



Univerzita Palackého
v Olomouci



Genius loci...

Tisková zpráva

České děti sportují, přesto je trápí nedostatek pohybu

Olomouc (24. května 2019) – **České děti trpí nedostatkem přirozeného pohybu, nehrají si venku, využívají „mama taxi“ a ve volném čase často sedí. A to i přesto, že 62 % dospívajících se věnuje organizovanému sportu. Takové jsou závěry mezinárodního výzkumného projektu Global Matrix on Physical Activity for Children and Youth. Jedná se o doposud největší a nejkomplexnější výzkum a mezinárodní srovnání pohybové aktivity dětí, na kterém se podílelo přes pět set odborníků ze 49 zemí světa. Výzkum v České republice zajišťuje Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci a jeho hlavní zjištění jsou prezentována v Národní zprávě o pohybové aktivitě dětí a mládeže, kterou připravil tým pod vedením Aleše Gáby.**

Publikovaná studie je unikátní počtem srovnávaných zemí i komplexností, s jakou byl pohyb dětí hodnocen. „*Srovnávanými indikátory byly celková pohybová aktivita, organizovaná pohybová aktivita a sport, aktivní hra, aktivní transport, sedavé chování, tělesná zdatnost, rodina a vrstevníci, škola, místní samospráva, komunita a prostředí a veřejná politika. V celkovém hodnocení se Česká republika umístila podobně jako Německo nebo Velká Británie v druhé desítky zemí, na špici žebříčku jsou Slovinsko, Dánsko či Finsko,*“ uvádí Aleš Gába.

Právě z důvodu komplexnosti má o výsledky výzkumu zájem Ministerstvo zdravotnictví České republiky. „*Klíčovou informací je, že české děti trpí nedostatkem pohybu, i když pravidelně sportují. Ze životního stylu se totiž vytrácí přirozený pohyb, jako je chůze nebo aktivní hra venku. Děti vozíme do škol nebo na kroužky auty a svůj volný čas tráví před obrazovkami mobilů, tabletů a počítačů. V řadě měst zároveň chybí vhodné prostředí pro pohyb, jako jsou hřiště nebo parky,*“ říká Adam Vojtěch, ministr zdravotnictví.

Jeho náměstkyně Alena Šteflová v této souvislosti dodává, že ministerstvo se snaží situaci změnit. Již v srpnu 2015 byly vládou schváleny akční plány strategie Zdraví 2020, které obsahují celou řadu opatření zaměřených na podporu zdraví mladé generace i dospělých. Právě v realizaci strategie Zdraví 2020 a jejího Akčního plánu podpory pohybové aktivity vidí Alena Šteflová řešení: „*Akční plán je zaměřený na podporu přirozeného pohybu v rodině, ve škole nebo v dopravě a je značně meziresortní, což je v tomto případě potřeba.*“ Zdůrazňuje zároveň roli měst a obcí, které musejí pro pohyb vytvářet vhodné podmínky.

Stejného názoru jsou také odborníci z Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci, která se na přípravě akčního plánu významnou měrou podílela. Jeho gestor Zdeněk Hamřík vidí jako klíčové začít u škol. „*Například přidáním hodiny pohybu navíc, plošným zavedením aktivních přestávek, zařazením pohybu do předmětů mimo tělesnou výchovu nebo podporou aktivní dopravy dětí do škol. Podpora pohybu je ale důležitá již v předškolním věku v rodině a v mateřských školách. Klíčová je aktivní spontánní hra venku,*

kteřá je předpokladem zdravých pohybových návyků. Problém je však komplexní a vyžaduje také investice do budování vhodné infrastruktury, jako jsou cyklostezky, veřejná hřiště nebo parky, včetně zvyšování informovanosti veřejnosti o důležitosti aktivního životního stylu,“ dodává Zdeněk Hamřík.

S cílem zvýšit zdravotní gramotnost obyvatelstva nabídne ministerstvo zdravotnictví široké veřejnosti informační podporu v podobě připravovaného Národního zdravotnického informačního portálu – NZIP, který bude poskytovat garantované informace o všech aspektech zdraví člověka, včetně zdravé výživy a pohybu.

Příklady dobrých praxí přitom existují. Jedním z nich je např. Fakultní základní škola Tererovo náměstí v Olomouci, kde dlouhodobě funguje projekt otevřeného hřiště. „*Na naší škole máme už přibližně patnáct let otevřené hřiště, které je pro všechny věkové skupiny přístupné po skončení výuky. Na hřišti zároveň funguje půjčovna vybavení a správce, kterým je místní aktivní důchodce,“* uzavírá Jaroslav Hála, ředitel školy.

Užitečné odkazy:

[Zkrácená verze národní zprávy projektu Active Healthy Kids ke stažení](#)

[Internetové stránky studie Active Healthy Kids ČR](#)

[Mezinárodní internetové stránky projektu](#)

Kontakt:

Aleš Gába | hlavní řešitel studie Active Healthy Kids v ČR
Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého
E: ales.gaba@upol.cz | M: 777 945 875

Zdeněk Hamřík | garant strategie podpory pohybu v rámci Zdraví 2020 v ČR
Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého
E: zdenek.hamrik@upol.cz | M: 604 156 687
www.hbsc.upol.cz