

Abstrakt

- Název:** Využití a preference chytrých hodinek a jejich funkcí k měření zdravotních parametrů u dospělé populace
- Cíle:** Cílem této diplomové práce je analyzovat využití a preference chytrých hodinek u dospělé populace a zkoumat jejich potenciál k měření zdravotních parametrů prostřednictvím dotazníkového šetření.
- Metody:** Výzkum probíhal dotazníkovým šetřením. Byl využit dotazník vlastní konstrukce. Součástí výzkumné části byla i analýza parametrů a funkcí chytrých hodinek.
- Výsledky:** Věkový průměr respondentů, kteří vyplnili dotazník k této diplomové práci, byl 31,2 let. 63 ze 103 probandů pomocí chytrých hodinek sleduje svůj zdravotní stav, přičemž nejčastěji měřeným parametrem je tepová frekvence. Tu sleduje všech 63 respondentů. Nejvyužívanější funkce spojená s pohybovou aktivitou je sledování počtu kroků. Tento údaj zajímá 91 respondentů. Při výběru chytrých hodinek hrají klíčovou roli faktory jako kvalita, přesnost a design. Nejpoužívanější chytré hodinky jsou podle respondentů od výrobců Apple a Garmin. Apple Watch používá 42 % probandů a značku Garmin 26 % probandů. Respondenti často preferují značku Apple kvůli její kompatibilitě s ostatními zařízeními, Garmin zase pro jeho vysokou přesnost. Chytré hodinky také poskytují uživatelům motivaci k pravidelné fyzické aktivitě. To uvedlo 55 probandů ze 103.
- Klíčová slova:** pohybová aktivita, motivace, monitorování, moderní technologie