

Obsah	
1 ÚVOD	7
1.1 K užitým pojmům	8
2 CÍLE A ÚKOLY	10
3 PŘEHLED POZNATKŮ	11
3.1 Pohyb a pohybová aktivita jako nedílná součást života člověka	11
3.2 Pohybová aktivita a zdraví	13
3.2.1 Pohybová aktivita a zdraví fyzické	14
3.2.1.1 Podpora zdraví prostřednictvím pohybové aktivity	21
3.2.1.2 Ekonomické dopady inaktivity	26
3.2.2 Pohybová aktivita a zdraví psychosociální	27
3.3 Pohybová aktivita v životním stylu člověka	29
3.4 Dítě předškolního věku a pohybová aktivita	34
3.4.1 Stručná charakteristika předškolního věku	34
3.4.1.1 Vybraná anatomická a fyziologická specifika	34
3.4.1.2 Vybraná psychologická a sociální specifika	37
3.4.2 Některá specifika pohybové aktivity v předškolním věku	38
3.5 Stimulace dítěte k pohybové aktivitě	43
3.5.1 Environmentální stimulace dítěte k pohybové aktivitě	43
3.5.2 Rodina jako determinant vztahu dítěte k pohybovým aktivitám	47
3.5.3 Škola a vytváření pozitivního vztahu žáka k pohybovým aktivitám	54
3.5.4 Problematika vzdělávání v oblasti tělesné výchovy v některých státech Evropské unie	57
3.5.5 Pohybový režim žáků v současné mateřské škole v České republice	58
3.6 Monitoring pohybové aktivity	60
3.7 Monitorování environmentálních stimulů k pohybové aktivitě	63
4 METODIKA	65
4.1 Charakteristika výzkumného souboru	65
4.2 Užité metody a techniky monitorování pohybové aktivity	66
4.3 Design výzkumu	71
4.4 Softwarové a statistické zpracování dat	73
5 VÝSLEDKY A DISKUSE	75
5.1 Vyhodnocení ukazatelů pohybové aktivity	75

5. 1. 1 Aktivní energetický výdej	75
5. 1. 2 Počet kroků	81
5. 2 Environmentální stimulace v kontextu ukazatelů pohybové aktivity	89
5. 2. 1 Anamnéza	89
5. 2. 1. 1 Věk rodičů	89
5. 2. 1. 2 Vzdělání rodičů	90
5. 2. 1. 3 Typ bydlení	92
5. 2. 1. 4 Počet dětí v rodině	93
5. 2. 1. 5 Pohybová aktivita rodičů	94
5. 2. 2 Prostorové stimuly	95
5. 2. 3 Materiální stimuly	101
5. 2. 4 Dopravní stimuly	106
5. 2. 5 Stimuly sociální participace	109
5. 2. 5. 1 Členství v dětských nebo sportovních organizacích	109
5. 2. 5. 2 Účast na dětských nebo sportovních táborech a soustředěních	113
5. 3 Ukazatelé pohybové aktivity z pohledu zdravotních doporučení	115
5. 3. 1 Vyhodnocení ukazatele AEE	115
5. 3. 2 Vyhodnocení ukazatele KROKY	120
6 ZÁVĚRY	125
8 SOUHRN	131
9 SUMMARY	139
9 REFERENČNÍ SEZNAM	148
10 PŘÍLOHY	180

Výsledky byly získány v rámci výzkumného záměru MŠMT ČR na téma „Pohybová aktivita a inaktivita obyvatel v České republice v kontextu behaviorálních změn“, RP identifikační kód: 6198939221, jehož realizátorem je Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci.