

OBSAH	
1 ÚVOD	4
2 POJMY A KONSTRUKTY	7
3 PŘEHLED POZNATKŮ	11
3.1 Historické souvislosti	11
3.2 Počátky tělesné výchovy	13
3.3 Pojetí slova „sport“	15
3.4 Pohybová aktivita	16
3.4.1 Pohybová aktivita a zdravý životní styl	19
3.5 Rozvoj v období adolescence	21
3.6 Pohybová aktivita a dnešní mládež	25
3.6.1 Motivace – klíč k pravidelné pohybové aktivitě	28
3.7 Školní tělesná výchova na středních školách (Finsko, USA, ČR)	29
3.7.1 Životní styl Finů	29
3.7.2 Finský vzdělávací systém	30
3.7.3 Význam školní tělesné výchovy	32
3.8 Charakteristika středního odborného vzdělávání v ČR a ve Finsku	36
3.8.1 Střední odborné vzdělávání ČR	36
3.8.2 Pohled do nedávné historie odborného školství	37
3.8.3 Současná situace odborného vzdělávání	39
3.8.4 Situace v Olomouckém kraji	41
3.8.5 Střední odborné vzdělávání Finska (Ammattiopisto)	41
4 CÍLE A HYPOTÉZY	44
4.1 Cíle	44
4.1.1 Dílčí cíle	44
4.2 Hypotézy	45
4.3 Výzkumné otázky	47
5 METODIKA	48
5.1 Výzkumný soubor	48

5.2	Popis oborů vybraných SOU olomouckého regionu	51
5.3	Monitorování týdenní pohybové aktivity a inaktivity	53
5.4	Charakteristika měřících přístrojů	54
5.4.1	Akcelerometr Caltrac	54
5.4.2	Pedometr Omron	55
5.4.3	CSA ActiGraph (MTI Health Services, Fort Walton Brach, FL)	55
5.5	Vyhodnocování týdenního monitorování	56
5.5.1	Postup při vkládání dat respondenta do programu PaTj2000, resp. PaTj2004	57
5.5.2	Vypočítané hodnoty	58
5.5.3	Korekce naměřených hodnot	59
5.6	Statistické zpracování výsledků týdenního monitorování	60
5.7	Dotazníkové šetření	62
5.7.1	Dotazník IPAQ	62
5.7.2	Dotazník Determinanty účasti na cvičení	64
5.7.3	Dotazník Preference pohybových aktivit	64
5.8	Zpracování dotazníkové šetření	65
5.8.1	Dotazník IPAQ	65
5.8.2	Dotazník Determinanty účasti na cvičení	66
5.8.2.1	Fáze modelu ve vztahu s pohybovou aktivitou	68
5.8.3	Dotazník Preference pohybových aktivit	70
6	VÝSLEDKY	71
6.1	Úroveň pohybové aktivity podle pohlaví (olomoucký region) ...	71
6.2	Úroveň pohybové aktivity podle studovaného oboru na SOU (včetně Finů)	77
6.3	Pohybová aktivita a prostředí školy (olomoucký region)	87
6.4	Názory, hodnoty a postoje studentů SOU k pohybové aktivitě v jednotlivých regionech ČR	88
6.4.1	Některé koreláty pohybové aktivity studentů SOU v olomouckém regionu	97

7 DISKUSE	100
7.1 Úroveň pohybové aktivity studentů SOU	100
7.1.1 Pohybová aktivita a prostředí školy	103
7.1.2 Struktura pohybové aktivity a inaktivity	105
7.2 Vybrané koreláty pohybové aktivity (sedm regionů ČR)	108
8 ROZSAH PLATNOSTI	112
8.1 Slabé stránky	112
8.2 Silné stránky	113
9 ZÁVĚRY	114
10 METODOLOGICKÁ DOPORUČENÍ	116
10.1 Další doporučení	116
11 SOUHRN	117
12 SUMMARY	121
13 REFERENČNÍ SEZNAM	125
14 PŘÍLOHY	139

Prevention and Health Promotion, 2006; Státní zdravotní ústav (SZÚ), 2004; U. S. Department of Health and Human Services (USDHHS), 1996). Jednou z civilizčních chorob moderní společnosti je obezita. Ministerstvo zdravotnictví ČR (dále MZČR) ve své tiskové zprávě z dubna 2006 uvádí, že hlavními příčinami obezity je špatný životní styl, charakteristický především nedostatkem pohybu (MZČR, 2006). Obezita zvyšuje riziko vzniku řady vážných onemocnění, jako například cukrovky, vysokého krevního tlaku, nemocí srdce a cév, rakoviny tlustého střeva, prsu, slinivky břišní, dělohy. Nadměrnou provází onemocnění pohybového aparátu – zvýšená mechanická zátěž vede ke vzniku artrózy kyčelních, kolenních a hlezenních kloubů (Hancock, Milne, & Poulton, 2004; MZČR, 2006; Ribero et al., 2004; Sowers, 2003; SZÚ 2004). Dalšími komplikacemi obezity jsou gynekologické poruchy a neplodnost. V neposlední řadě může obezita ovlivňovat i určité psychosociální poruchy – nízké sebevědomí, deprese, úzkost, poruchy příjmu potravy, sebeobviňování, společenskou diskriminaci (Mellin et al., 2002; Pesa, Stunkard, Falth, & Allison, 2003; Syre & Jones, 2000).