

Souhrn

Cílem bakalářské práce bylo zmapovat pitný režim dětí na třech základních školách na území Prahy. Věk respondentů byl od 8 do 11 let. Šetření se zúčastnilo 163 dětí, 93 chlapců a 70 dívek navštěvující 3. ročník. V teoretické části je popsán problém nedostatečného pitného režimu u dětí se zaměřením na vliv na školní proces. V praktické části jsou zpracovány výsledky dotazníkového šetření a monitoring základních škol se zaměřením na zajištění pitného režimu školou. V dotazníkovém šetření žáci odpovídali na 16 otázek zaměřených na to, kolik a jaké množství tekutin zkonsumují během rána a dopoledního vyučování ve škole. Pociťují-li subjektivní příznaky dehydratace jako jsou bolest hlavy, únava a nesoustředěnost. Z výzkumu vyplynulo, že pouze 65 % dětí vypije během dopoledního vyučování doporučené množství tekutin. Dále bylo zjištěno, že největší oblíbenost u dětí mají sladké limonády, ale jejich reálná konzumace je výrazně nižší.