

# OBSAH

<b>ÚVOD</b>	<b>7</b>
<b>1 CÍLE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY</b>	<b>13</b>
<b>2 POHYBOVÁ AKTIVITA</b>	<b>15</b>
2.1 Teoretické koncepty v oblasti pohybové aktivity	15
2.2 Přehled základních metod hodnocení úrovně pohybové aktivity	17
2.3 Délka monitorování pohybové aktivity při využití krokoměrů	20
2.4 Zdravotní benefity pohybové aktivity a doporučení pro její realizaci	25
2.4.1 Vývoj doporučení pro pohybovou aktivitu založených na FITT charakteristikách	27
2.4.2 Vývoj doporučení pro pohybovou aktivitu hodnocenou pomocí počtu kroků	30
<b>3 TRENDOVÉ STUDIE - VÝVOJOVÝ VÝZKUM</b>	<b>33</b>
3.1 Longitudinální studie	33
3.2 Průřezové studie	38
3.3 Statistické zpracování trendových dat	40
3.4 Závažné limity trendových výzkumů	44
<b>4 TRENDY V POHYBOVÉM CHOVÁNÍ</b>	<b>45</b>
4.1 Trendy v pohybové aktivitě u dětí mladšího školního věku	45
4.1.1 Trendové studie pohybové aktivity dětí ve světě	45
4.1.2 Longitudinální monitorování pohybové aktivity českých školáků	47
4.1.3 Longitudinální sledování pohybové aktivity dětí s intervencí a následným kontrolním šetřením „follow up“	48
4.2 Trendové studie pohybové aktivity u dětí staršího školního věku	61
4.2.1 Trendy v pohybovém chování, nadváze a obezité českých školáků	62
4.2.2 Mezinárodní srovnání pohybového chování, HBSC studie	74
4.3 Trendy v pohybovém chování českých adolescentů (14–18 let)	83
<b>5 ZÁVĚRY</b>	<b>101</b>
<b>6 SOUHRN</b>	<b>105</b>
<b>7 SUMMARY</b>	<b>109</b>
<b>8 REFERENČNÍ SEZNAM</b>	<b>113</b>
<b>9 PŘÍLOHY</b>	<b>151</b>