



**Skutočne  
zdravá škola**

**Školská jedáleň - prieskum o školskom  
stravovaní**

**Metodické materiály pre učiteľov**

## Hlavný partner programu:



## Odborný garant programu:



## Pod záštitou::



Anotácia: Tento metodický materiál prináša námety ako zlepšovať atmosféru a prostredie v školskej jedálni. Najprv je potrebné zistiť súčasný stav, ku ktorému je možné využiť prieskum formou dotazníka. Prostredníctvom neho zapojíte žiakov do riešenia kultúry stravovania v škole a pomôžete im získať dôležité zručnosti, ako je otvorená komunikácia, vyjednávanie, aktívne riešenie problémov, tvorba a analýza dotazníka, využitie výpočtovej techniky pre štatistickú analýzu dát a prezentáciu výsledkov.

### **Vzdelávacie ciele:**

- zapojiť žiakov do riešenia kultúry stravovania v škole,
- porozumieť problematike kultúry školského stravovania,
- získať dôležité zručnosti ako je otvorená komunikácia, vyjednávanie, aktívne riešenie problémov, tvorba a analýza dotazníkov, využívanie výpočtovej techniky pre štatistickú analýzu dotazníku, prezentácia výsledkov,
- naučiť sa efektívne meniť prostredie školy, zlepšovať kultúru stravovania, zdravia svojich spolužiakov a prostredia školskej jedálne,
- dať žiakom príležitosť po vyhodnotení výsledkov prieskumu prezentovať svoje zistenia a odporúčania.

### **Motivácia:**

Každý máme nejaký názor na školské stravovanie a verejná diskusia o tejto téme sa v poslednej dobe značne zvýšila. Prvým krokom ako začať zlepšovať úroveň školského stravovania, je presne určiť súčasný stav. To však zďaleka nezahŕňa len samotné jedlo, ale aj to, odkiaľ pochádza, akým spôsobom je pripravované, aká je celková atmosféra v školskej jedálni, koľko odpadu pri príprave jedla vznikne a v neposlednom rade aj to, ako otázka jedla môže prispieť ku kvalitnejšej výučbe celej rady predmetov.

Tým, že dáme žiakom možnosť hovoriť do chodu školskej jedálne, im súčasne dávame možnosť robiť niečo, čo skutočne môže pomôcť. Hoci sa pravdepodobne nebude jednať o revolučné zmeny, ale aj malé veci môžu podporiť zdravšie stravovanie a lepšiu atmosféru v jedálni. Na niektorých školách boli žiaci napríklad schopný presadiť pulty s ovocím a zeleninou, nakrájané jablká namiesto celých, viac bezmäsitých pokrmov, väčšiu mieru miestnych a sezónnych potravín alebo chody inšpirované cudzími kultúrami.

### **V rámci motivácie by mohli byť žiakom kladené motivačné otázky:**

- Čo je zdravé stravovanie?
- Kto sa podieľa na jeho zabezpečovaní a ako?
- Ako môžeme zistiť, či sú na našej škole vytvorené podmienky pre zdravé stravovanie?
- Ako môže každý z nás prispieť k zdravému stravovaniu alebo jeho kultúre?



### Cieľová skupina:

žiaci 2. stupňa ZŠ, učitelia v pozícii koordinátorov

### Doba trvania:

minimálne 4 x 45 minút

### Miesto:

učebňa, škola, školská jedáleň

### Pomôcky, zdroje:

- kópia ukážkového dotazníka pre vašu triedu,
- pásiky papierov s rozmermi 8 x 35 cm,
- kópia dotazníkov pre celú školu,
- farebné perá a plagátový papier, prípadne prezentačný software,
- notebook, dataprojektor.

### Metódy a formy práce:

- Diskusná - diskusia o stave kultúry stravovania v škole.
- Simulačná - vyskúšanie dotazovania v triede.
- Prezentačné zručnosti - prezentácia výsledkov práce.

### Postup:

- Príprava.
- Predstavenie a vykonávanie aktivity - rozhovor s riaditeľom.
- Zostavenie dotazníka a prevedenie prieskumu.
- Diskusia a prezentácia.
- Oslava úspechu.

### Reflexia:

- Čo ste si zapamätali?
- Čo vás zaujalo?
- Čo vás zarazilo?
- Máte nejaké doplňujúce otázky, potrebujete si niečo ujasniť?
- Čo vás počas spracovania prieskumu najviac bavilo?

### Rozvíjané kompetencie

#### Žiak:

- samostatne pomenuje problematiku školského stravovania,
- vymenuje činitele ovplyvňujúce školské stravovanie,
- popíše postup zostavovania dotazníkov,
- porozumie metódam realizácie prieskumu,
- vysvetlí ako je možné zlepšiť školské stravovanie,
- prezentuje výsledky prieskumu.



## Prierezové témy

### Občianska výchova:

- prispieva k utváraniu dobrých medziľudských vzťahov,
- rozvíja základné zručnosti pre spoluprácu,
- získa zručnosti pre riešenie zložitejších situácií,
- umožňuje posudzovať a hodnotiť spoločenské javy,
- rozvíja a podporuje schopnosť zaujať vlastné stanovisko.

### Environmentálna výchova:

- vedie k porozumeniu súvislostí medzi človekom a životným prostredím,
- učí sa hodnotiť objektivnosť a závažnosť informácií týkajúcich sa ekologických problémov MK.

## Popis aktivity

### Príprava:

- Najskôr načrtneme celý postup prieskumu riaditeľovi školy. Zdôrazníme jeho význam, prínosy, zapojenie cieľových skupín.
- Rovnako je potrebné všetko objasniť vedúcej školskej kuchyne. Je nutné zistiť, či má záujem s vami spolupracovať a či môžete očakávať jej podporu. Pokúste sa s vedúcou jedálne a riaditeľom prediskutovať, aké sú realistické ciele vášho projektu. Zdôraznite, že vaším cieľom nie je kritika aktuálneho stavu, ale spolupráca s cieľom dosiahnuť jeho zlepšenie, a že veríte, že spätná väzba žiakov a študentov k tomu môže prispieť. Pozvite riaditeľa do triedy na rozhovor a vysvetlite mu, že pokiaľ budú mať žiaci možnosť pochopiť akým spôsobom školská jedáleň funguje, budú môcť vymyslieť realistické návrhy a odporúčania. Otázky pre riaditeľa si pripravte vopred (viď časť Vykonávanie aktivity, časť A, krok 3).
- Vytvorte kópiu ukážkového dotazníka, ktorý bude slúžiť ako príklad. Pokiaľ je to možné, nechajte žiakov vytvoriť vlastnú verziu dotazníka.
- Dohodnite sa s ostatnými učiteľmi na spôsobe akým dotazník rozdať v ostatných triedach. Vyučujúcim je potrebné stručne objasniť dôvod spracovania dotazníkov (najlepšie na spoločnej porade), aby aj oni mohli žiakov k práci s dotazníkmi motivovať. Nezapomnite naplánovať spôsob akým vaši žiaci prednesú výsledky prieskumu riaditeľovi školy a ďalším osobám.

### Spolupráca s riaditeľom školy

O chode školskej jedálne rozhoduje predovšetkým riaditeľ či riaditeľka školy, samozrejme v spolupráci s vedúcou školskej jedálne. Riaditeľ školy spravidla ocení, pokiaľ sa žiaci rozhodnú pomôcť zlepšiť úroveň školského stravovania k lepšiemu. Nižšie uvádzame niekoľko nápadov ako s riaditeľom spolupracovať:

- Oslovte ho s tým, že vaše ciele sú rovnaké ako jeho: zdravá a vyvážená strava, ktorá bude žiakom chutiť.



- Uistite ho, že ste si vedomí skutočnosti, že školské stravovanie je komplexnou otázkou. Navrhnuté jedlá musia spĺňať príslušné normy a zásady, mať vhodnú výživovú hodnotu, zodpovedať možnostiach jedálne a tiež sa vojsť do rozpočtu. Skúste riaditeľa školy a vedúcu školskej jedálne požiadať, aby vám povedali s akými problémami školská jedáleň zápasí.
- Vysvetlite mu ciele tejto aktivity a opýtajte sa ho, či existuje konkrétne oblasť školského stravovania, v ktorej by zapojenie žiakov mohlo byť obzvlášť prínosné.
- Zabezpečte, že všetky otázky na riaditeľa školy sú kladené slušným a úctivým spôsobom.

### **Predstavenie aktivity**

- Predstavte žiakom dôvod aktivity a jej celý priebeh.
- Požiadajte žiakov, aby vymenovali niekoľko prídavných mien, ktoré by použili pre popísanie súčasného stavu školského stravovania. Odpovede zanechajte na tabuli. Opýtajte sa ich, ktoré z prídavných mien na tabuli sú podľa ich názoru pozitívne a ktoré negatívne (prídavné mená označte buď "+", alebo "-"). Myslíte si, že by bolo možné zostaviť taký jedálny lístok, ktorý by bol označený prevažne pozitívnymi prídavnými menami? Ako by mohla naša trieda prispieť k tomu, aby hodnotenie školského stravovania bolo skôr pozitívne ako negatívne?
- Následne žiakom predstavte myšlienku uskutočniť celoškolský prieskum o stravovaní v školskej jedálni a zistite tak ich nápady, ako obedy v školskej jedálni spraviť chutnejšími, zdravšími a lákavejšími, ako zlepšiť celkovú kultúru stravovania v škole a ako zaistiť, aby do školskej jedálne chodilo viac stravníkov. Vysvetlite im, že ešte predtým budú mať možnosť porozprávať sa s riaditeľom školy a vedúcou školskej jedálne a zistiť tak, akým spôsobom školská jedáleň funguje.

### **Vykonávanie aktivity**

#### **ČASŤ A: Rozhovor s riaditeľom školy a vedúcou školského stravovania**

- Deň vopred rozhovorom žiakom zdieľajte, že ste do triedy pozvali riaditeľa školy a vedenie školskej jedálne, aby s nimi mohli prediskutovať otázku školského stravovania. Porozprávajte sa s nimi o tom, akým spôsobom by sa mali počas rozhovoru (aj po ňom) správať.
- Požiadajte žiakov, aby vymysleli relevantné otázky. Otázky zapisujte na tabuľu a potom spoločne vyberte tie najlepšie. Prípadne môžete využiť ukážkové otázky uvedené nižšie v tomto dokumente.
- Vytvorte kópie otázok a poradte žiakom, ako si majú zaznamenávať poznámky počas rozhovoru.
- V deň rozhovoru uvítajte a predstavte riaditeľa školy a vedúcu jedálne. Nechajte žiakov predniesť svoje otázky, vrátane doplňujúcich otázok.
- Po skončení rozhovoru nezabudnite poďakovať za návštevu. Opýtajte sa žiakov, či informácie, ktoré sa dozvedeli pomôžu pri vytváraní dotazníka. Prediskutujte ciele



dotazníka a zdôraznite, že cieľom k vytvoreniu správneho dotazníka je vytýčenie jasného zamerania.

- Ukážkové otázky pre vedenie školskej jedálne:
  - ▶ Koľko obedov denne školská jedáleň vydá?
  - ▶ Koľko detí sa stravuje/nestravuje v školskej jedálni?
  - ▶ Kto rozhoduje o zložení jedálneho lístka?
  - ▶ Aké faktory pri jeho vytváraní zvažujete?
  - ▶ Aké nové pokrmy ste v nedávnej dobe vyskúšali? Mali pozitívnu odozvu?
  - ▶ Ako viete, čo žiakom chutí a čo im naopak nechutí?
  - ▶ Akým spôsobom pokrmy pripravujete?
  - ▶ Kde a od koho nakupujete suroviny na prípravu pokrmov?
  - ▶ Existuje niečo konkrétne, čo by ste sa prostredníctvom nášho dotazníka od žiakov chceli dozvedieť?
  - ▶ Pokiaľ by ste chceli niečo zmeniť, ako by ste postupovali?
  - ▶ Aká je vaša spolupráca s vedením školy?
  
- Ukážkové otázky na riaditeľa:
  - ▶ Máte vo svojich plánoch a zámeroch nejaké úpravy školskej jedálne?
  - ▶ Myslíte si, že je vo vašom ŠVP kladený dostatočný dôraz na zdravé stravovanie?
  - ▶ Existuje niečo konkrétne, čo by ste sa prostredníctvom nášho dotazníka od žiakov chceli dozvedieť?
  - ▶ Pokiaľ by ste chceli niečo zmeniť, ako by ste postupovali?
  - ▶ Aká je vaša spolupráca s vedením školskej jedálne?

## **ČASŤ B: Postup vytvárania dotazníka a prevedenie výskumu**

1. Pokiaľ ste si už stanovili zameranie dotazníkového prieskumu, opýtajte sa žiakov, aké informácie by chceli od ostatných žiakov získať. Nápady žiakov zapisujte na tabuľu.
2. Rozdajte žiakom zoznam nápadov, ktoré vymysleli a spoločne si ich prejdite. Spoločne určte, či dotazník skutočne vyprodukuje také informácie, ktoré potrebujete. Je niektorý z návrhov potrebné pridať, upraviť alebo vynechať?
3. Pokiaľ je všetko v poriadku, rozdeľte triedu na 4-členné skupiny a nechajte ich vymyslieť konkrétne otázky. Zdieľajte žiakom tipy, ako správne vytvoriť dotazník (uvedené nižšie v tomto dokumente) a nechajte ich následne zúžiť výber na dve až tri otázky. Skupiny žiakov môžu otázky vzájomne vymenovať a testovať.
4. Nechajte skupiny žiakov napísať finálne otázky na pásiky papierov. Pásiky vyveste a prediskutujte, ktoré z nich použiť a v akom poradí. Pomocou pásov skúšajte rôzne poradie otázok.
5. Nechajte triedu navrhnutý dotazník otestovať sami na sebe a preveďte prípadne zmeny. Finálnu podobu dotazníka ešte skontrolujte.
6. Vytvorte kópie konečnej verzie dotazníka a preveďte prieskum na zvyšku školy. V závislosti na dohode s ostatnými učiteľmi poverte žiakov, aby vyzdvihli vyplnené dotazníky z jednotlivých tried.
7. Po dokončení prieskumu pomôžte žiakom zhromaždiť a analyzovať získané údaje.



Pri otázkach, na ktoré respondenti odpovedali pomocou stupnice (napr. otázka 4 a 5 v ukážkovom prieskume školského stravovania), môžete výsledky uvádzať v priemere za celú školu.

### Tipy, ako správne vytvoriť dotazník

- Určte cieľ. Dohodnite sa na tom, čo chcete zistiť a toho sa držte.
- Dotazník by mal byť krátky. Pri každej otázke sa sami seba opýtajte: "Ako túto informáciu využijeme?" Pokiaľ pre informáciu nemáte využitie, otázku z dotazníka vylúčte.
- Dotazník by mal mať stručný názov.
- Nezabudnite v dotazníku uviesť jasné pokyny k jeho vyplneniu a odovzdaniu.
- Používajte jasnú a priamu formuláciu. Otázky by mali byť čo najkratšie.
- Pre zatriktívnenie dotazníka použite rôzne typy otázok. Otázky môžu byť otvorené, kde sa pýtate na názor (napr. Aký je váš názor na..., Čo by ste odporučili...). Ďalšou možnosťou sú uzatvorené otázky, ktoré môžu mať rôzne formy odpovedí (áno/nie, výber z niekoľkých možností a), b), c) alebo hodnotenie ako obdoba školského známkovania v škále od 1 do 5).

### Diskusia a prezentácia

Prediskutujte výsledky prieskumu so žiakmi napríklad pomocou nasledujúcich otázok:

- Ako sa líšili odpovede na kvalitu školského stravovania a celkovej kultúry stravovania v školskej jedálni?
- Prekvapili vás niektoré z odpovedí? Ak áno, ako?
- Ktoré z uvedených odporúčaní ako zlepšiť školské stravovanie sa vám páčilo najviac?
- Ktoré z odporúčaní sú podľa vášho názoru najľahšie realizovateľné?
- Aké odporúčanie by ste na základe prieskumu navrhovali?
- Na aké odporúčanie by ste sa mali zamerať vzhľadom k tomu, čo sme sa o školskom stravovaní dozvedeli?
- Sú naše odporúčania v súlade s výsledkami prieskumu?
- Akým spôsobom najlepšie naše odporúčania prezentovať?
- Koho alebo čoho sa odporúčané opatrenia najčastejšie týkali?

Pomôžte žiakom naplánovať prezentáciu výsledkov a vysvetliť navrhované odporúčania. K tomuto účelu môže pomôcť tabuľa s fixami alebo vhodný prezentačný software.

**Oslávte to!** Každý úspech je potrebné osláviteľ, v tomto prípade dobrým jedlom.

Či už sú navrhované odporúčania realizované alebo nie, žiaci získali mnoho informácií o školskom stravovaní a dozvedeli sa akým spôsobom je možné zmeniť fungovanie ich školy. Súčasne sa naučili prevádzať prieskum, formulovať odporúčania a prezentovať výsledky.

