



## Akční skupina pro zdravé stravování

### Instrukce

### Dotazník pro žáky a studenty

Návrh možných otázek pro zjištění stavu v oblasti školního stravování ve vaší škole. Použijte ty otázky, které jsou pro vaši situaci relevantní, nebo přidejte další otázky. Důležité je následně výsledky vyhodnotit a udělat z nich správné závěry.

### Školní obědy

1. **Jak často chodíš na školní obědy?** (vyber jednu možnost)

- Každý den       Většinu dní       Občas       Nikdy

2. **Chodíš-li na školní obědy... Co se ti na nich líbí nejvíce?**

.....  
.....

3. **Chodíš-li na školní obědy... Co se ti na nich nejvíce nelíbí?**

.....  
.....

4. Pokud bys na školních obědech mohl/a změnit jednu věc, co by to bylo?

.....

5. Jak bychom mohli zajistit, aby na školní obědy chodilo více strávníků?

.....

.....

6. Myslíš, že bychom měli pozvat rodiče, aby ochutnali školní obědy?

(vyber jednu možnost)

Ano       Ne       Možná

7. Rádi bychom na školní oběd pozvali dospělé osoby. Koho bychom podle tebe měli pozvat?

.....

8. Jak často si k obědu dáváš salát? (vyber jednu možnost)

Každý den       2–3 x týdně       Občas       Téměř nikdy

9. Jaké jiné druhy salátu bys v nabídce uvítal?

.....

.....

## Složení školních obědů

10. Jaké je tvoje oblíbené jídlo (z domova nebo ze školní jídelny)?

.....

.....

11. Jaké ovoce a zeleninu máš nejraději?

Ovoce:

.....

Zeleninu:

.....

**12. Kde bys chtěl/a získávat více informací o složení pokrmů a původu surovin v pokrmech ve školní jídelně?** (vyber jednu možnost)

- Nástěnka                       Informační bulletin                       Školní rozhlas
- Webové stránky                       Ve třídě
- Jinde, napiš prosím: .....

**14. Chodíš-li na školní obědy, stává se často, že jídlo nedojíš a zbytky vyhazuješ?**

(vyber jednu možnost)

- Ano                       Ne                       Občas
- Pokud ano, prosím uveď proč: .....
- .....

## Obědy mimo školní jídelnu

**15. Obědváš-li mimo školní jídelnu... Z jakého důvodu?** (vyberte jednu možnost)

- Protože mi to řekli rodiče
- Mohu jíst, co mi chutná
- Mohu posedět se svými kamarády
- Rodiče říkají, že je to levnější
- Jiný důvod (prosím uveď proč) .....
- .....
- Ve škole mi nechutná

## Školní jídelna

**16. Napiš prosím, jak bychom mohli zlepšit prostředí školní jídelny?**

.....

.....

**17. Myslíš si, že je příliš hlučná?**

- Ano                       Ne

**18. Vadí ti fronty na jídlo ve školní jídelně? Pokud ano, proč?**

.....  
.....

## Vaření

**22. Chtěl/a bys mít v rámci vyučování hodiny vaření? (vyber jednu možnost)**

- Ano       Možná       Ne

**23. Chtěli bychom zapojit více žáků do výuky vaření. Jmenuj tři jídla, která by ses chtěl/a naučit vařit.**

.....  
.....

**24. Chtěl/a bys svým rodičům ukázat, jak vařit? (vyber jednu možnost)**

- Ano       Ne.

Pokud ne, tak proč?

.....

## Výlety na farmy

**25. Pokud bychom organizovali výlet na farmu, jaký druh farmy bys chtěl/a navštívit? (vyber jednu možnost)**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> bio farmu                     | <input type="checkbox"/> normální farmu             |
| <input type="checkbox"/> farmu, kde se pěstují plodiny | <input type="checkbox"/> farmu, kde chovají zvířata |
| <input type="checkbox"/> smíšenou farmu                |   |

## Pěstování

26. Chtěli bychom zapojit více žáků do výuky pěstování plodin. Jmenuj tři druhy ovoce nebo zeleniny, které bys chtěl/a vypěstovat na školní zahradě.

.....

27. Chtěl/a bys, aby na škole byl kroužek pěstování? Pokud ano, který den a hodina by ti nejvíce vyhovoval?

.....

28. Pěstujete doma vlastní ovoce a zeleninu?

.....

29. Máš v rodině někoho, kdo by nám chtěl se školním kroužkem pěstování pomoci?

.....

## Pouze pro střední školy

30. Které z následujících tvrzení tě vystihuje nejlépe? (vyber jednu možnost)

- Většinou obědvám ve školní jídelně
- Většinou obědvám balené obědy nebo si něco koupím v obchodě
- Někdy jím ve školní jídelně, někdy balené obědy

31. Kdy jíš hlavní jídlo dne? (vyber jednu možnost)

- Většinou během přestávky na oběd
- Většinou doma navečer
- Jak kdy
- Spíš jím menší jídla po celý den než jedno hlavní jídlo dne

32. Co má vliv na to, co si dáš k obědu? (vybarvi vše odpovídající)

- Cena
- Výběr
- Přátelé
- Rodiče
- Jiné: .....

**33. Z jakého důvodu nenavštěvuješ školní jídelnu?** (zaškrtni vše odpovídající)

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Nemám rád její atmosféru | <input type="checkbox"/> Pomalá obsluha        |
| <input type="checkbox"/> Malý výběr               | <input type="checkbox"/> Příliš drahé          |
| <input type="checkbox"/> Nechutná mi tam          | <input type="checkbox"/> Nechodí tam kamarádi  |
| <input type="checkbox"/> Malé porce               | <input type="checkbox"/> Nařídili mi to rodiče |
| <input type="checkbox"/> Příliš dlouhé fronty     |  |

**34. Jak bys vylepšil/a školní jídelnu?**

.....

.....

**35. Pokud míváš balené obědy z domu, co by se muselo změnit, abys začal/a chodit do školní jídelny?**

.....

.....

**36. Jmenuj tři jídla, která bys rád/a viděl/a na jídelníčku školní jídelny.**

.....

.....

## Složení školních jídel

**37. Chtěl/a bys získat více informací o potravinách, které jíš ve škole?**

(vyber jednu možnost)

- Ano       Ne       Nevím

**38. Na stupnici od 1–5 urči, jak moc je pro tebe důležité vědět, jak jsou potraviny a pokrmy, které jíš, vyráběny a přepravovány.** (vyber jednu možnost)

1 = téměř vůbec, 5 = velmi

- 1       2       3       4       5

**39. Který z následujících výroků tě nejlépe vystihuje, pokud jde o konzumaci zdravé a vyvážené stravy?** (vyber jednu možnost)

- Víím, že bych měl/a jíst zdravě, a taky to většinou dělám.
- Víím, že bych měl/a jíst zdravě, a někdy se mi to daří.
- Víím, že bych měl/a jíst zdravě, ale většinou se mi to nedaří.
- Nevím, co bych měl/a jíst, abych byl zdravý/á.

**40. Jak by se ti líbilo, pokud by ve školní jídelně zdravá jídla stála méně a ta nezdravá nejvíce?** (vyber jednu možnost)

- Velmi       Spíše ano       V podstatě ano       Ne

**41. Jsi si vědom/a toho, že škola má svůj vlastní plán zdravého školního stravování?** (vyber jednu možnost)

- Ano       Ne

**42. Myslíš, že by na škole mělo být místo, kde lze kompostovat zbytky ze zahrady a z kuchyně?** (vyber jednu možnost)

- Ano       Ne

**43. Chtěl/a bys vědět, odkud pocházejí potraviny pro školní jídelnu?** (vyber jednu možnost)

- Ano       Ne

**Děkujeme za váš čas**