

SNAHY ZVÝŠIT TĚLESNOU AKTIVITU ŠKOLÁKŮ V USA

Centrum pro kontrolu a prevenci nemocí USA (CDC) vyvinulo obsáhlý program podpory fyzických aktivit na školách, Comprehensive school physical activity program (CSPAP). Jeho podstatou je využít ve školách všechny příležitosti, aby žáci byli fyzicky aktivní a dosáhli doporučených 60 min./d. tělesné aktivity, získali znalosti, dovednosti a důvěru v celoživotní fyzickou aktivitu. Základní komponenty programu jsou účast učitelského sboru, rodiny a komunity, tělesná výchova ve škole, před školou a po škole.

V International Journal of School Health, byla publikována studie, která hodnotí efekty tohoto programu. Poznatky byly získány šetřením mezi 256 americkými učiteli tělesné a zdravotní výchovy. Výsledky ukázaly, že celkový počet nabídnutých příležitostí k tělesným aktivitám signifikantně souvisel s úsilím, jaké učitelé věnovali podpoře zdraví. Nejsilnější vliv na fyzickou aktivitu – na cvičení ve škole a před příchodem do školy – měla

podpora rodin a komunit, dále pak členové učitelského sboru. Pohlaví ani léta praxe učitelů nehrály roli. Studie potvrdila, že je důležité, aby učitelé angažovali rodinu, komunitu a členy sboru, jako činitele podporující zdraví a zvyšovala se jejich angažovanost ve prospěch fyzické aktivity školáků.

Glowacki EM, Centeio EE, Van Dongen DJ, Carson RL, Castelli DM. Health promotion efforts as predictors of physical activity in schools: an application of the diffusion of innovations model. J Sch Health. 2016 Jun;86(6):399-406.

Centers for Disease Control and Prevention. Healthy Schools. Comprehensive School Physical Activity Program (CSPAP) [Internet]. Atlanta: U.S. Department of Health & Human Services; 2015 [cited 2017 Jun 30]. Available from: <https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/cspap.htm>.

Jaroslav Kríž