



## 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.

[zapat.trenerivskole@gmail.com](mailto:zapat.trenerivskole@gmail.com) (nezdierať) [Prepnúť účet](#) Koncept bol obnovený

\* 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 \*

1 2 3 4 5  
veľmi negatívny      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 \*

0 1 2 3 4 5  
vôbec       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 displejom 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

