

|   |   |     |
|---|---|-----|
| <b>OBSAH</b>  |   |     |
|   | Týdenní monitoring pohybové aktivity: faktor „typ dne“                        | 104 |
|   | 5.1.4 Týdenní monitoring pohybové aktivity: faktor „BMI“                      | 106 |
| <b>1 ÚVOD</b>   | Týdenní monitoring pohybové aktivity: faktor „školařské zaměstnání“           | 8   |
| <b>1.1 Základní použité pojmy a konstrukty</b>  | Týdenní monitoring pohybové aktivity: faktor „organizovaná pohybová aktivita“ | 9   |
| <b>2 PŘEHLED POZNATKŮ</b>   |   | 14  |
| <b>2.1 Stručná charakteristika období adolescence</b>   |   | 14  |
| <b>2.2 Pohybová aktivita v životě mládeže</b>   |   | 17  |
| 2.2.1 Biomedicínské hledisko  | Týdenní monitoring pohybové aktivity a inaktivity 15-18letých adolescentek    | 27  |
| 2.2.2 Faktory vztahující se k pohybové aktivitě a inaktivitě  |   | 43  |
| 2.2.3 Intervenční strategie   | Týdenní monitoring pohybové aktivity: souhrnné výsledky                       | 47  |
| <b>2.3 Doporučení a kritéria hodnocení úrovně pohybové aktivity ve vztahu ke zdraví</b>                       | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: faktor „BMI“                          | 50  |
| 2.3.1 Přehled vybraných doporučení a kritérií zdravotní účinnosti pohybové aktivity                           |   | 53  |
| <b>2.4 Monitoring pohybové aktivity a energetického výdeje</b>  | Možnosti měření energetického výdeje v závislosti na místě                    | 65  |
| 2.4.1 Laboratorní metody  |   | 66  |
| 2.4.2 Terénní metody  | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: faktor „kouření cigaret“              | 67  |
| <b>2.5 Nástin problematiky kvalitativního výzkumu</b>   | Možnosti faktory  | 72  |
| 2.5.1 Vztah kvalitativního a kvantitativního výzkumu, triangulace   |   | 74  |
| <b>3 CÍLE, HYPOTÉZY, VÝZKUMNÉ OTÁZKY</b>  |   | 79  |
| <b>4 METODIKA</b>   | Úroveň pohybové aktivity zkoumaných souherů                                   | 82  |
| <b>4.1 Systémová formulace problému, volba výzkumných proměnných</b>  |   | 82  |
| <b>4.2 Týdenní monitoring pohybové aktivity</b>   |   | 83  |
| <b>4.3 Mezinárodní dotazník pohybové aktivity (IPAQ)</b>  | Metody analýzy názorů   | 92  |
| <b>4.4 Statistické zpracování</b>   |   | 97  |
| <b>4.5 Metodika výzkumu kvalitativních aspektů monitorování pohybové aktivity</b>                             | Pohybové aktivity   | 98  |
| <b>5 VÝSLEDKY</b>   | Organizovaného výzkumu  | 99  |
| <b>5.1 Hodnocení pohybové aktivity a inaktivity 15-18letých adolescentek na základě týdenního monitoringu</b> |   | 99  |
| 5.1.1 Týdenní monitoring pohybové aktivity: souhrnné výsledky   |   | 99  |
| 5.1.2 Týdenní monitoring pohybové aktivity: faktor „věk“  |   | 101 |
| <b>11 SEZNAM PŘÍLOH</b>   |   | 201 |

|            |   |            |
|------------|---|------------|
| 5.1.3      | Týdenní monitoring pohybové aktivity: faktor „typ dne“  | 104        |
| 5.1.4      | Týdenní monitoring pohybové aktivity: faktor „BMI“  | 106        |
| 5.1.5      | Týdenní monitoring pohybové aktivity: faktor „školní zaměstnání“  | 109        |
| 5.1.6      | Týdenní monitoring pohybové aktivity: faktor „organizovaná pohybová aktivita“                             | 111        |
| 5.1.7      | Skladba týdenní pohybové aktivity   | 112        |
| 5.1.8      | Skladba týdenní pohybové inaktivity   | 113        |
| <b>5.2</b> | <b>Hodnocení pohybové aktivity a inaktivity 15-18letých adolescentek na základě dotazníkového šetření</b> | <b>114</b> |
| 5.2.1      | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: souhrnné výsledky   | 114        |
| 5.2.2      | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: faktor „věk“  | 115        |
| 5.2.3      | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: faktor „BMI“  | 116        |
| 5.2.4      | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: faktor „organizovaná pohybová aktivita“                           | 117        |
| 5.2.5      | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: faktor „velikost místa bydliště“                                  | 119        |
| 5.2.6      | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: faktor „kouření cigaret“  | 120        |
| 5.2.7      | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: další faktory   | 122        |
| 5.2.8      | Mezinárodní dotazník pohybové aktivity: sportovní aktivity  | 123        |
| <b>6</b>   | <b>DISKUSE</b>  | <b>124</b> |
| 6.1        | Celková úroveň pohybové aktivity zkoumaných souborů   | 124        |
| 6.2        | Faktory s potenciálním vztahem k pohybové aktivitě zkoumaných souborů                                     | 129        |
| 6.3        | Týdenní monitoring pohybové aktivity: kvalitativní analýza názorů respondentů                             | 147        |
| 6.3.1      | Úvahy nad možnými zdroji nepřesností při týdenním monitorování pohybové aktivity                          | 148        |
| 6.4        | Limity realizovaného výzkumu  | 149        |
| <b>7</b>   | <b>ZÁVĚRY</b>   | <b>151</b> |
| <b>8</b>   | <b>SOUHRN</b>   | <b>155</b> |
| <b>9</b>   | <b>SUMMARY</b>  | <b>160</b> |
| <b>10</b>  | <b>REFERENČNÍ SEZNAM</b>  | <b>166</b> |
| <b>11</b>  | <b>SEZNAM PŘÍLOH</b>  | <b>203</b> |