



Dotazník - vzťah rodičov k pohybovým aktivitám a zdravému životnému štýlu

Dotazník zameraný na rodinné zázemie dieťaťa v kontexte realizácie pohybových a športových aktivít a zdravého životného štýlu.

zapid.trenerivskole@gmail.com (nezdierať) [Prepnúť účet](#)

* Povinné

E - mail *

Vaša odpoveď

Pohlavie *

- muž
 žena

1. Aký je Váš vzťah k športu? 1 = veľmi negatívny, 2 = negatívny, 3 = neutrálny, 4 = pozitívny, 5 = veľmi pozitívny *

veľmi negatívny 1 2 3 4 5 veľmi pozitívny

2. Venovali ste sa niekedy športu? *

- vôbec nie
 príležitostne
 rekreačne - pravidelne
 výkonnostne
 Iné: _____

3. Ak ste sa venovali športu, akému?

Vaša odpoveď

4. Športujete v súčasnosti? Ak áno, ako často? *

- nešportujem
 1-krát týždenne
 2-krát týždenne
 3-krát týždenne
 4-krát týždenne a viac

5. Viedli Vás Vaši rodičia k športu? *

- nie
 áno

6. Bol vo Vašej rodine nejaký šport populárny, ak áno aký?

Vaša odpoveď

7. Čo pre Vás znamená pravidelné cvičenie? *

- cítim sa omnoho lepšie, ako keby som necvičil
 je to pre mňa nepríjemná nutnosť, ktorá mi pomáha zostať fit
 je to súčasť môjho životného štýlu
 pravidelné cvičenie mi nič nehovorí
 Iné: _____

8. Vo Vašej rodinnej anamnéze sa vyskytuje nadhmotnosť, či obezita? *

- áno
 nie
 neviem, no v úzkom kruhu rodiny a príbuzných nie
 Iné: _____

9. Viete akým ochoreniam môžete prostredníctvom pravidelnej fyzickej aktivity predísť? *

Vaša odpoveď

10. Aký typ zamestnania máte? *

- sedavý s minimálnou intenzitou pohybovej záťaže
 s miernou intenzitou pohybovej záťaže
 so strednou intenzitou pohybovej záťaže
 s vyššou intenzitou pohybovej záťaže
 Iné: _____

11. Viete koľko pravidelnej pohybovej aktivity sa odporúča, ako prevencia dobrého zdravotného stavu dieťaťa od 5 - 17 rokov?

- 60 min týždenne
 150 min týždenne
 60 min denne
 pravidelná pohybová aktivita nemá na prevenciu tak zásadný vplyv
 Iné: _____

12. Má pravidelná pohybová aktivita u detí vplyv na prevenciu nadhmotnosti/obezity? *

- áno
 nie
 asi áno
 určite áno

13. Koľkokrát za týždeň by ste chceli, aby Vaše dieťa malo TVŠ? 0 = vôbec, 1 = raz do týždňa, 2 = 2-krát do týždňa (ako doteraz), 3 = 3-krát do týždňa, 4 = 4-krát do týždňa, 5 = 5-krát do týždňa *

vôbec 0 1 2 3 4 5 denne

14. Ako trávite so svojim dieťaťom voľný čas? *

- chodíme často na prechádzky
 sme radi, že môžeme zostať doma a oddychovať
 vždy sa snažíme o spoločnú voľnočasovú pohybovú aktivitu (bicykel, plávanie a pod.)
 ideme sa niekam najesť (na pizzu a pod.)
 Iné: _____

15. V čom vidíte význam telesnej a športovej výchovy pre vaše dieťa? (Ak uvediete viacero dôvodov, očísľujte ich podľa dôležitosti)

Vaša odpoveď

16. Je súčasťou Vášho rodinného životného štýlu zdravé stravovanie? *

- áno, snažíme sa o pravidelné a vyvážené stravovacie návyky
 o zdravé stravovanie sa snažíme najmä cez vikend
 na zdravé stravovanie nemáme veľmi čas
 zatiaľ ešte nie, ale máme to v pláne
 Iné: _____

17. Dovoľte deťom tráviť podstatnú časť voľného času pred displayom mobilných telefónov, tabletov a pri počítačových hrách? *

- áno, bohužiaľ je taká doba a pre deti je to prirodzené
 nie, snažíme sa obmedziť to na minimum
 nie, na túto aktivitu majú presne ohraničený časový limit
 Iné: _____

18. Počuli ste už niečo o intervenčnom programe Tréneri v škole? *

- áno viem, že je to podporný pohybový program na skvalitnenie hodín TVŠ na ZŠ
 nie, nepočul som o tomto programe, rád by som sa o ňom dozvedel niečo viac
 nie nepočul, nezaujíma ma to
 Iné: _____

19. V čase pandémie Covid-19 sa prirodzený pohyb detí obmedzil na minimum, vidíte na svojich deťoch negatívne fyzické a duševné zmeny v tejto súvislosti? *

- u dieťaťa evidujem nezdravý prírastok hmotnosti
 u dieťaťa evidujem negatívne zmeny v rámci pohybovej koordinácie
 u dieťaťa evidujem nezáujem o prirodzené pohybové aktivity
 u dieťaťa evidujem stavy úzkosti a depresie
 u dieťaťa evidujem zníženú koncentráciu pri edukačnom procese
 nevidujem žiadne negatívne zmeny
 Iné: _____

Odoslať

Vymazať formulár

Prostredníctvom Formulárov Google nikdy neodosielaťe heslá.

Tento obsah nie je vytvorený ani schválený spoločnosťou Google. [Ohlásiť zneužitie](#) - [Podmienky poskytovania služieb](#) - [Pravidlá ochrany súkromia](#)

Google Formuláre

