

Souhrn

Bakalářská práce se věnuje tématu nutriční gramotnosti na základních školách ČR. Obsahuje část teoretickou a praktickou.

Teoretická část se zabývá základními složkami potravy a jejich zastoupením ve stravě. Dále objasňuje pojem nutriční gramotnost a její hodnocení. Ukazuje nutriční doporučení, se kterými se můžeme nejčastěji setkat. Popisuje rámcový vzdělávací program jako takový a co by učitelé měli ve škole o tématu výživy s žáky během výuky probrat. V závěru se zaměřuje na faktory ovlivňující stravování dětí.

Praktická část shrnuje výsledky anonymního dotazníkového šetření. Dotazník byl částečně tvořen validovaným švýcarským dotazníkem PKB-7. Celkem obsahoval 15 otázek. Byly stanoveny 3 výzkumné otázky:

1. Liší se nutriční gramotnost v rámci jedné školy mezi žáky pátých a devátých tříd?
2. Jsou výsledky žáků pátých tříd mezi školami rozdílné?
3. Jsou výsledky žáků devátých tříd mezi školami rozdílné?

Sběr dat probíhal od května do června roku 2023. Respondenti byli žáky pátého a devátého ročníku na dvou pražských a dvou opavských základních školách. Do sběru se zapojily 4 základní školy. Respondentů bylo celkem 281. Návratnost dotazníků byla 100%.

U výsledků byla stanovována p-hodnota na hladině významnosti 0,05. Zajímavé bylo porovnání žáků devátého ročníku základní školy Englišova a laické švýcarské dospělé populace. Žáci svými znalostmi předčili dospělou populaci o 0,76 bodu. Většina dotázaných žáků nevěděla, že doporučená denní dávka ovoce a zeleniny je pět porcí. 83 % respondentů zvolilo chybnou odpověď.

Celkově lze konstatovat, že naši respondenti ze základních škol vykazují dobrou orientaci v oblasti výživy. Dotazník přesto odhalil určité mezery v nutriční gramotnosti, které je však možné vhodným vzdělávacím programem zlepšit. Správně identifikovalo 5 porcí ovoce a zeleniny jen 17 % respondentů, nejvyváženější skladbu surovin na talíři zvolilo pouze 20 %. Z toho důvodu by bylo vhodné zvážit navýšení počtu vyučovacích hodin věnovaných tématu výživy a posílení úrovně nutriční gramotnosti učitelů. Tím by bylo možné zajistit předávání co nejrelevantnějších informací v oblasti stravování.