

Analiza anket o prehranjevanju in razvijanju njihovih prehranjevalnih navad s strani **učencev**.

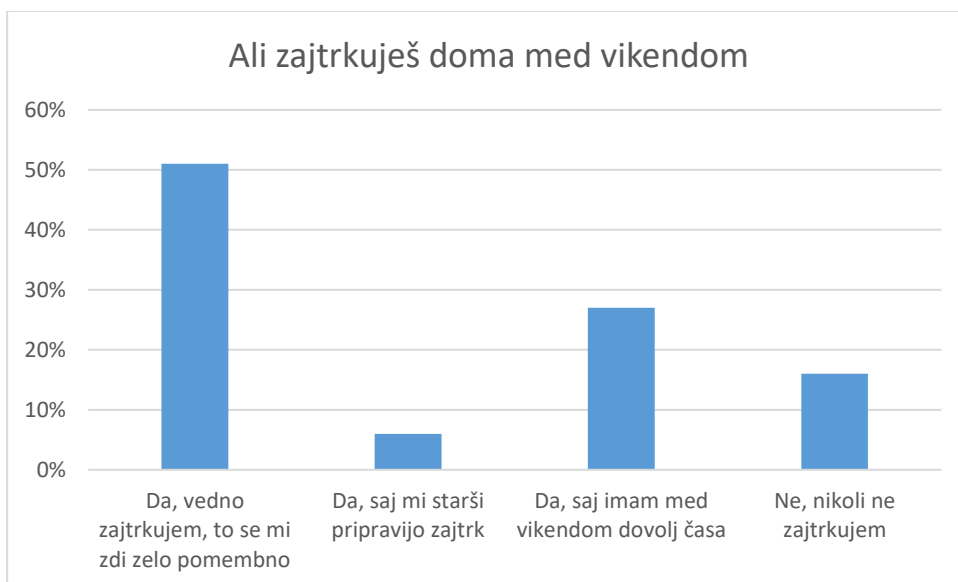
Mnenje anketiranih učencev smo zbrali s pomočjo anketnega vprašalnika, ki je bil sestavljen iz devetih vprašanj, od tega je bilo sedem vprašanj zaprtega tipa in dve vprašanji odprtega tipa.

Za izvedbo smo uporabili spletno orodje Enklik ankete, spletne ankete (1ka.si).

Zbiranje podatkov je potekalo individualno in ni bilo vodeno. Možnost za izpolnjevanje ankete so imeli vsi učenci, vrnjenih in izpolnjenih le 226 anket.

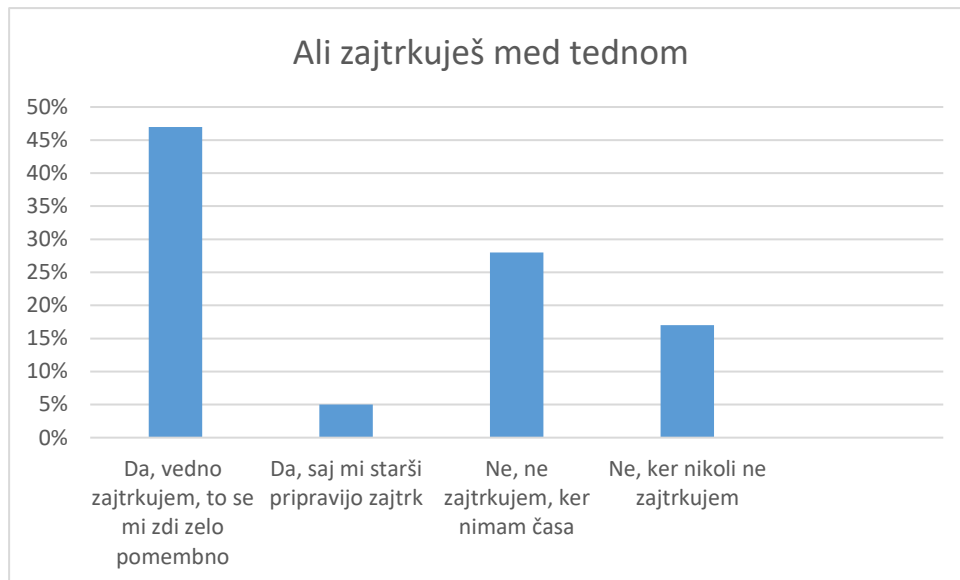
Rezultati ankete so sledeči.

Na prvo vprašanje **»Ali zajtrkuješ doma med vikendom?«**, so anketirani učenci odgovorili, 51% anketiranih učencev vedno zajtrkuje, ker se jim to zdi zelo pomembno, 6% anketiranih učencev zajtrkuje, ker jim starši pripravijo zajtrk, 27% anketiranih učencev zajtrkuje med vikendom, ker imajo takrat več časa, 16% anketiranih učencev pa ne zajtrkuje pa se nikoli. Po rezultatih sklepamo, da zelo malo učencev zajtrkuje redno, čeprav strokovnjaki za prehrano menijo, da ja je zajtrk zelo pomemben obrok.



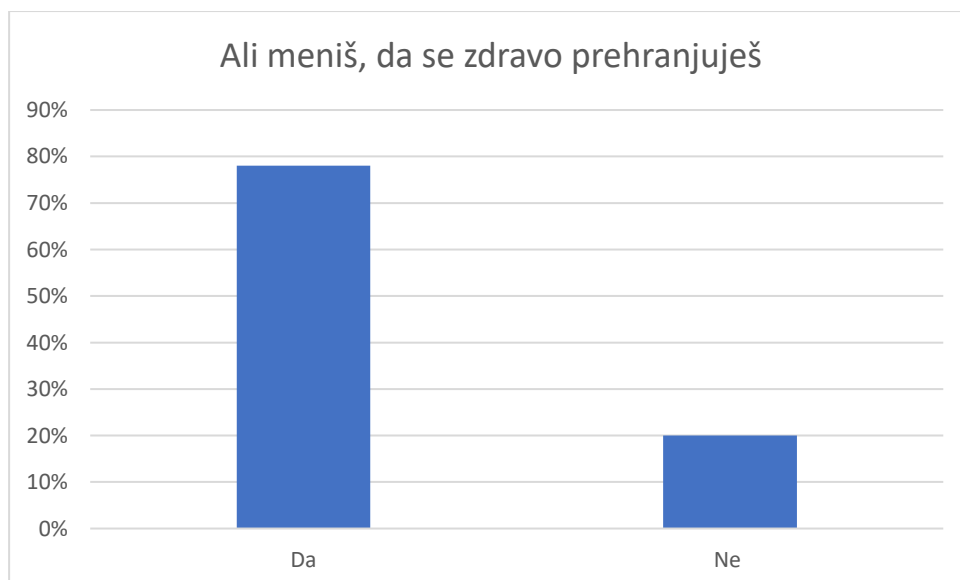
Graf 1, Ali zajtrkuješ doma med vikendom

Na vprašanje »**Ali zajtrkuješ med tednom?**«, so anketirani učenci odgovorili, 47% anketiranih učencev redno zajtrkuje tudi med tednom, 5% anketiranih učencev zajtrkuje tudi med tednom, ker jim starši pripravijo zajtrk, 28% anketiranih učencev med tednom ne zajtrkuje, ker nimajo časa in 17% anketiranih učencev nikoli ne zajtrkuje. Po rezultatih lahko sklepamo, da redno zajtrkuje le slaba polovica učencev, kar seveda ni dobro. Menimo, da bi se lahko tudi več učencev posluževalo zajtrka v šoli, ki je na razpolago od 7. 30 ure dalje za vse učenec, vendar imajo zajtrk večino le učenci prve triade.



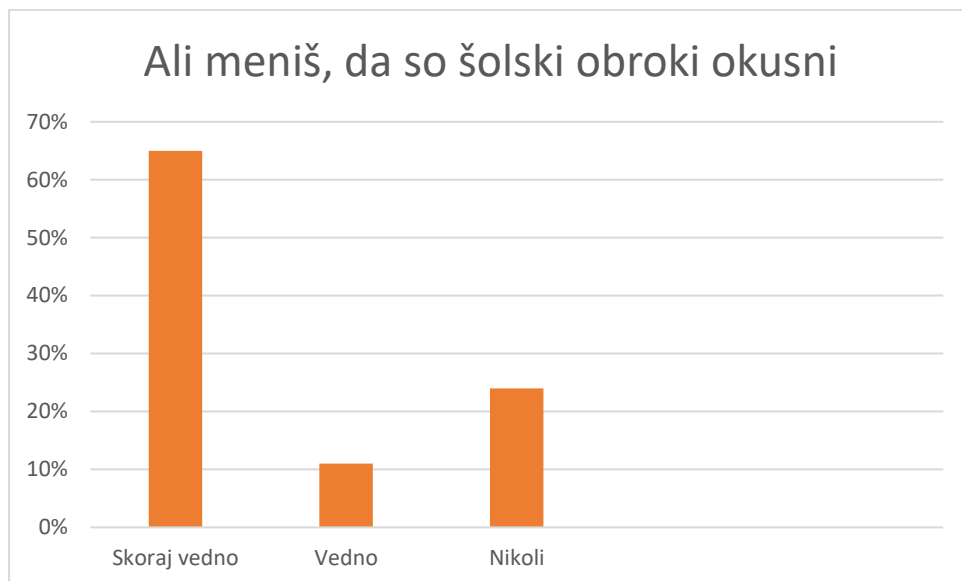
Graf 2, Ali zajtrkuješ med tednom

Na vprašanje »**Ali meniš, da se zdravo prehranjuješ?**« so učenci odgovorili, 79% anketiranih učencev meni, da se zdravo prehranjuje in 21% anketiranih učencev pa je odgovorili, da se ne prehranjujejo zdravo. Če pogledamo podatke, koliko učencev zajtrkuje lahko trdimo, da najbrž posegajo po zdravih živilih, vendar izpuščajo zajtrk, kar je tudi pomembno za zdravo prehranjevanje (5 obrokov na dan).



Graf 3, Ali meniš, da se zdravo prehranjuješ

Na vprašanje »**Ali meniš, da so šolski obroki okusni?**«, so učenci v večini odgovorili in to 65% anketiranih učencev, da so obroki v šoli skoraj vedno okusni, 11% učencev meni, da so obroki vedno okusni in 23% anketiranih učencev meni, da šolski obroki nikoli niso okusni. Čeprav, veliko učencev meni, da so šolski obroki okusni, skupaj 75% se bomo še naprej trudili, da bomo še ta delež povečali.



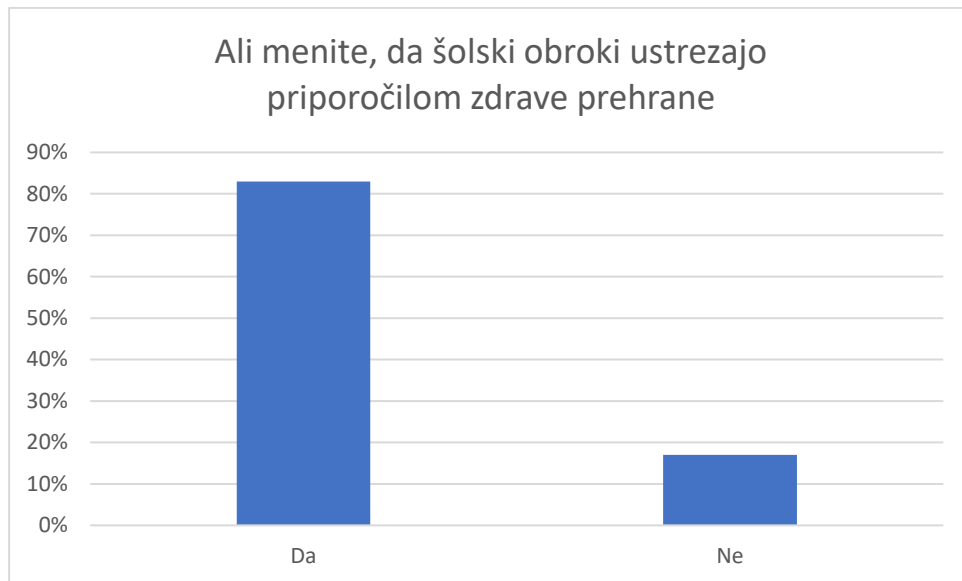
Graf 4, Ali meniš, da so šolski obroki okusni

Na vprašanje »**Ali menite, da so šolski obroki dovolj raznoliki?**«, so učenci v večini odgovorili in to 66% anketiranih učencev, da so obroki v šoli raznoliki, 34% učencev meni, da obroki niso dovolj raznoliki. Izkušnje pa na žalost kažejo, če ponudimo za obroke kake nove jedi jih učenci v večjem številu zavračajo, bomo pa se še trudili naprej, da bo čimbolj pester in raznolik jedilnik.



Graf 5, Ali menite, da so šolski obroki dovolj raznoliki

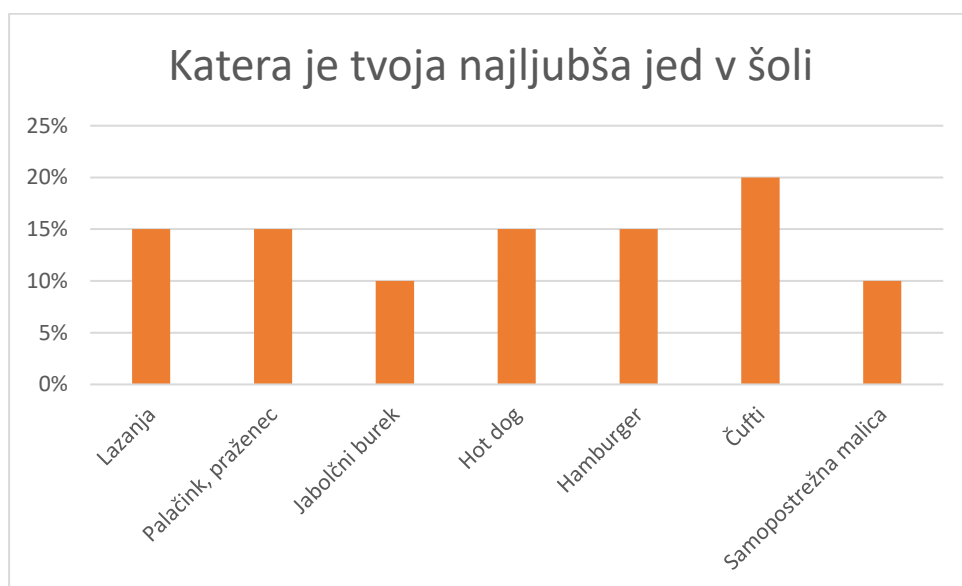
Na vprašanje »Ali menite, da so šolski obroki ustrezajo priporočilom zdrave prehrane«, učenci v 83% menijo, da šolski obroki ustrezajo priporočilom zdrave prehrane, 17% učencev meni, da šolski obroki ne ustrezajo priporočilom zdrave prehrane, kar so utemeljili, navajamo «preveč maščobe, preveč kruha, prevečkrat jedo mlečne jedi...«.



Graf 6, Ali menite, da šolski obroki ustrezajo priporočilom zdrave prehrane

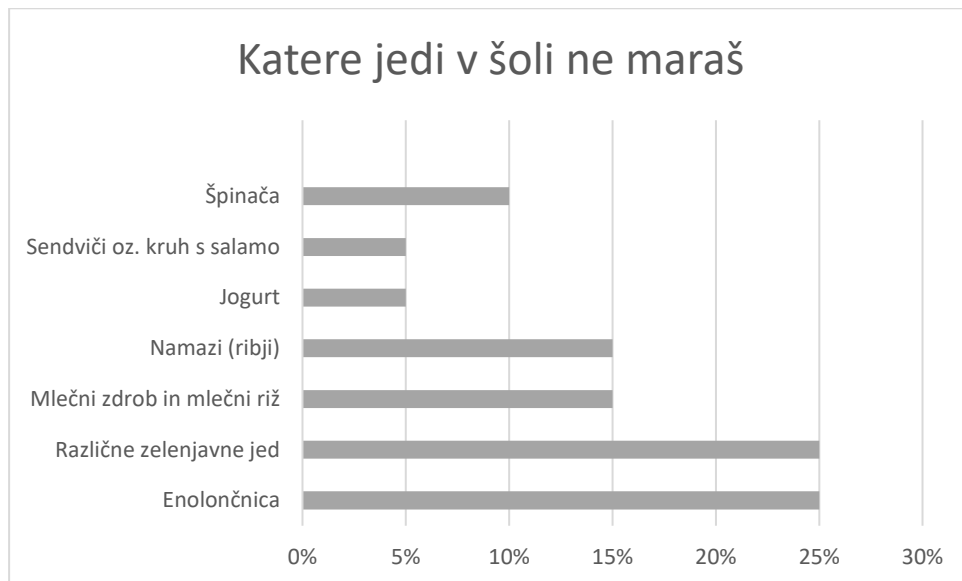
Zadnji dve vprašanji sta bile odprtega tipa in sicer, »Katera je tvoja najljubša jed v šoli«, na to vprašanje je odgovorilo 100% anketiranih učencev in »Katere jedi v šoli maraš«, na to vprašanje je odgovorilo 95% anketiranih učencev.

Odgovorili so bili sledeči, za jedi, ki jih imajo otroci najraje v šoli so: čufti, lazanja, hot dog, hamburger, jabolčni burek, palačinke in praženec, samopostrežna malica.



Graf 7, Katera je tvoja najljubša jed v šoli

Na vprašanje »**Katere jedi v šoli ne maraš?**« pa so najpogosteje odgovorili, da so to ribe, mlečni zdrob, zelenjavne jedi, zelenjavne juhe, jogurti, nekateri učenci niso podali odgovora. Ko imamo na jedilniku mlečno jed je vedno zraven ponujena štručka ali sadje, da učenci niso lačni.



Graf 8, Katere jedi v šoli ne maraš

Na koncu ankete so lahko učenci podali tudi pohvale, nove ideje in pobude. Veliko učencev je podalo pohvalo, nove ideje pa so: kebab, piščančja solata, več sladoleda, tortilije, lignji, večkrat samopostrežna malica, večkrat pecivo...

Na koncu prihajamo do zaključka, da imajo učenci dobre prehranjevalne navade, mogoče še rabijo več vzpodbude pri uživanju novih jedi.