



Skutočne
zdravá škola

Školský kvíz

Dotazník pre žiakov 2. Stupňa ZŠ a Stredných škôl

1. Aké ovocie a zeleninu máš najradšej?

Môžeš označiť aj viac možností ako odpoveď.

Ovocie:

- ananás
- avokádo
- banány
- citróny
- čerešne
- černice
- čučoriedky
- figy
- grapefruit
- hrozno
- hrušky
- jablko
- jahody
- kiwi
- mandarínka
- mango
- pomaranče
- iné /vypíš/.....
.....
- žiadne

Zelenina:

- baklažán
- brokolica
- cibuľa
- cuketa
- kaleráb
- karfiol
- mrkva
- paprika
- rajčiny
- red'kovka (červená/biela)
- repa
- šalát
- špargľa
- uhorka
- zázvor
- zeler
- zemiaky
- iné /vypíš/.....
.....
- žiadna

2. Raňajkuješ?

Vyber len jednu možnosť ako odpoveď.

- áno, vždy
- áno, väčšinou
- nie, len občas
- nie, takmer nikdy

3. Kde zvykneš raňajkovať? /ak raňajkuješ vždy alebo väčšinou/

Môžeš označiť aj viac možností ako odpoveď.

- doma
- v školskom bufete
- inde /vypíš/.....

4. Čo najčastejšie raňajkujete doma? /ak raňajkuješ doma/

/vypíš/.....

5. Čo najčastejšie raňajkujete v školskom bufete?

/ak raňajkuješ v školskom bufete/

/vypíš/.....

6. Nosíš si z domu do školy desiatu?

- áno
- nie

7. Kto Ti zvykne pripravovať desiatu? /ak si nosíš desiatu/

Môžeš označiť aj viac možností ako odpoveď.

- rodič
- ja sám
- niekto iný z rodiny

8. Kedy ješ hlavné jedlo dňa, teda varené jedlo, ktoré je v ten deň tvojou najväčšou porciou?

Vyber len jednu možnosť ako odpoveď.

- väčšinou cez obedňajšiu prestávku
- po škole, až doma
- väčšinou doma večer
- jem skôr menšie jedlá počas celého dňa než jedno hlavné jedlo
- neviem

9. Ako často chodíš na obedy do školskej jedálne?

Vyber len jednu možnosť ako odpoveď.

- každý deň
- väčšinu dní
- občas
- nikdy

10. Kto Ti zvykne voliť obedy v školskej jedálni? /ak chodíš do školskej jedálne/

Môžeš označiť aj viac možností ako odpoveď.

- rodič
- ja sám
- niekto iný z rodiny

11. Keď si volíš obedy v školskej jedálni, ako to robíš najčastejšie?

/ak si volíš obedy v jedálni sám/

Skús vybrať možnosť, ktorá Ťa najlepšie vystihuje.

- vyberiem si čo mi najviac chutí
- vyberiem si to čo moji kamaráti
- vyberiem si, to čo mi poradia rodičia, alebo niekto iný z dospelých
- vyberám si inak
- neviem

12. Aké jedlo máš najradšej v školskej jedálni?

/vypíš/.....

13. Aké jedlo Ti v školskej jedálni chýba?

/vypíš/.....

14. Stáva sa často, že jedlo nedoješ a zvyšky vyhodíš?

Vyber len jednu možnosť ako odpoveď.

- áno, takmer vždy
- občas
- nie, takmer nikdy

Prečo nedoješ a zvyšky jedla vyhodíš? /ak sa Ti stáva, že nedoješ a zvyšky vyhodíš/

/napíš/.....

15. Máš vo vašej školskej jedálni obľúbeného školského kuchára, kuchárku alebo vedúcu, vedúceho?

- áno
- nie

16. Radi by sme pozvali na školský obed dospelé osoby. Koho by sme mali podľa teba pozvať?

Môžeš označiť aj viac možností ako odpoveď.

- rodičov/starých rodičov
- učiteľov, asistentov
- iných školských zamestnancov (školník, psychologička a podobne)

17. Myslíš si, že je školská jedáleň príliš hlučná?

- áno
- nie

18. Vadia ti dlhé rady na jedlo v školskej jedálni?

- áno
- nie

19. Prečo ti vadia dlhé rady v školskej jedálni? /ak Ti vadia dlhé rady/

/napíš/.....

20. Chcel/a by si získať viac informácií o jedlách, ktoré varia v školskej jedálni?

Napríklad to, z čoho sa varia, odkiaľ sú potraviny z ktorých sa jedlá varia.

- áno
- nie
- neviem

21. Kde by si chcel/a získať viac informácií o zložení jedál a pôvode surovín v školskej jedálni?

Vyber len jednu možnosť ako odpoveď.

- nástenka
- informačný bulletin
- školský rozhlas
- webové stránky
- v triede
- inde /napíš prosím, kde/.....

22. Obeduješ mimo školskej jedálne. Z akého dôvodu?

/ak nechodíš do školskej jedálne/

Môžeš označiť aj viac možností ako odpoveď.

- nariadili mi to rodičia
- nechodia tam kamaráti
- je to drahé
- malé porcie
- príliš dlhé rady
- malý výber
- v školskej jedálni mi nechutí
- iný dôvod /napíš/.....
- vôbec neobedujem

23. Večeriaš?

- áno
- nie

24. Ako často máš na večeru teplé jedlo? /ak večeriaš/

- vždy
- často
- občas
- takmer nikdy

25. Ješ zeleninu?

- áno
- nie

26. Ako často jete zeleninu? /ak jete zeleninu/

- pár krát za rok
- raz mesačne
- pár krát za mesiac
- raz týždenne
- pár krát za týždeň
- denne

27. Ktoré z nasledujúcich aktivít zvykneš robiť?

Môžeš označiť aj viac možností ako odpoveď.

- pomáham pri varení
- varím sám niektoré jedlá
- pomáham pri nákupe potravín
- pozerám programy/ čítam si o varení
- pomáham doma s pestovaním ovocia alebo zeleniny
- pomáham doma s chovom domácich zvierat – sliepky, zajace, prasiatka a iné

28. Myslíš, že by v škole malo byť miesto na kompostovanie zvyškov zo školskej záhrady a z kuchyne? Teda špeciálna nádoba, kde sa zbytky jedla a rastlín premieňajú na hnojivo a humus pre rastliny?

- áno
- nie
- neviem

29. Chcel/a by si mať v rámci vyučovania hodiny varenia?

- áno
- nie
- neviem

30. Na akú farmu by si chcel/a ísť, ak by sme zorganizovali výlet?

Vyber len jednu možnosť ako odpoveď.

- farmu, kde sa pestujú rastliny
- farmu, kde sa chovajú zvieratá
- zmiešanú farmu, majú aj rastliny aj zvieratá
- nechcem ísť na výlet na farmu

30. Chcel/a by si, aby bol v škole pestovateľský krúžok, kde by si sa mohol/a učiť ako pestovať rastliny a bylinky v školskej záhrade?

- áno
- nie
- neviem