážníků se specifickou dietou tím, a to tím, že jim umožní ohřátí z domu doneseného dietního pokrmu ve školní jídelně.

2) Stříbrná kritéria

Stříbrné školy mají zpracovaný Plán podpory zdravého stravování. Školní jídelna nabízí zdravé pokrmy připravené z čerstvých, sezónních surovin, především od místních farmářů a řezníků. Část surovin pochází i z ekologických farem. Škola nabízí v rámci školního programu hodiny vaření, ve kterých žáci využívají ovoce a zeleninu vypěstovanou na školní zelinářské zahradě. Veřejnost i rodiče se podílejí na vzdělávání o zdravém jídle prostřednictvím aktivit s tematikou jídla.

3) Zlatá kritéria

Zlaté školy jsou centry dobré a zdravé kultury stravování ve svém okolí. Aktivně zapojují rodiče a veřejnost do aktivit v oblasti zdravého stravování, pěstování a vaření. Ve školní jídelně nabízí pokrmy připravené z 80 % z čerstvých místních surovin a z 10 % ze surovin z ekologických farem. Každý žák má základy zdravého vaření a má příležitost vyzkoušet si pěstování na školní zahradě. Skupiny žáků jsou aktivně zapojeny do života místní farmy.

4. Pilotní program – evaluační plán pro analýzu postoje žáků

4.1 Metodika výzkumu

Pilotní ověření programu Skutečně zdravá škola probíhalo od ledna 2015 a zúčastnilo se ho v ČR celkem 15 škol. V evaluační části projektu byly zjišťovány postoje žáků ke školnímu stravování před a po skončení pilotního ověření programu a vyhodnoceno začlenění tématu stravování do výuky. Analýza probíhala na 12 pilotních školách formou dotazníkového šetření, kterého se zúčastnilo celkem 1367 žáků.

Skutečně zdravá škola navrhla evaluační plán pro analýzu postoje žáků ke školnímu stravování. Tento evaluační plán zadala firmě Spora, z. s., Komenského 40, 258 01 Vlašim, www.spora.cz, která šetření na pilotních školách prováděla. Tato firma mi poskytla v rámci projektu souhrnné výsledky ze svého šetření (Broukal, 2015).

Úkolem evaluace bylo odpovědět na otázky týkající se stravování a dále jak školy hodnotí zapojení do programu.

Výzkumnou metodou byl dotazník tvořen 30 otázkami (uzavřenými, polouzavřenými i otevřenými). Většinu otázek tvořila tvrzení, u kterých žáci vyjadřovali míru svého souhlasu s daným tvrzením (určitě ne – spíše ne – nevím – spíše ano – určitě ano). U některých otázek vyjadřovali, jak často se daný jev v jejich případě vyskytuje (nikdy – občas – nevím – často – hodně často. U otevřených otázek byly odpovědi zobecněny, pokud to bylo možné.

4.2 Výsledky dotazníkového šetření

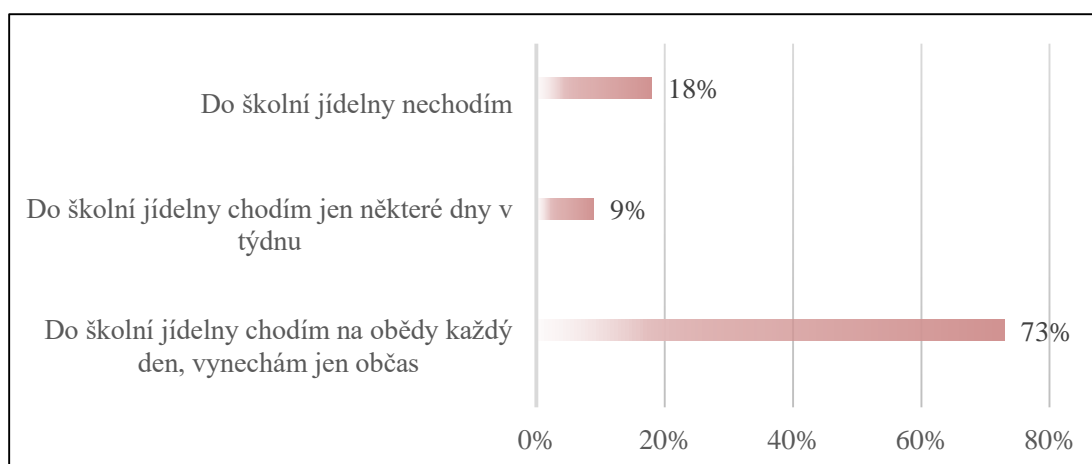
Dotazník byl rozdělen pro lepší vyhodnocení rozdělen na 3 části – postoje žáků ke školnímu stravování, postoje žáků k jídlu a jejich stravovací návyky a vyučování o jídle.

4.2.1 Postoje žáků ke školnímu stravování

Žákům byla na úvod dotazníkového šetření položena otázka, jak často chodí na obědy do školní jídelny.

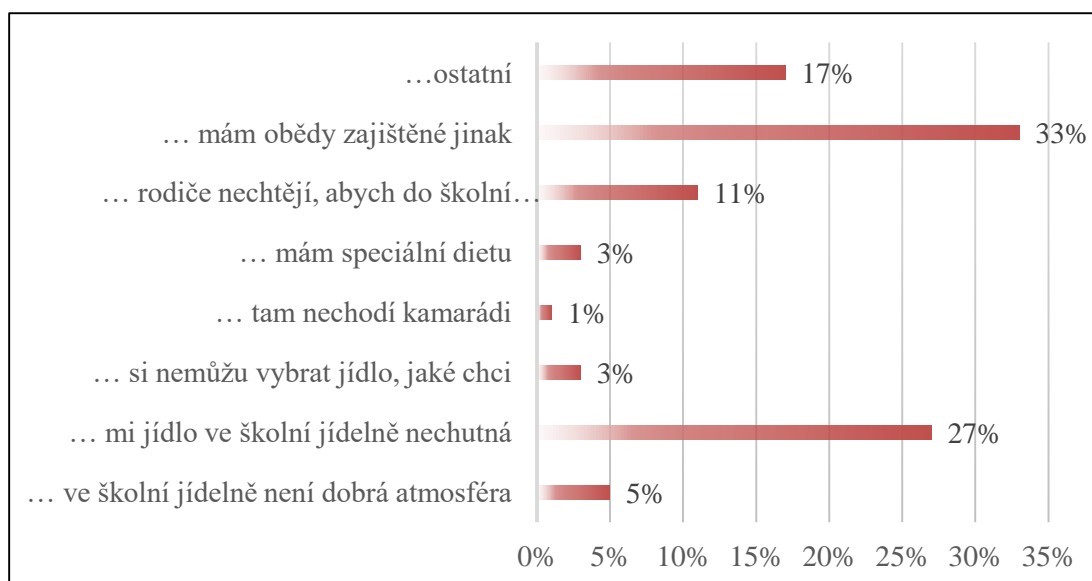
Bylo zjištěno, že z celkového počtu 1367 žáků navštěvuje školní jídelnu každý den celkem 73% všech dotazovaných. Dalších 9% žáků v této otázce odpovědělo, že chodí do školní jídelny pouze některé dny v týdnu. Školní jídelnu nenavštěvuje celkem 18% dotazovaných žáků. Odpovědi žáků v procentech zobrazuje následující graf č. 1.

Graf č. 1: Jak často chodíš na obědy do školní jídelny?



U žáků, kteří nechodí do školní jídelny, byly zjišťovány důvody, proč do školní jídelny nechodí. Jak ukazuje následující graf č. 2, hlavní důvody, proč žáci nenavštěvují školní jídelnu, byly organizační – obědy mají zajištěné jinak. Jako druhý důvod uvádějí, že jim jídlo ve školní jídelně nechutná.

Graf č. 2: Do školní jídelny nechodím, protože...



Další otázky byly zaměřeny na spokojenost s jídlem. Zde mohli žáci vyjádřit svůj názor na to, zda jim jídla ve školní jídelně chutnají a zda jídla vypadají i hezky na talíři. Dále mohli žáci uvádět, jaká jídla jim ve školní jídelně chutnají a jaká ne.

Žáci nejvíce preferovali jídla sladká a jídla typu špagety a také klasická jídla jako je například řízek. Nejvíce jim ve školní jídelně nechutnají ryby, játra a luštěniny. Co se týče chutí jídel ve školní jídelně, převažují žáci, kterým jídlo ve školní jídelně chutná. Vzhled jídla samotného hodnotí žáci o něco hůře.

V řadě otázek následovaly také otázky týkající se zdravé stravy ve školní jídelně. Zda žáci dostávají často ovoce a zeleninu. Vyhodnocením následujících otázek bylo zjištěno, že velká část žáků nedokáže posoudit, zda ve školní jídelně vaří zdravě. Mírně převažují ti, co si myslí, že ano. Dále si většina žáků myslí, že dostávají často ovoce a zeleninu. Ze zmíněného ovoce by nejvíce uvítaly jablka, banány i jahody. U zeleniny se nejčastěji objevovaly uvedené zeleninové saláty, rajčata, okurky a saláty z nich připravené. V odpovědích žáků se téměř neobjevovaly návrhy na jídla připravené z tepelně upravené zeleniny.

Spokojenost s organizací provozu jídelny byla sledována pomocí uzavřených otázek a volných odpovědí. Žáci se přiklánějí k názoru, že na jídlo mají ve školní jídelně dostatek času. Většina také považuje vydávání obědů u okénka za rychlé (nemusí dlouho čekat). Často se ale objevují stížnosti na předbíhání ve frontě na oběd. Žáci se také domnívají, že ve školní jídelně není dostatek klidu, který žákům vadí. Spokojenost s prostředím žáci hodnotí kladně. Žáci uvádějí, že je prostředí jídelny hezké. Někdy se v komentářích objevovaly podměty k výzdobě a barevnosti jídelny. Na prostor žáci opět reagovali pozitivně. Většina žáků si myslí, že má kolem sebe dostatek prostoru. Někteří žáci chtějí modernější vybavení v jídelnách, především stoly a židle.

4.2.2 Postoje žáků k jídlu a jejich stravovací návyky

Zájem o problematiku jídla byl sledován prostřednictvím několika uzavřených otázek. Žáky především zajímalo, jak si připravit dobré jídlo. Většina žáků také zmínila, že se zajímá o to, jak jíst zdravě. Dále žáky zajímá, jak si vypěstovat vlastní ovoce a zeleninu.

Dále žáci v dotazníku odpovídali na otázku, zda si myslí, že jídla, která jedí, jsou zdravá. Tuto otázku měli doplnit odpovědí, proč si to myslí. Mírná většina žáků

se domnívá, že jí zdravě. Velká část žáků ale neví, podle čeho posoudit, zda je jídlo zdravé. Nejčastěji mají spojenou zdravou stravu s konzumací ovoce a zeleniny. Za nezdravá jídla považují smažená a tučná jídla, sladká a cukrovinky. Často mají žáci téma zdravé stravy spojený s obezitou – obézní lidé jedí hlavně nezdravá jídla, a pak se objevují názory, že kdo je hubený jí automaticky zdravě.

Při zmapování stravovacích návyků dětí byly pokládány otázky na jejich pitný režim a také na to, jaký doplněk si žáci k hlavnímu jídlu dávají. Podle předpokladů převažovaly v pitném režimu sladké a ochucené nápoje. Častěji také žáci odpovídali, že pijí džusy a sladký čaj. Nejméně žáci pijí neslazené čaje. Dále žáci uvádějí, že jako doplněk k obědu nejčastěji konzumují zeleninový salát, přibližně stejně často sladký zákusek a ovocný kompot.

4.2.3 Vyučování o jídle

V této oblasti bylo zjišťováno, jak často se podle jejich názoru učí o jídle a jakým způsobem by se o jídle učit chtěli. Výrazně převládá názor, že se ve škole učí o jídle jen občas. Nejvíce by žáci uvítali hodiny vaření, což je v souladu s tvrzením, že by si chtěli připravit dobré jídlo. Žáci by také ve větší míře uvítali exkurzi na farmu.

5. Cíl práce

Cílem práce bylo analyzovat postoje žáků a rodičů ke školnímu stravování na pilotních školách zapojených do programu Skutečně zdravá škola. Dále posoudit úspěšnost plnění jednotlivých kritérií programu při jeho zavádění a následně vyhodnotit celkový přínos programu Skutečně zdravá škola ke zlepšení kvality stravování školní mládeže.

5.1 Metodika výzkumu

Bakalářská práce je součástí projektu „Skutečně zdravá škola“ (www.skutecnezdravaskola.cz), jehož cílem je pomoci zlepšit kvalitu školního stravování a tím i zdraví dětí. Sama jsem přispěla sběrem dat na Základní škole Horní Jelení. Výzkumným souborem se stali rodiče této školy. Tato škola byla jednou z pilotních škol zapojených do programu Skutečně zdravá škola.

Jako vlastní výzkumnou metodu jsem ve své práci uplatnila dotazník, který mi umožnil získat odpovědi na otázky týkající se postoje rodičů ke školnímu stravování. Tyto otázky byly voleny tak, aby z jejich odpovědí bylo možné porovnání v jednotlivých otázkách mezi pohledem rodičů a žáků. Dotazníkové šetření proběhlo na základní škole v Horním Jelení. Celkem se ho zúčastnilo 49 rodičů. Dotazník byl zpracován jako anonymní a byl rozdán rodičům žáků 4. až 9. tříd.

Dotazník pro rodiče byl tvořen dvaceti otázkami (uzavřenými, polouzavřenými i otevřenými). Většinu otázek tvořila tvrzení, u kterých rodiče vyjadřovali míru svého souhlasu s daným tvrzením (určitě ne – spíše ne – nevím – spíše ano – určitě ano). U některých otázek vyjadřovali, jak moc určitý jev ovlivňuje děti (nejvíce ovlivňuje – částečně ovlivňuje – minimálně ovlivňuje). U otevřených otázek byly odpovědi opět zobecněny.

5.2 Výsledky a diskuze

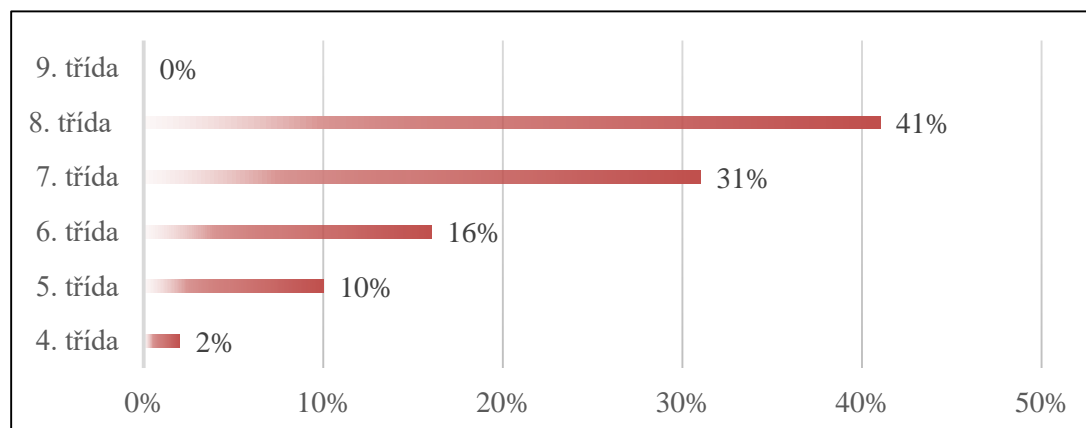
Vyhodnocení výzkumu bylo provedeno na základě dotazníků, které byly vyplněny rodiči. Dotazník (příloha č. 1) obsahoval 20 otázek. Jednotlivé otázky dotazníku jsou dále podrobněji rozpracovány. Každá otázka je vyhodnocena

a výsledky odpovědí jsou uvedeny v jednotlivých grafech. Kde to bylo možné, byly porovnány odpovědi rodičů s odpověďmi žáků.

Otázka číslo 1: Do jaké třídy chodí vaše dítě?

Dotazníky byly dány rodičům žáků 4. až 9. tříd. Celkové vyhodnocení je uvedeno v grafu č. 3.

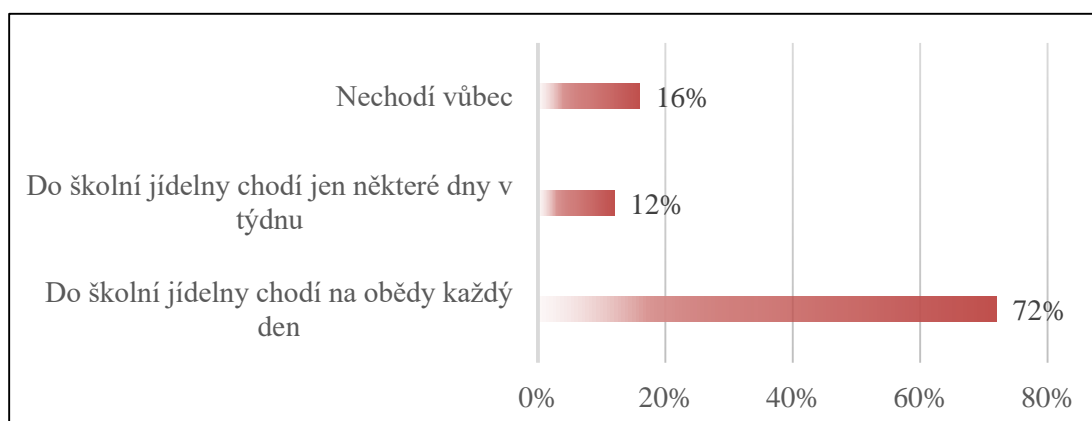
Graf č. 3: Do jaké třídy chodí Vaše dítě?



Otázka číslo 2: Jak často Vaše dítě chodí na obědy do školní jídelny?

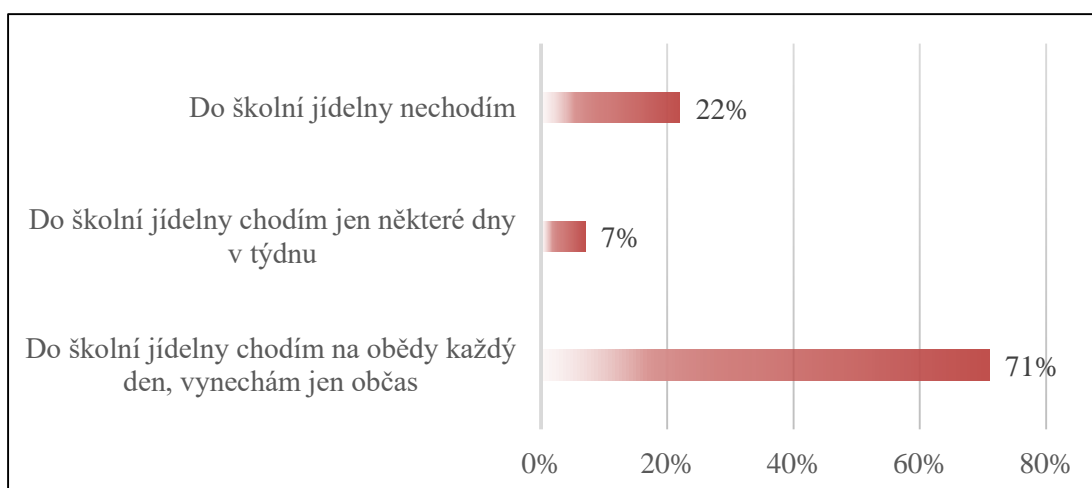
Z dotazníkového šetření rodičů vyplývá, že většina dětí navštěvuje školní jídelnu pravidelně. Z grafu č. 4 je možné zjistit, že 72 % dětí chodí na obědy každý den, 12% chodí pouze některé dny v týdnu a zbylých 16% do školní jídelny nechodí vůbec. Rodiče, kteří v této otázce odpověděli, že jejich dítě nechodí do školní jídelny vůbec, byli v otázce číslo 9 vyzváni k uvedení důvodu, proč tomu tak je. Vyhodnocením této otázky bylo zjištěno, že většina dětí, které nechodí do školní jídelny vůbec, má obědy zajištěné jinak. Ostatní uvedli, že dětem jídlo ve školní jídelně nechutná. K dalším důvodům patřily bohužel i důvody finanční.

Graf č. 4: Jak často Vaše dítě chodí na obědy do školní jídelny?



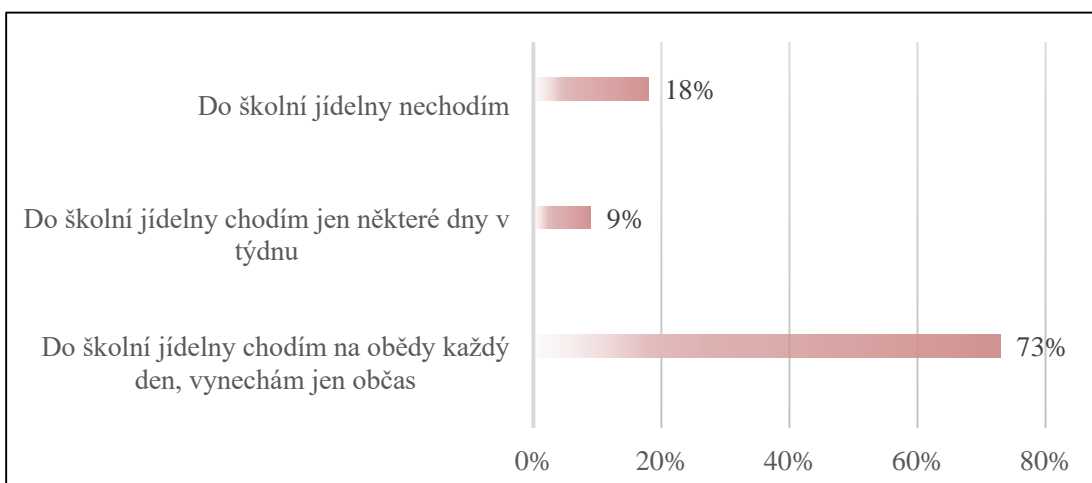
Tyto výsledky jsem porovnávala s dotazníkovým šetřením žáků na téže škole. Šetření bylo provedeno celkem u 135 žáků Základní školy Horní Jelení. U žáků bylo zjištěno, že 71% navštěvuje školní jídelnu každý den, 7% žáků chodí na obědy jen některé dny v týdnu a zbylých 22 % nechodí na obědy vůbec. Výsledky odpovědí žáků jsou uvedeny v grafu č. 5.

Graf č. 5: Návštěvnost školní jídelny (ZŠ Horní Jelení, informace od žáků n = 135)



Výsledek vlastního šetření u rodičů byl také porovnán s dotazníkovým šetřením u všech žáků pilotních škol. Bylo zjištěno, že z celkového počtu 1367 žáků navštěvuje školní jídelnu každý den 73% všech dotazovaných. Dalších 9% žáků v této otázce odpovědělo, že chodí do školní jídelny pouze některé dny v týdnu. Školní jídelnu nenavštěvuje celkem 18% dotazovaných žáků. Odpovědi žáků v procentech zobrazuje následující graf č. 6.

Graf č. 6: Návštěvnost školní jídelny (celý soubor dotazníkového šetření, informace od žáků n = 1367)



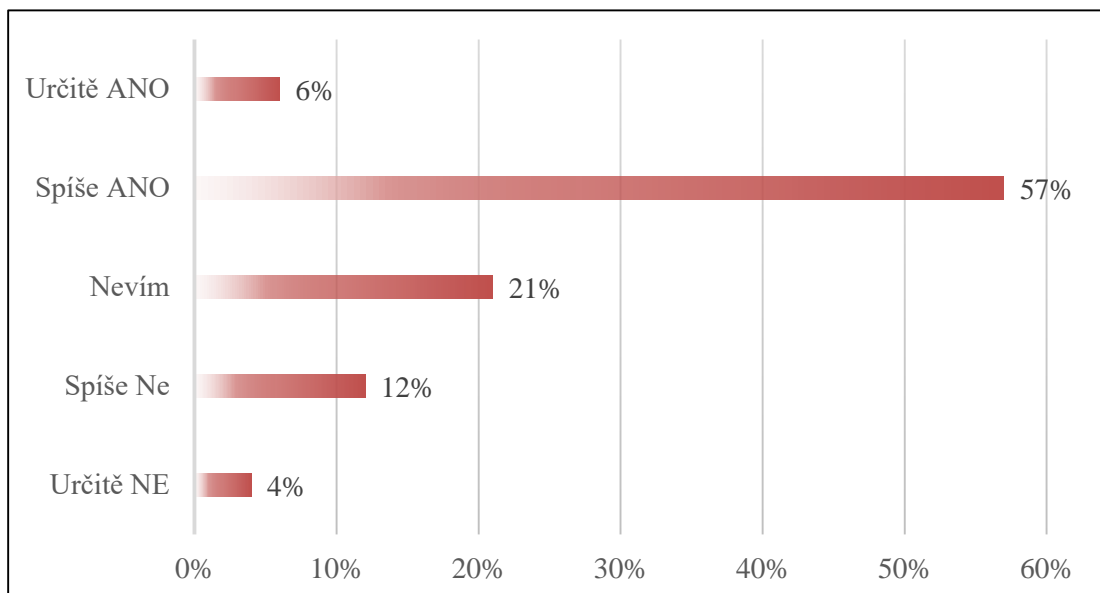
Otázka číslo 3: Je možnost ve školní jídelně vybírat z více jídel?

Tato otázka byla formulována jako uzavřená. Na výběr byla pouze možnost odpovědí ANO neb NE. Všichni rodiče na tuto otázku odpověděli, že na škole tato možnost výběru je.

Otázka číslo 4: Nabídka jídel k obědu je tak pestrá, že si z ní vybere každý?

U této otázky byl kladen důraz na zjištění, zda je podle rodičů nabídka jídel pro jejich děti pestrá. Zda je dítě schopné si z této nabídky vybrat. Rodiče mohli vybírat z možností uvedených v grafu č. 7. Většina rodičů si myslí, že nabídka výběru jídel je pro jejich děti dostačující.

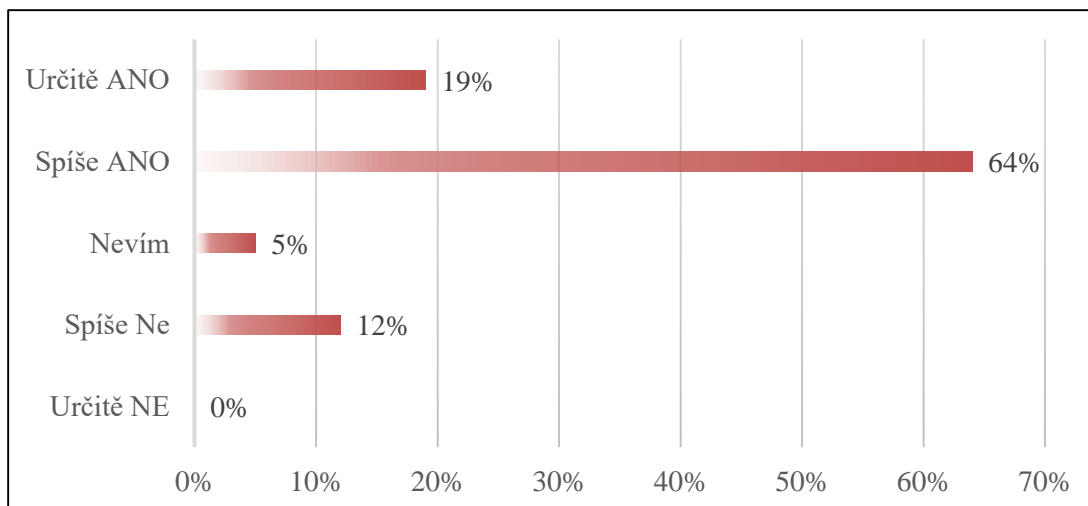
Graf č. 7: Nabídka jídel k obědu je tak pestrá, že si z ní vybere každý?



Otázka číslo 5: Myslíte si, že skladba nabízených jídel respektuje zásady správné výživy?

Z grafu č. 8 vyplývá, že celkem 64% rodičů se přiklání k názoru, že skladba nabízených jídel zásady správné výživy spíše respektuje. 19% rodičů si myslí, že určitě ANO. Další odpovědi jsou uvedeny v grafu č. 8. Pokud porovnáme tuto otázku s odpovědí žáků, zjistíme, že většina z nich to nedokáže posoudit. Nevědí, zda ve školní jídelně vaří zdravě. Mírně převažují ale ti žáci, co si myslí, že ano.

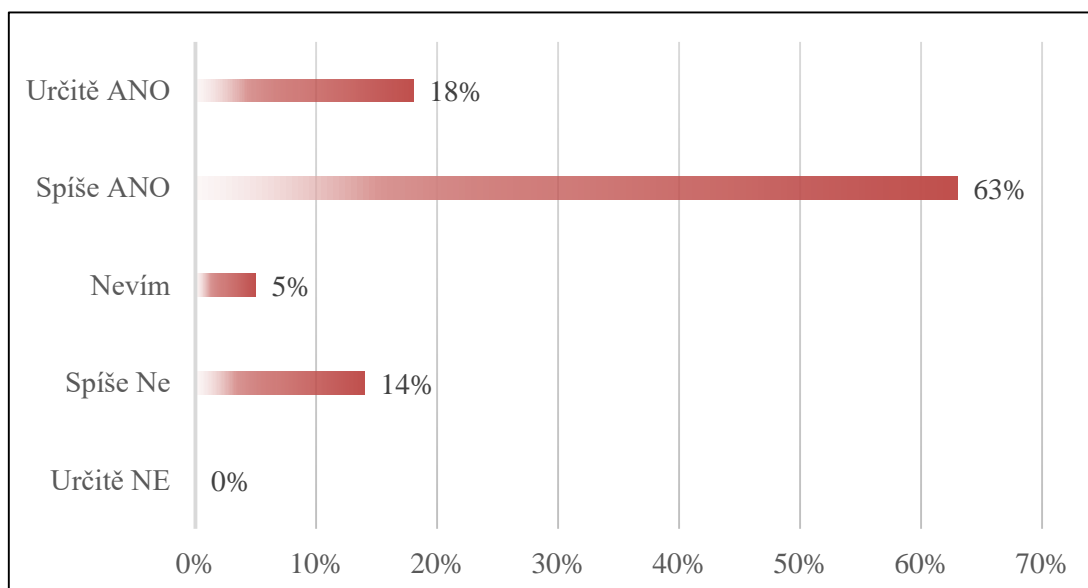
Graf č.8: Myslíte si, že skladba nabízených jídel respektuje zásady správné výživy?



Otázka číslo 6: Dostává Vaše dítě ve školní jídelně často ovoce a zeleninu?

Výsledek odpovědí na tuto otázku značí, že jejich dítě ve školní jídelně dostává často ovoce a zeleninu. Celkem 63% a 18% rodičů označilo odpověď spíše ANO a určitě ANO. Podrobně jsou odpovědi na tuto otázku uvedeny v grafu č. 9. Se stejným názorem se setkáme i při vyhodnocení postoje žáků. Většina žáků sdílí stejný názor ohledně ovoce a zeleniny. Z ovoce by žáci nejvíce uvítali jablka, banány a jahody. Ze zeleniny to jsou především zeleninové saláty, rajčata, okurky a saláty z nich připravené.

Graf č. 9: Dostává vaše dítě ve školní jídelně často ovoce a zeleninu?



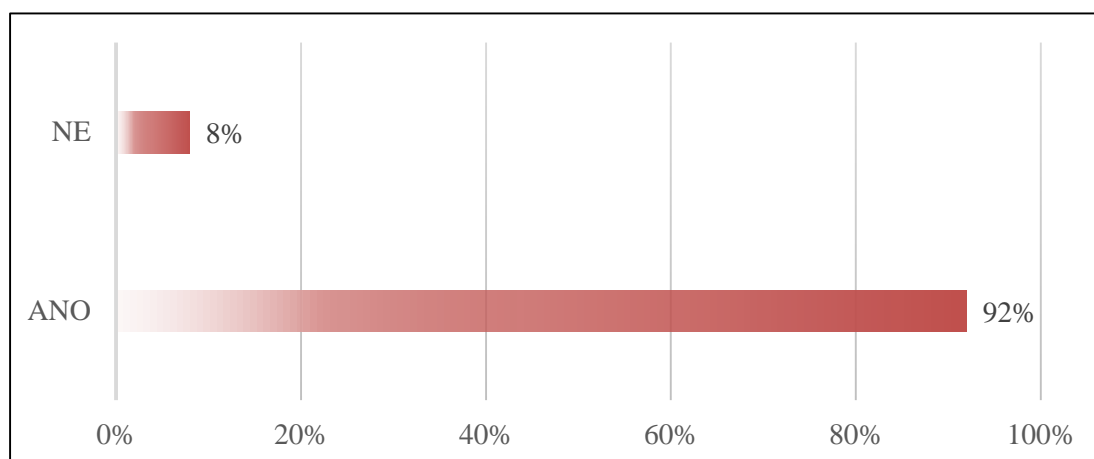
Podle doporučení WHO by bylo žádoucí, kdyby děti konzumovaly 2 porce ovoce a 3 porce zeleniny každý den jak uvádí Slimáková a Václavík (2015).

Avšak zůstává otázkou, zda skutečně tyto porce, hlavně u zeleniny děti splňují. Lze usoudit, že většina rodičů nemá ani přehled o tom, jaké množství ovoce a zeleniny je pro jejich dítě žádoucí a optimální.

Otázka číslo 7: Vyhovuje školní jídelna vašich dětí vašim požadavkům na vhodnou výživu dětí?

Na tuto otázku bylo možné odpovědět pouze ANO nebo NE. Z celkového počtu odpovědí bylo pouze 8% odpovědí NE. U zbývajících 92% rodičů byla odpověď ANO. Tito rodiče si myslí, že školní jídelna vyhovuje požadavkům na vhodnou výživu dětí.

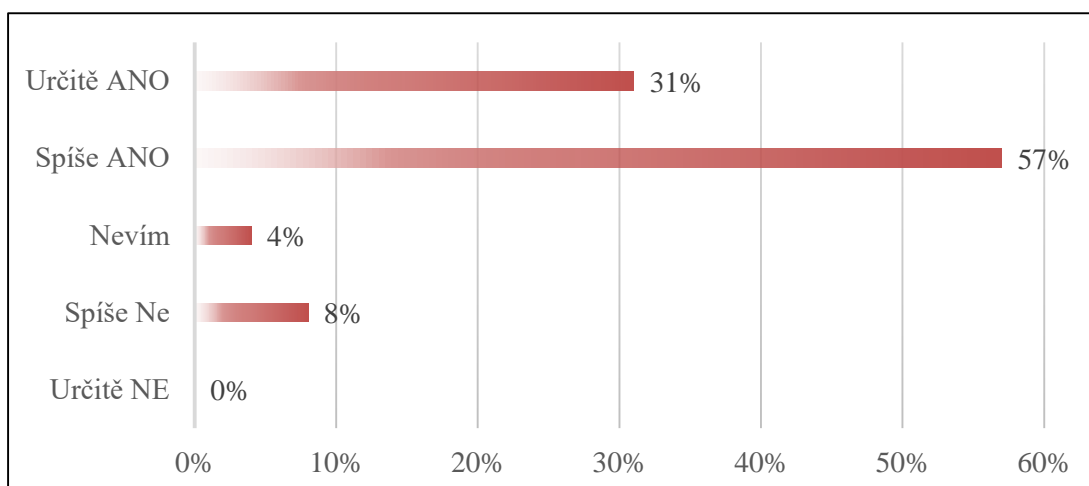
Graf č. 10: Vyhovuje školní jídelna vašich dětí vašim požadavkům na vhodnou výživu dětí?



Otázka číslo 8: Myslíte si, že cena oběda odpovídá kvalitě a množství?

Z odpovědí znázorněných v grafu č. 11 si pouze 8% rodičů myslí, že cena spíše kvalitě a množství neodpovídá. Ve zbylých odpovědích je pro většinu rodičů cena a množství odpovídající. Pouze 4% rodičů odpověděli, že nevědí (nedokážou posoudit).

Graf č. 11: Myslíte si, že cena oběda odpovídá kvalitě a množství?



Otázka číslo 9: Pokud dítě nenavštěvuje školní jídelnu, z jakého důvodu?

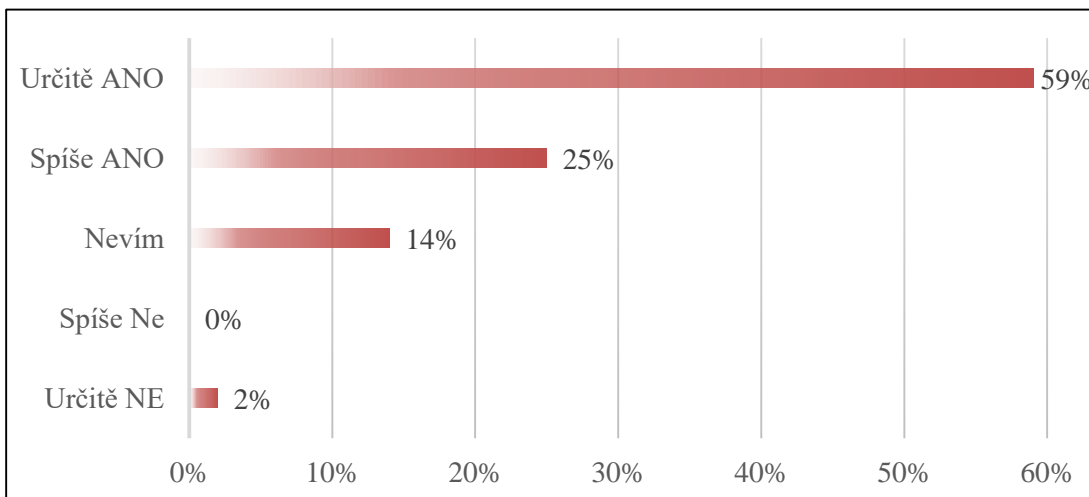
Tato otázka byla blíže rozvedena v otázce číslo 2.

Následující série otázek souvisí s programem Skutečně zdravá škola. Rodiče zde v jednotlivých otázkách hodnotí přínos projektu Skutečně zdravé školy.

Otázka číslo 10: Jste rádi, že je škola, do které chodí vaše dítě, zapojena do projektu „Skutečně zdravá škola“?

Celkový kladný počet odpovědí na tuto otázku jasně značí, že zapojení do projektu Skutečně zdravá škola vidí rodiče jako pozitivní. Z celkového počtu 49 rodičů odpovědělo kladnou odpovědí celkem 84%. Ostatní odpovědi jsou znázorněny v grafu č. 12.

Graf č. 12: Jste rádi, že je škola, do které chodí vaše dítě, zapojena do projektu „Skutečně zdravá škola“?

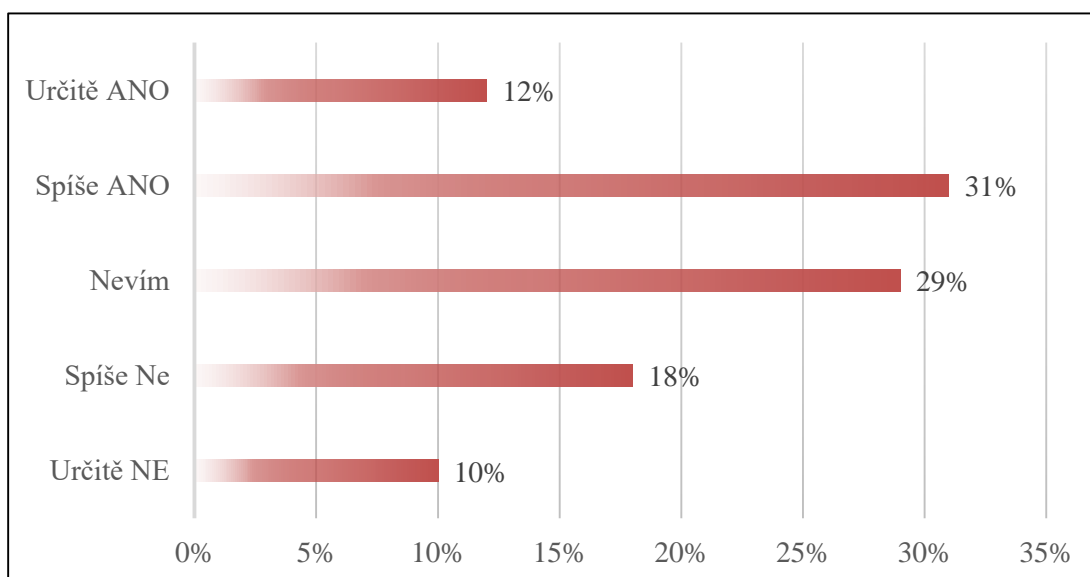


Otázka číslo 11: Vnímáte po zapojení školy do projektu zlepšení ve stravovacích návycích vašeho dítěte?

V této otázce bylo vyhodnocení odpovědí velice rozdílné. Jak je možné vidět v grafu č. 13, je celkem malý rozdíl mezi kladným vyjádřením a odpovědí NEVÍM. Někteří rodiče v této otázce odpovídali i negativně. Celkem 10% rodičů odpovědělo, že po zapojení do projektu nevnímají zlepšení ve stravovacích návycích u svého dítěte.

Odpovědi u této otázky, stejně jako u otázky číslo 12, ukazují pouze krátkodobý časový úsek. Pokud by byly u dětí dále rozvíjeny postoje ke zdravějšímu stravování, určitě by se v budoucnu změny ve výběru zdravějších potravin projevily.

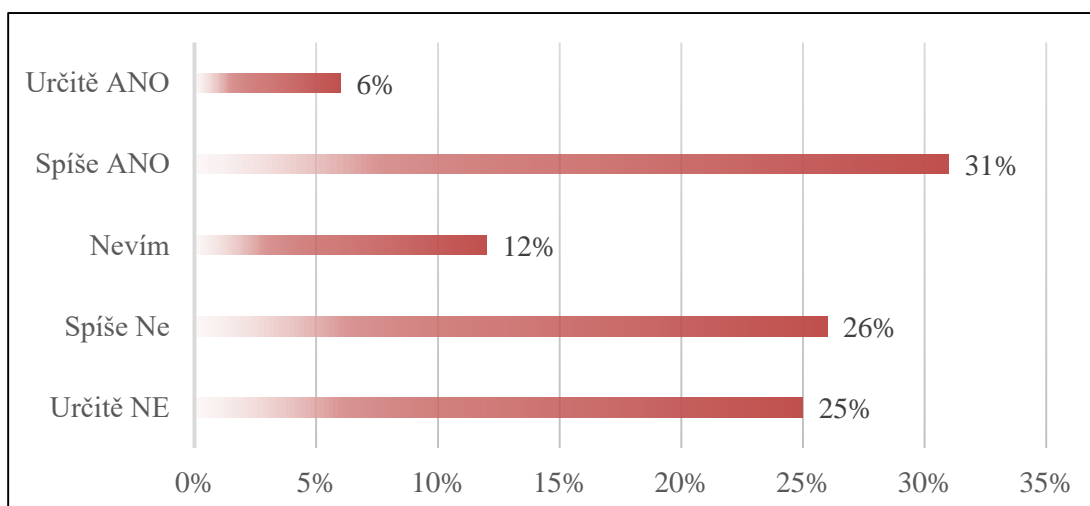
Graf č. 13: Vnímáte po zapojení školy do projektu zlepšení ve stravovacích návycích vašeho dítěte?



Otázka číslo 12: Vybírá si vaše dítě, po zapojení školy do projektu, zdravější jídla a potraviny?

U této otázky je opět velmi malý rozdíl mezi odpovědí spíše ANO a spíše NE. Znázornění grafu č. 14 bohužel značí spíše negativní odpovědi, ze kterých vyplývá, že děti si po zapojení do projektu nevybírají zdravější jídla a potraviny.

Graf č. 14: Vybírá si Vaše dítě, po zapojení školy do projektu, zdravější jídla a potraviny?

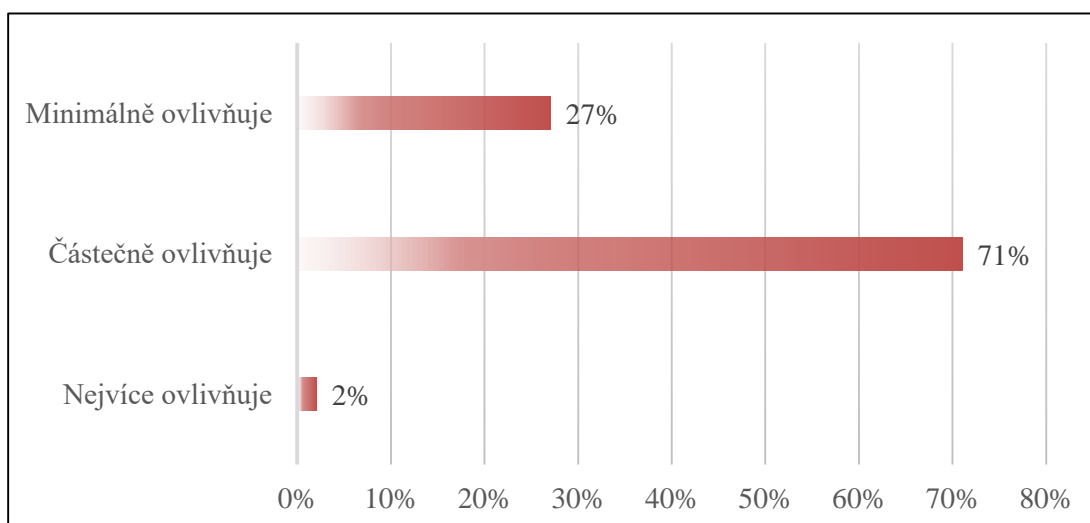


Další 3 otázky jsou zaměřeny na ovlivňování stravovacích návyků. Tyto otázky řeší, jak moc ovlivňuje stravovací návyky dětí školní jídelna, rodina a jejich okolí. U otázek byly možné pouze 3 odpovědi (nejvíce ovlivňuje – částečně ovlivňuje – minimálně ovlivňuje).

Otázka číslo 13: Jak moc podle Vás ovlivňuje stravovací návyky dětí školní jídelna?

Většina rodičů v této otázce zastává názor, že školní jídelna ovlivňuje stravovací návyky dětí pouze částečně. Dále vyhodnocení grafu č. 15 ukazuje, že 27% rodičů je toho názoru, že školní jídelna téměř neovlivňuje stravovací návyky dětí.

Graf č. 15: Jak moc podle Vás ovlivňuje stravovací návyky dětí školní jídelna?

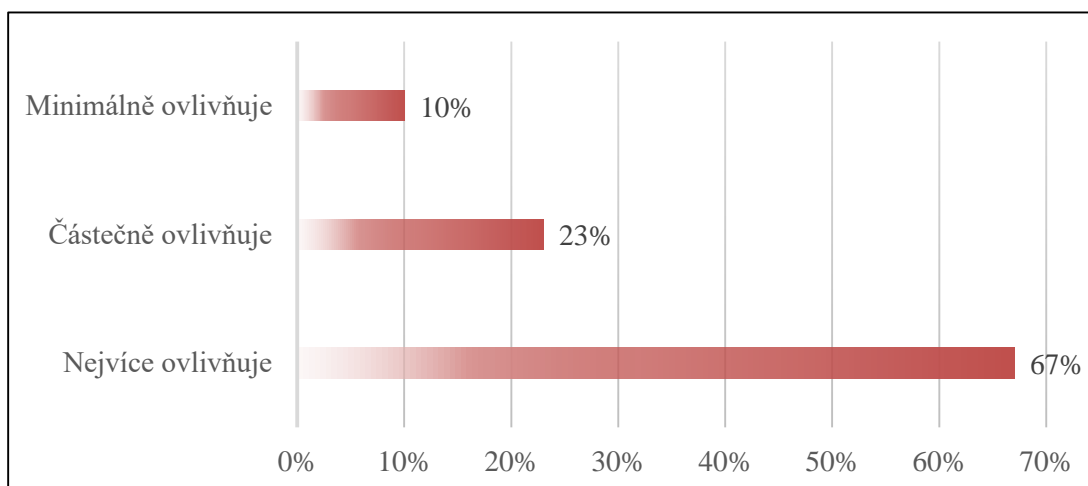


Otázka číslo 14: Jak moc podle vás ovlivňuje stravovací návyky dětí rodina?

V porovnání s otázkou číslo 13, kde většina rodičů odpovídala, že stravovací návyky ovlivňuje školní jídelna pouze částečně. V této otázce se většina rodičů shodla na tom, že rodina ovlivňuje stravovací návyky dětí nejvíce (graf č. 16).

Základní učení o stravování v rodině, by mělo začínat tím, že rodiče dávají dětem zdravou stravu, učí je pravidelně jíst a konzumovat např. ovoce místo sladkostí. To vše má vliv na správné stravování. Podstatně hůře jsou na tom děti, kterým rodiče dávají špatný příklad například konzumací jídel z fast-foodů a ostatních rychlých občerstvení např. z důvodu časového vytížení. Je důležité, aby nezůstávala veškerá zodpovědnost za stravu na škole popřípadě na školní jídelně, ale aby si hlavně rodiče uvědomili, že oni jsou ti, kteří jdou svým dětem příkladem. Obecně si myslím, že je zapotřebí, aby se rodiče více zapojovali do programů, které se týkají stravování jejich dětí.

Graf č. 16: Jak moc podle vás ovlivňuje stravovací návyky dětí rodina?

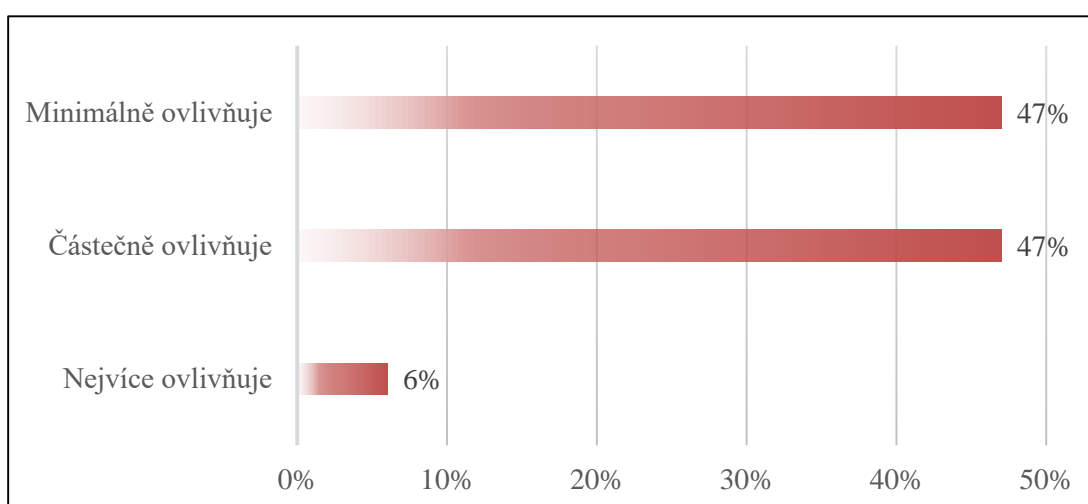


Otázka číslo 15: Jak moc podle vás ovlivňuje stravovací návyky dětí jejich okolí?

U poslední ze série otázek zabývajících se ovlivňováním stravovacích návyků dětí byly odpovědi vyrovnané. Stejný počet rodičů (47%) odpovědělo, že návyky dětí ovlivňuje okolí pouze částečně. Stejný počet rodičů, že okolí dětí ovlivňuje minimálně. Pouze 6% rodičů je toho názoru, že okolí ovlivňuje děti nejvíce. Při této otázce musíme ovšem sledovat i různé faktory, které si možná rodiče neuvědomili. A to, že v okolí jejich dětí je řada podmětů, která jim napomáhá k nesprávným stravovacím návykům. Mohou to být například školní bufety a automaty, ve kterých

si děti kupují různé sladkosti a jiné pochutiny, které zařazují do své stravy. Nákup těchto sladkostí a pochutin může být u některých dětí i každodenní záležitostí. Přitom to jsou právě rodiče, kteří dětem chystají svačinky (myslí si, že vědí, co jejich děti jedí) a dávají kapesné. Ovšem již neřeší to, že kapesné použijí na nákup ve školních bufetech popřípadě automatech. Rodiče by měli být spoluzodpovědní za nabízené služby ve školách. Měli by se podílet na schválení nabízeného sortimentu a na celkové regulaci těchto nabízených služeb. Měli by chtít pro své děti kvalitní nabídku. Alternativou by mohly být zdravé svačiny, které by byly nabízeny školní jídelnou. V případě dětí by posloužily jak z hlediska zdraví, tak i nasycení lépe než obložená bageta s majonézou z automatu nebo hranolky s kečupem z bufetu.

Graf č. 17: Jak moc podle vás ovlivňuje stravovací návyky dětí jejich okolí?

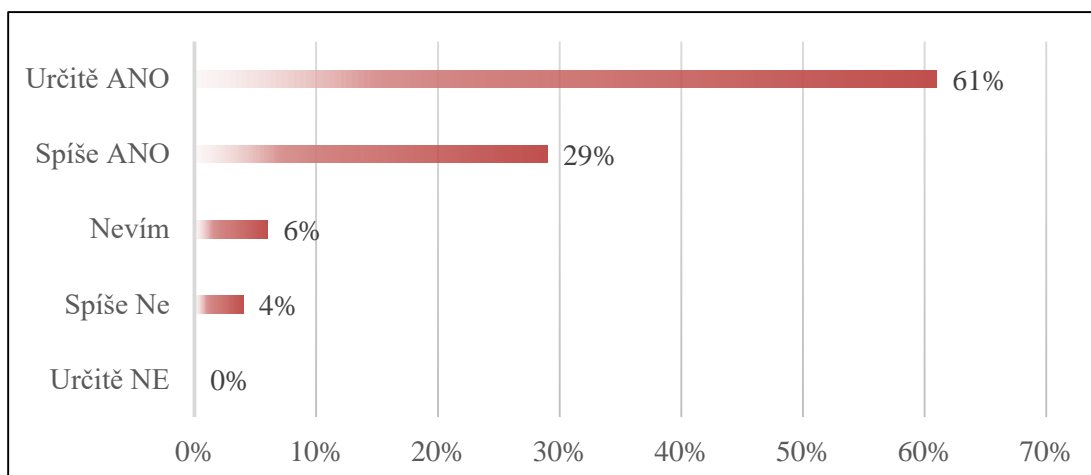


Zbývající otázky byly zaměřeny na kvalitu stravování, na jednání zaměstnanců školní jídelny a na výuku o jídle.

Otázka číslo 16: Přejete si, aby se Vaše dítě ve školní jídelně stravovalo zdravě?

U této otázky je jednoznačné, že si velká většina rodičů přeje, aby se jejich dítě ve školní jídelně stravovalo zdravě. Pouze 4% rodičů odpověděli, že spíše NE a 6% rodičů na to názor neměli a odpověděli NEVÍM. Rozdělení odpovědí je možné vidět v následujícím grafu č. 18. U této otázky je kladná odpověď samozřejmostí. Většina rodičů přece chce mít své dítě zdravé a spokojené. Avšak je důležité si položit otázku, kolik rodičů se zasazuje o změny ve školním stravování, sleduje nabízené potraviny, prochází s dítětem výběr obědů a doplňuje jídelníček dítěte vhodnými potravinami? Přát si, aby se dítě zdravě stravovalo, ale na druhou stranu se nepodílet na změnách k „lepšímu“ není bohužel v této oblasti výjimkou.

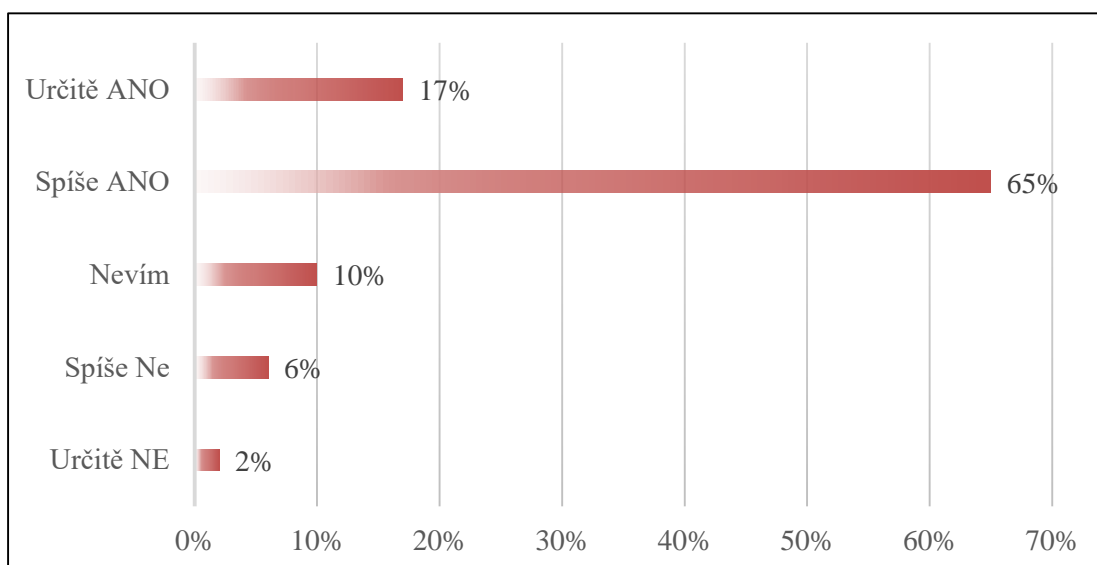
Graf č. 18: Přejete si, aby se Vaše dítě ve školní jídelně stravovalo zdravě?



Otázka číslo 17: Jste spokojeni s kvalitou stravování ve školní jídelně?

Ohledně kvality stravování se většina rodičů shoduje na tom, že jsou s kvalitou stravování ve školní jídelně spokojeni. Výsledky odpovědí jsou uvedeny v grafu č. 19.

Graf č. 19: Jste spokojeni s kvalitou stravování ve školní jídelně?



Otázka číslo 18: Stěžuje si vaše dítě na jednání zaměstnanců školní jídelny?

Všichni rodiče v této otázce uvedli, že si jejich děti nestěžují na jednání zaměstnanců školní jídelny.

Otázka číslo 19: Účastní se vaše dítě v rámci školy nějakých přednášek o správné výživě?

Na tuto otázku bylo možné odpovědět ANO či NE. Že se děti neúčastní žádných přednášek o jídle napsalo celých 67% rodičů. 33% rodičů potvrdilo, že se děti přednášek účastní.

I v rámci programu Skutečně zdravá škola se na Základní škole v Horním Jelení 21.5.2015 uskutečnil vzdělávací seminář "Zdravá výživa dětí - jak strava ovlivňuje zdraví, chování a učení dětí, co to je zdravá výživa - snadná pravidla pro každého, jak děti učit zdravě jíst, vysvětlení doporučení Skutečně zdravé školy". Tento seminář proběhl se specialistkou na zdravotní prevenci a výživu Margit Slimákovou.

Otázka číslo 20: Je něco, co vám vadí ve fungování školního stravování?

Tato otázka byla formou otevřené odpovědi. Rodiče mohli napsat jakýkoliv názor na fungování školního stravování. Ve většině případů rodiče tuto poslední otázku nevyplnili nebo napsali, že jim nevadí nic. Pouze jeden rodič napsal, že je jídlo ve školní jídelně málo slané a jsou špatně připravované ryby. Jeho názor ohledně slanosti jídla je dle mého názoru nesprávný.

5.3 Shrnutí výzkumu

Z dotazníkového šetření postoje rodičů ke školnímu stravování vyplývá, že pokud jejich dítě nenavštěvuje školní jídelnu, má obědy zajištěné jinak. V otázce, zda jsou spokojeni s kvalitou stravování ve školní jídelně, většina rodičů odpověděla kladně. Stejný názor má většina rodičů i na skladbu nabízených jídel. Dále si rodiče myslí, že nabízená jídla ve školní jídelně respektují zásady správné výživy.

V otázkách, které hodnotily přínos projektu Skutečně zdravé školy, byly odpovědi ve většině případů pozitivní.

6. Závěr

Cílem mé práce bylo analyzovat postoje žáků a rodičů ke školnímu stravování na pilotních školách zapojených do programu Skutečně zdravá škola. Posoudit úspěšnost plnění jednotlivých kritérií programu při jeho zavádění a následně vyhodnotit celkový přínos programu Skutečně zdravá škola ke zlepšení kvality stravování školní mládeže.

Výsledky evaluace ukazují, že se na řadě škol začalo o tématu zdravého stravování a obecně o problematice jídla mluvit a dostat ji tak do povědomí celé školy, příp. i rodičů, což umožnilo nastartovat proces změn.

Zapojeným školám se podařilo zavést alespoň dílčí změny ve školním stravování (školní kuchyni), úpravy jídelny, úpravy školních zahrad.

Základní škola v Horním Jelení, kde výzkum postoje rodičů ke školnímu stravování probíhal, i po skončení pilotního programu dále s organizátory projektu Skutečně zdravá škola spolupracuje. V rámci plnění bronzových kritérií se ve školní kuchyni zaměřili na sezónní pokrmy vyrobené hlavně z čerstvých surovin. Paní kuchařky se zúčastnily semináře na stejné téma s kuchařem Radimem Procházkou. Děti si vybíraly svá oblíbená jídla ve školní jídelně a vymýšlely, jak vylepšit i jídelníček. Do školy byli pozváni na přednášku Margit Slimákové i rodiče. Škola také jednala o využití školní zahrady pro vzdělávání o jídle s designérkou školních přírodních zahrad Danou Václavíkovou.

Výlety na místní farmy byly také součástí doporučení v programu Skutečně zdravá škola. „Po tom, co některé české školy začaly v rámci našeho programu své žáky vzdělávat o jídle, vzrostl mezi dětmi zájem o vytváření vlastních zahrádek v areálu školy nebo o exkurze na zemědělské farmy. Je tedy zřejmé, že zájem o kvalitní stravu a povědomí o tom, odkud jídlo pochází, jde ruku v ruce,“ vysvětluje zakladatel iniciativy Skutečně zdravá škola Bohuslav Sedláček. (Sedláček, 2015)

Některé školy se posunuly v porozumění aktuálních oblastí zdravého stravování, zejména díky seminářům zajištěným ze strany realizátora programu. Některým školám se podařilo posílit i vzdělávání a osvětu (Broukalová, 2015).

Seznam použité literatury

BROUKAL, Václav. SPORA, Z. S. Výsledky dotazníkové šetření mezi žáky pilotních škol: Program Skutečně zdravá škola. 2015.

BROUKALOVÁ, Lenka. SPORA, Z. S. Hodnocení pilotáže programu: Program Skutečně zdravá škola. 2015.

FOŘT, Petr. *Stop dětské obezitě: co vědět, aby nebylo pozdě*. Vyd. 1. V Praze: Ikar, 2004. ISBN 80-249-0418-7.

GERŽIČÁKOVÁ, Ž., *Skutečně zdravá škola*, Základní škola Vizovice, příspěvková organizace © 2015, [cit. 2015-12-2].

Dostupné z: <http://www.zsvizovice.cz/25842n-skutecne-zdrava-skola>

HNÁTEK, Jaroslav. *Výživa a stravování žáků základních a středních škol*. Praha: SPN, 1992. Odborná literatura pro veřejnost. ISBN 80-04-23948-X.

CHLUMSKÁ, L., *Biopotraviny ve školních stravovacích zařízeních – analýza*, 2009, [cit. 2015-12-5], Dostupné z:

http://eagri.cz/public/web/file/39454/brozura_Bioskoly_11_2009_CD.pdf

Jidelny.cz, [online]. © 2002-2016, [cit. 2015-12-5],

Dostupné z: http://www.jidelny.cz/docs_show.aspx?id=31

KAST-ZAHN, Annette a Hartmut MORGENROTH. *Aby děti správně jedly*. Vyd. 1. Brno: Computer Press, 2008. ISBN 978-80-251-1937-2.

MŠMT: *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. © 2015 [cit. 2016-12-8]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty/vyhlaska-c-107-2005-sb-1>

PACKOVÁ, A. a A. STROSSEROVÁ, *Historie a současnost školního stravování v ČR*, [online] © 2012 [cit. 2015-12-2]. Dostupné z:

http://www.zzv.sk/images/pdf/zdravy_zivotny_styl_v_skolach_2012/Packova.pdf

SEDLÁČEK, Bohuslav, *Skutečně zdravá škola, z.s.*, [online]. © 2015 [cit. 2016-2-25]. Dostupné z: <http://www.skutecnezdravaskola.cz/tiskove-zpravy/tiskova-zprava-skutecne-zdrava-skola-a-zemedelstvi-zije-budou-deti-ucit-o-puvodu-potravin>

Skutečně zdravá škola, z.s. [online]. © 2016 [cit. 2016-1-5].

Dostupné z: <http://www.skutecnezdravaskola.cz/co-prosazujeme>

Skutečně zdravá škola, z.s. [online]. © 2015 [cit. 2016-02-22]. Dostupné z:

http://www.skutecnezdravaskola.cz/user_uploads/Soubory/Transformace%20%C5%A1koln%C3%ADho%20stravov%C3%A1n%C3%AD.pdf

SLIMÁKOVÁ, Margit a Tomáš Václavík, *Skutečně zdravá škola, z.s.*, [online]. © 2015 [cit. 2015-1-14]. Dostupné z www: <http://www.skutecnezdravaskola.cz/prosazujeme>

STARÁ, Alena, *Regionální jídla ve školní jídelně*, Jídelna: Informační portál hromadného stravování [online]. ©2013 [cit. 2014-01-11]. Dostupné z: <http://www.jidelny.cz/show.aspx?id=1383>

ŠOLTYSOVÁ, Taťjana a Lumír KOMÁREK. *Receptář správné výživy dětí v mateřských a základních školách*. 1. vyd. Praha: Státní zdravotní ústav, 2002. ISBN 80-7071-197-3.

Týdeník ŠKOLSTVÍ: Padesát let školních jídelen, Ročník 2014 (Číslo 01), [online]. © 2008 [cit. 2015-11-20]. Dostupné z: <http://www.tydenik-skolstvi.cz/archiv-cisel/2014/01/padesat-let-skolnich-jidelen/>

VĚŘÍŠOVÁ, L., Co je školní stravování, [online]. © 2002-2016 [cit. 2015-12-5]. Dostupné z: <http://www.jidelny.cz/show.aspx?id=21>

WILKS, Nicoletta A. *Marketing Food to Children and Adolescents: A Review of Industry Expenditures, Activities, and Self-regulation*. Nova Science Publishers, 2009. ISBN 978-1-60692-913-1.

WILLITTS, Alice a Deborah CARTER. *Food Allergy and Your Child: A Practical Guide for Parents*. Class Publishing, 2007. ISBN 978-1-85959-186-4.

Základní škola Horní Jelení [online]. © 2016 [cit. 2016-1-8]. Dostupné z: <http://www.zshj.cz/projekt-skutecne-zdrava-skola>

Zákony pro lidi: *Předpis č. 107/2005Sb. Vyhláška o školním stravování*, [online]. © 2010-2016 [cit. 2015-12- 11]. Dostupné z: <http://www.zakonyprolidi.cz/cs/2005-107>

Zdravá školní svačina, aneb, Uzdravme svůj školní automat i bufet. 1. vyd. Praha: Státní zdravotní ústav ve spolupráci se Společností pro výživu, 2014. ISBN 978-80-7071-334-1.

Seznam tabulek a grafů

Tabulka č. 1: Průměrná měsíční spotřeba vybraných druhů potravin na strávníka a den v gramech, uvedeno v hodnotách "jak nakoupeno" (Zákony pro lidi, 2010-2016).	14
Graf č. 1: Jak často chodíš na obědy do školní jídelny?	23
Graf č. 2: Do školní jídelny nechodím, protože... ..	23
Graf č. 3: Do jaké třídy chodí Vaše dítě?.....	27
Graf č. 4: Jak často Vaše dítě chodí na obědy do školní jídelny?.....	27
Graf č. 5: Návštěvnost školní jídelny (ZŠ Horní Jelení, informace od žáků n = 135)28	
Graf č. 6: Návštěvnost školní jídelny (celý soubor dotazníkového šetření, informace od žáků n = 1367).....	28
Graf č. 7: Nabídka jídel k obědu je tak pestrá, že si z ní vybere každý?	29
Graf č.8: Myslíte si, že skladba nabízených jídel respektuje zásady správné výživy?	30
Graf č. 9: Dostává vaše dítě ve školní jídelně často ovoce a zeleninu?	30
Graf č. 10: Vyhovuje školní jídelna vašich dětí vašim požadavkům na vhodnou výživu dětí?	31
Graf č. 11: Myslíte si, že cena oběda odpovídá kvalitě a množství?	32
Graf č. 12: Jste rádi, že je škola, do které chodí vaše dítě, zapojena do projektu „Skutečně zdravá škola“?.....	32
Graf č. 13: Vnímáte po zapojení školy do projektu zlepšení ve stravovacích návycích vašeho dítěte?	33
Graf č. 14: Vybírá si Vaše dítě, po zapojení školy do projektu, zdravější jídla a potraviny?.....	34
Graf č. 15: Jak moc podle Vás ovlivňuje stravovací návyky dětí školní jídelna?	34
Graf č. 16: Jak moc podle vás ovlivňuje stravovací návyky dětí rodina?.....	35
Graf č. 17: Jak moc podle vás ovlivňuje stravovací návyky dětí jejich okolí?.....	36
Graf č. 18: Přejete si, aby se Vaše dítě ve školní jídelně stravovalo zdravě?	37
Graf č. 19: Jste spokojeni s kvalitou stravování ve školní jídelně?	37

Seznam příloh

Příloha č. 1: Dotazník pro rodiče

Vážená paní, vážený pane!

Jsem posluchačkou 3. ročníku zemědělské fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Dovoluji si Vás oslovit s prosbou o vyplnění tohoto dotazníku, jehož vyplnění zabere maximálně 10 minut. Dotazník je anonymní, a údaje, které poskytnete, jsou nedílnou součástí výzkumu, který příkládám ke své bakalářské práci. Cílem mého výzkumu je analýza postoje rodičů ke školnímu stravování v pilotním programu Skutečně zdravá škola.

Prosím o vyplnění dotazníku a odevzdání zpět do školy.

Děkuji

Nikola Tvrdoňová, DiS.

V dotazníku je 20 krátkých otázek. U každé otázky prosím zaškrtněte 1 odpověď, pokud není uvedeno jinak.

1. Do jaké třídy chodí vaše dítě?
 - a) do 4. třídy.
 - b) do 5. třídy.
 - c) do 6. třídy.
 - d) do 7. třídy.
 - e) do 8. třídy.
 - f) do 9. třídy.

2. Jak často Vaše dítě chodí na obědy do školní jídelny?
 - a) každý den
 - b) chodí pouze některé dny v týdnu
 - c) nechodí vůbec (přejděte na otázku č. 9)

3. Je možnost ve školní jídelně vybírat z více jídel?
 - a) ANO
 - b) NE

4. Nabídka jídel k obědu je tak pestrá, že si z ní vybere každý?
 - a) Určitě NE
 - b) Spíše NE
 - c) Nevím
 - d) Spíše ANO
 - e) Určitě ANO

5. Myslíte si, že skladba nabízených jídel respektuje zásady správné výživy?
 - a) Určitě NE
 - b) Spíše NE
 - c) Nevím
 - d) Spíše ANO
 - e) Určitě ANO

6. Dostává vaše dítě ve školní jídelně často ovoce a zeleninu?
- Určitě NE
 - Spíše NE
 - Nevím
 - Spíše ANO
 - Určitě ANO
7. Vyhovuje školní jídelna vašich dětí vašim požadavkům na vhodnou výživu dětí?
- ANO
 - NE
8. Myslíte si, že cena oběda odpovídá kvalitě a množství
- Určitě NE
 - Spíše NE
 - Nevím
 - Spíše ANO
 - Určitě ANO
9. Pokud dítě nenavštěvuje školní jídelnu, z jakého důvodu?
Zaškrtněte všechny platné možnosti. Jestli je ještě jiný důvod, napište ho prosím, do políčka "jiné".
- ve školní jídelně není dobrá atmosféra
 - jídlo ve školní jídelně mu nechutná
 - obědy má zajištěné jinak
 - nechodí tam kamarádi.
 - má speciální dietu a ve školní jídelně mi neuvaří jídlo, jaké potřebuje
 - jiný důvod: _____
10. Jste rádi, že je škola, do které chodí vaše dítě, zapojena do projektu „Skutečně zdravá škola“?
- Určitě NE
 - Spíše NE
 - Nevím
 - Spíše ANO
 - Určitě ANO
11. Vnímáte po zapojení školy do projektu zlepšení ve stravovacích návycích vašeho dítěte?
- Určitě NE
 - Spíše NE
 - Nevím
 - Spíše ANO
 - Určitě ANO
12. Vybírá si vaše dítě, po zapojení školy do projektu, zdravější jídla a potraviny?
- Určitě NE
 - Spíše NE
 - Nevím
 - Spíše ANO
 - Určitě ANO

13. Jak moc podle vás ovlivňuje stravovací návyky dětí školní jídelna?
- a) nejvíce ovlivňuje
 - b) částečně ovlivňuje
 - c) minimálně ovlivňuje
14. Jak moc podle vás ovlivňuje stravovací návyky dětí rodina?
- a) nejvíce ovlivňuje
 - b) částečně ovlivňuje
 - c) minimálně ovlivňuje
15. Jak moc podle vás ovlivňuje stravovací návyky dětí jejich okolí?
- a) nejvíce ovlivňuje
 - b) částečně ovlivňuje
 - c) minimálně ovlivňuje
16. Přejete si, aby se Vaše dítě ve školní jídelně stravovalo zdravě?
- a) Určitě NE
 - b) Spíše NE
 - c) Nevím
 - d) Spíše ANO
 - e) Určitě ANO
17. Jste spokojeni s kvalitou stravování ve školní jídelně?
- a) Určitě NE
 - b) Spíše NE
 - c) Nevím
 - d) Spíše ANO
 - e) Určitě ANO
18. Stěžuje si vaše dítě na jednání zaměstnanců školní jídelny?
- a) Určitě NE
 - b) Spíše NE
 - c) Nevím
 - d) Spíše ANO
 - e) Určitě ANO
19. Účastní se vaše dítě v rámci školy nějakých přednášek o správné výživě?
- a) ANO
 - b) NE
20. Je něco, co vám vadí ve fungování školního stravování?
-