



Tisková zpráva

Mezinárodní srovnání: České děti mají vhodné zázemí pro pohybovou aktivitu, příliš času ale tráví u obrazovek

Olomouc (7. listopadu 2022) – **Komplexní vhled do problematiky pohybové aktivity dětí a dospívajících přináší právě vydaná zpráva mezinárodní neziskové organizace Active Healthy Kids Global Alliance. Ve srovnání dat z 57 zemí ze šesti kontinentů nechybějí ani údaje o českých dětech, sesbírané a zpracované týmem odborníků z Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci (FTK UP). Zatímco například v indikátoru Organizovaná pohybová aktivita a sport patří Česká republika mezi desítku nejlepších zemí, v oblasti sedavého chování nebo veřejné politiky je výrazný prostor pro zlepšení.**

Zpráva je dosud největším mezinárodním srovnáním pohybové aktivity dětí a dospívajících. Podílelo se na ní téměř 700 vědců, kteří hodnotili jednotlivé země na základě deseti indikátorů postihujících hlavní faktory ovlivňující pohybovou aktivitu a životní styl dětí. Výzkumníci se zabývali mimo jiné aktivním transportem, sedavým chováním nebo spánkem, také rodinným a školním zázemím pro pohybovou aktivitu a veřejnou politikou. Ve většině ze zúčastněných zemí byla hodnocena data z doby před vypuknutím pandemie covidu-19, u některých států jsou ale zohledněna i „covidová“ zjištění.

Čeští vědci pracovali s daty z let 2018 a 2019. *„Obecně lze konstatovat, že české děti mají vhodné zázemí pro pohybové využití, ať už je to v rodině, ve škole nebo v prostředí, ve kterém žijí. Díky organizované pohybové aktivitě a sportu a aktivní docházce do školy Česká republika v mezinárodním srovnání dopadla poměrně dobře. Ovšem je nutné zdůraznit, že i přesto téměř polovina dětí u nás neplní doporučení týkající se pohybové aktivity,“* upozornil národní koordinátor výzkumu v ČR Aleš Gába z katedry přírodních věd v kinantropologii FTK UP.

Děti v České republice tráví příliš času před obrazovkami. *„U tohoto indikátoru patříme mezi nejhorší sledované státy. Celkově tráví před obrazovkou více času, než je doporučováno, přes 70 % dětí a dospívajících. Nejhuře jsou na tom chlapci, kdy čtyři z pěti tráví před obrazovkou více než 2 hodiny za den. Za velký nedostatek lze považovat absenci tématu podpory pohybové aktivity ve strategických dokumentech,“* dodal docent Gába s tím, že ve srovnání s předchozí zprávou, v níž byla hodnocena data z let 2013–2017, došlo i k poklesu počtu pohybově aktivních dětí a dá se očekávat, že pandemie tento pokles ještě zvýraznila.

Klíčová zjištění týkající se českých dětí přibližuje již dříve vydaná národní zpráva, která je k dispozici na <http://activehealthykids.cz/>.

Autoři v ní uvádějí i konkrétní doporučení pro děti, jejich rodiče a učitele, také priority pro podporu pohybové aktivity na úrovni státu, regionů či obcí. Vedle nutné aktualizace národní strategie v této oblasti zmiňují například zavádění vědecky ověřených programů a posílení nabídky aktivního trávení volného času, vytvoření národního monitoringu s využitím chytrých

technologií nebo zahájení komunikační kampaně zaměřené na zdravotní, společenské, ekonomické a environmentální přínosy pravidelného pohybu.

O potřebnosti změn v přístupu k podpoře pohybové aktivity dětí hovořil při zveřejnění mezinárodního srovnání i prezident Active Healthy Kids Global Alliance Mark Tremblay z kanadského CHEO Research Institute. Kanadské děti mimo jiné patří mezi ty, které nejvíce sedí. *„Bez výrazného úsilí o přenastavení moderního a pandemií ovlivněného životního stylu našich dětí a dospívajících riskujeme poškození jejich budoucího zdraví a životní pohody. Doufáme, že tato zpráva bude výzvou k akci pro společnosti po celém světě,“* řekl profesor Tremblay.

Členové aliance přitom zdůrazňují výhodu této globální iniciativy – že se hodnocené země mohou učit od sebe navzájem, co v oblasti zdravého pohybového chování dětí funguje a co ne. Jako příklady dobré praxe je v mezinárodní zprávě vyzdvihováno Dánsko, Finsko, Slovinsko a Japonsko.

Mezinárodní zpráva a další informace k Active Healthy Kids Global Alliance jsou k dispozici <https://www.activehealthykids.org>.

Kontaktní osoba:

doc. Mgr. Aleš Gába, Ph.D. | katedra přírodních věd v kinantropologii
Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci
E: ales.gaba@upol.cz | M: 777 945 875