

OBSAH

Předmluva.....	7
1 Úvod	8
2 Přehled publikovaných poznatků	10
2.1 Adolescence	10
2.1.1 Somatický vývoj v adolescenci.....	11
2.1.2 Motorický vývoj v adolescenci.....	12
2.1.3 Psychický vývoj v adolescenci.....	13
2.1.4 Sociální vývoj v adolescenci.....	14
2.2 Pohybová aktivita	14
2.2.1 Pojetí a východiska pohybové aktivity	15
2.2.2 Ekologický model v teoretických přístupech pohybového chování.....	17
2.2.3 Zdravotní význam pohybové aktivity	19
2.2.4 Doporučení k pohybové aktivitě adolescentů.....	20
2.2.5 Hodnocení pohybové aktivity.....	24
2.3 Tělesná zdatnost	26
2.3.1 Pojetí a východiska tělesné zdatnosti	27
2.3.2 Zdravotní význam tělesné zdatnosti	29
2.3.3 Doporučení k tělesné zdatnosti adolescentů.....	30
2.3.4 Hodnocení tělesné zdatnosti.....	32
2.3.5 Testové systémy k hodnocení tělesné zdatnosti adolescentů.....	33
2.4 Zastavěné prostředí.....	39
2.4.1 Pojetí a východiska zastavěného prostředí.....	40
2.4.2 Zdravotní význam zastavěného prostředí	43
2.4.3 Intervence v zastavěném prostředí.....	43
2.4.4 Hodnocení zastavěného prostředí.....	44
2.5 Asociace pohybové aktivity, tělesné zdatnosti a zastavěného prostředí.....	46
2.5.1 Asociace pohybové aktivity a tělesné zdatnosti u adolescentů.....	46
2.5.2 Asociace zastavěného prostředí a pohybové aktivity u adolescentů.....	48
2.5.3 Asociace zastavěného prostředí a tělesné zdatnosti u adolescentů.....	48
3 Metodika výzkumného šetření.....	50
3.1 Výběrový soubor	50
3.2 Výzkumné metody	51
3.2.1 Pohybová aktivita.....	51

3.2.2	Tělesná zdatnost.....	53
3.2.3	Zastavěné prostředí	60
3.3	Organizace výzkumu	62
3.4	Čištění a agregování dat	63
3.5	Statistické zpracování.....	64
4	Výsledky výzkumného šetření.....	66
4.1	Pohybová aktivita adolescentů	67
4.2	Tělesná zdatnost adolescentů.....	72
4.3	Asociace pohybové aktivity a tělesné zdatnosti u adolescentů	80
4.4	Asociace zastavěného prostředí a pohybové aktivity u adolescentů	86
4.5	Asociace zastavěného prostředí a tělesné zdatnosti u adolescentů.....	101
4.6	Silné stránky a limity studie.....	108
5	Závěry	109
6	Souhrn	111
7	Summary.....	113
8	Referenční seznam	115
9	Přílohy	135
10	Rejstřík	155