

Abstrakt

Název: Porovnání objemu a intenzity pohybové aktivity dětí předškolního věku participující v organizované a neorganizované pohybové aktivitě

Cíle: Cílem práce je porovnat objem a intenzitu míry pohybové aktivity pěti až šestiletých dětí, které navštěvují gymnastickou přípravku a dětí, které se věnují pouze volnočasovým pohybovým aktivitám.

Metody: Jedná se o teoreticko-empirickou práci, ve které byly realizovány dvě měření jednorázového sběru u souboru 34 dívek ve věku pěti až šesti let, rozdělených do dvou skupin (MŠ a GYM) dle participace v organizované nebo volnočasové pohybové aktivitě. Pro monitoring pohybové aktivity byly použity akcelerometrické přístroje (Actigraph GT9X) a formulář týdenní pohybové aktivity. Pro analýzu a vyhodnocení dat byly využity statistické metody: Shapiro-Wilkův test, Mann-Whitneyho U-test, dvouvýběrový t-test, Chí-kvadrát test a metody popisné statistiky.

Výsledky: Výsledky Mann-Whitneyho U-testu i dvouvýběrového t-testu provedeného pro stanovení rozdílu objemu pohybové aktivity ve všech hladinách intenzity u sledovaných skupin MŠ a GYM ukazují, že statisticky významné rozdíly ($\alpha = 0,05$) jsou v případech celkového objemu pohybové aktivity za týden ve všech hladinách intenzity a v hladině nízké intenzity. V jednotlivých dnech je statisticky významný rozdíl ve všech hladinách intenzity pouze v pondělí a v hladině nízké intenzity PA ve dnech: pondělí, úterý, čtvrtek a pátek. Z hlediska porovnání skupin v rámci plnění doporučeného objemu a intenzity pohybové aktivity pro předškolní věk bylo zjištěno, že pouze 17,6 % dívek ze skupiny MŠ a 35,3 % dívek ze skupiny GYM, dosáhly obě doporučená kritéria (180 minut ve všech hladinách intenzity PA denně včetně 60 minut ve střední a silné intenzitě PA).

Klíčová slova: pohybová aktivita, gymnastika, zdraví, předškolní věk