



Návrat z prázdnin do školy znamená pro většinu dětí výrazně méně pohybu

Denně nebo téměř denně sportuje o letních prázdninách polovina dětí, s příchodem školy to je jen pětina. Normálnímu pohybu (výlety, pohyb venku s kamarády) se téměř každý den o prázdninách věnovaly dvě třetiny dětí, během školního roku už jen necelá polovina. Ve školním roce děti nejčastěji (49 %) sportují dvakrát až třikrát týdně, což odpovídá počtu hodin tělesné výchovy. Škola tak pro značnou část dětí představuje jediný zdroj aktivního pohybu. U počítače přitom téměř každý den sedí dvě třetiny dětí, u televize dokonce 87 % dětí.

Vyplývá to z průzkumu, který ve spolupráci se STEM/MARK zorganizovala Potravinářská komora ČR s občanským sdružením Hravě žij zdravě. Toto sdružení se zaměřuje na propagaci zdravého životního stylu dětí. V letošním školním roce pořádá na stránkách www.hravezijzdrave.cz/soutez již třetí ročník internetového kurzu zdravého životního stylu, který je určený především pro žáky pátých tříd základních škol.

„Výsledky výzkumu jasně potvrzují, že většina dětí v průběhu školního roku nemá dostatek pohybu a místo pohybu venku upřednostňuje sezení u počítače či před televizní obrazovkou. Cílem našeho kurzu je mimo jiné motivovat děti k pravidelnému pohybu a zájmu o zdravý životní styl. Jeho nedílnou součástí je i edukace dětí v oblasti správných stravovacích návyků,“ říká Eva Petrášová, projektová manažerka kurzu.



Hravě žij zdravě 2009

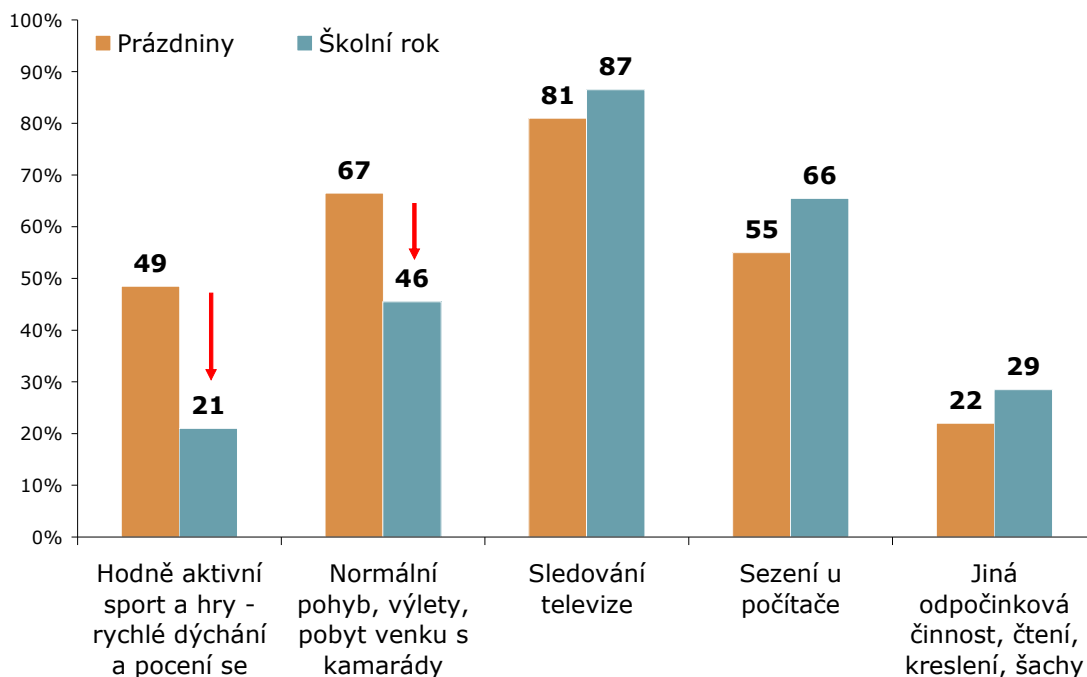
Internetový kurz zdravého životního stylu

Součástí kurzu je i soutěž pro páté třídy, ve které mohou nejlepší třídy vyhrát „školní výlet“ do největšího vodního parku v ČR Aquapalace Praha (včetně dopravy s Českými drahami) a nejlepší z nejlepších získá člun Ultimate. Školy se mohou k účasti v kurzu přihlásit na stránkách www.hravezijzdrave/soutez, a to až do konce listopadu.

V loňském roce se do kurzu zaregistrovalo téměř 7.000 páťáků. Vedle hlavního partnera projektu, České technologické platformy pro potraviny v rámci Potravinářské komory ČR, jsou odbornými garanty kurzu sdružení STOB a Poradenské centrum Výživa dětí.

Podíl dětí, které se následujícím činnostem věnují denně nebo téměř denně

ZÁKLAD: Všichni respondenti, n=200
OTÁZKA: D1 a D5



ZDROJ: STEM/MARK, Životní styl dětí, září 2009



Hravě žij zdravě 2009

Internetový kurz zdravého životního stylu

O výzkumu:

Pro Potravinářskou komoru ČR a sdružení Hravě žij zdravě realizovala výzkum společnost STEM/MARK za finanční podpory České technologické platformy pro potraviny. Sběr dat proběhl ve dnech 11.-22. září 2009. Jedná se o reprezentativní výzkum dětí v ČR ve věku 8-15 let na vzorku 200 respondentů.

Kontakt pro média:

Eva Petrášová, projektový manažer

Tel: +420 737 385 943 E-mail: info@hravezijzdrave.cz