

Abstrakt

Bakalářská práce na téma „Zdravá výživa u dětí ve školním věku“ je zaměřená na stravovací návyky u dětí v mladším a starším školním věku.

Cílem práce bylo zjistit a zmapovat, jak se děti v mladším a starším školním věku stravují, jaké mají stravovací návyky.

V **teoretické části** práce je věnována pozornost zdravé výživě a zdravému životnímu stylu, dále je kladen důraz na stravování u jednotlivých věkových kategorií dětí s rozdělením na mladší školní věk a starší školní věk.

V **empirické části** jsou uvedeny cíle, pracovní hypotézy, metodika a organizace šetření. Jsou zde uvedeny výsledky vlastního šetření a následně komparace s výsledky jiných odborných studií.

Metodou výzkumného šetření byl dotazník vlastní konstrukce, který byl distribuován u praktických lékařů pro děti a dorost ve Středočeském kraji a Praze. K vlastnímu výzkumnému šetření bylo zahrnuto 81 dotazníků.

Výsledky vlastního výzkumného šetření byly velmi uspokojivé. Příkladem může být, že 74,07 % dotázaných respondentů uvedlo, že jejich děti jsou zvyklé snídat. Dalším uspokojivým výsledkem může být skutečnost, že 84 % dotázaných respondentů uvedlo, že jejich děti pijí před odchodem do školy. Výsledky vlastního výzkumného šetření, které tolik uspokojivé nejsou může být například skutečnost, že 50,62 % dotázaných respondentů uvedlo, že jejich děti v převážné většině, pijí slazené nápoje.

Závěr: Z vlastního výzkumu lze říci, že některé stravovací návyky dětí jsou uspokojivé jiné méně na které je nutno se zaměřit.