

POZNATKY O TĚLOVÝCHOVĚ U PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ JSOU STÁLE NEDOSTATEČNÉ

V souvislosti se zvyšováním výskytu nadváhy a obezity je mnoho pozornosti věnováno školním dětem a dospívajícím, daleko méně však nejmladším ročníkům, přestože je známo, že první léta života jsou kritickou dobou pro rozvoj a formování fyzicky aktivního chování. Odborníci z řeckých fakult tělesné výchovy a sportu v Aténách a Komotini (Thrákie) proto v metaanalýze literatury zkoumali údaje o intervencích ke zlepšení zdraví 2–6 letých předškolních dětí a kladli důraz na zjišťování motorického vývoje dětí, adipozitu, ukazatele zdraví kostí a skeletu, sledování kardiometabolického zdraví, kognitivního vývoje a psychosociálního zdraví dětí.

Konstatují, že většina studií vzala v úvahu efekt organizované tělesné výchovy na motorický rozvoj, ale jen málo studií zkoumalo ostatní indikátory – adipo-

zitu, zdraví kostí a skeletu, žádná studie se nevěnovala kardiometabolickým ukazatelům, jen dvě kognitivním funkcím a čtyři psychosociálnímu zdraví.

Poznatky, jak organizovaná tělesná výchova může ovlivnit zdravotní stav předškoláků, tedy zůstávají deficitní. Otázky o druhu, intenzitě, objemu a frekvenci tělesné aktivity potřebné k tomu, aby se posílilo zdraví dětí, zůstávají otevřené a je třeba další výzkum k závěrům o rozvoji efektivních programů fyzické aktivity u předškolních dětí.

Venetsanou F, Kambas A, Giannakidou D. Organized physical activity and health in preschool age: a review. Cent Eur J Public Health. 2015 Sep;23(3):200-7.

Jaroslav Kríž