

Seznam příloh

Dotazníkové šetření

Využití chytrých hodinek

1. Pohlaví

muž

žena

2. Věk

Zadejte svoji odpověď.

3. Jak často sportujete?

Každý den

Párkrát do týdne

Příležitostně

Vůbec

4. Jakou značku a typ chytrých hodinek využíváte? *

Zadejte svoji odpověď.

5. Jednoduše popište, proč jste si vybrali právě tuto značku. (kvalita, cena, přesnost, vizuální stránka)

Zadejte svoji odpověď.

6. Při jaké příležitosti chytré hodinky využíváte?

- při běžném nošení i sportování
- pouze při běžném nošení
- pouze při sportování
- Jiné

7. Sledujete svůj zdravotní stav pomocí chytrých hodinek?

- ano
- ne

8. Jaké zdravotní parametry na svých hodinkách sledujete?

- srdeční tep
- krevní tlak
- kyslík v krvi
- krevní cukr
- stres
- Jiné

9. Jak často na svých chytrých hodinkách využíváte funkce spojené se sledováním vašeho zdraví?

- každý den
- alespoň 1x týdně
- příležitostně

10. Sdíleli jste někdy naměřené zdravotní údaje se svým lékařem?

ano

ne

11. Shodují se tyto údaje s údaji naměřenými lékařskými přístroji? (tlakoměr, EKG...)

ano

spíše ano

spíše ne

ne

nevím

12. Jaké funkce spojené s pohybovými aktivitami sledujete?

počet kroků

sledování spánku

fitness sledování (trasy, rychlost)

sledování kalorií

upozornění na pohyb

online tréninkové plány

Jiné

13. Motivují vás chytré hodinky k častější pohybové aktivitě?

ano

ne

14. Sledujete při pohybové aktivitě průběžné záznamy na chytrých hodinkách?

ano

ne

15. Účastníte se soutěží, sbíráte odznaky, nebo jiné odměny spojené s pohybovou aktivitou, které chytré hodinky nabízejí?

ano, často

občas

vůbec

16. Snažíte se splnit nastavené denní limity pro pohybovou aktivitu? (uzavírání kroužků)

ano

ne

17. Jste součástí sdílení dosažených hodnot s ostatními uživateli chytrých hodinek?

ano

ne

18. Jaké hodnoty a s kým sdílíte?

Zadejte svoji odpověď.