

Činitelé ovlivňující pohybovou gramotnost dětí v předškolním věku

Factors Affecting Physical Literacy of Preschool Children

Dita Culková, Petr Schlegel, Dana Fialová, Kamil Janiš ml.

Abstrakt

Cíl: Předškolní věk je důležité období ve vývoji člověka, protože se tvoří základy pro budoucí životní styl, jehož součástí je úroveň pohybové gramotnosti. Předkládaná přehledová studie si klade za cíl zmapovat dostupné výzkumy zabývající se problematikou pohybové gramotnosti (PG) dětí předškolního věku a zkoumanými souvislostmi jejího formování.

Struktura výkladu: Text pojednává o pohybové aktivitě (PA) jako o důležité složce PG a popisuje vlivy PA na vývoj dítěte. Jsou prezentovány a analyzovány hlavní faktory ovlivňující formování PG dětí. Z hlediska předškolních zařízení je analyzována problematika vhodných tělovýchovných programů, poměr spontánních a řízených pohybových činností, pobyt dětí venku nebo spolupráce s rodiči. Článek shrnuje a analyzuje tyto a další zkoumané faktory formující PG dětí, uvádí limity tohoto procesu, analyzuje výchovně-vzdělávací přístupy aplikované v předškolních zařízeních a prezentuje vybrané diagnostické nástroje.

Zjištění a závěry: Příspěvek tvoří ucelený obraz o výzkumech v oblasti PG v předškolním věku zahrnující všechny důležité sledované proměnné a potvrzuje, že množství výzkumů zabývajících se PG dětí předškolního věku není prozatím dostatečně rozsáhlé. To by mělo být impulsem k dalšímu rozšíření výzkumné činnosti, obzvláště v oblasti formování PG dětí v institucionalizovaném výchovně-vzdělávacím procesu cestou nalézání funkčních nástrojů, modelů a metodik, stejně tak diagnostických nástrojů či postupů.

Klíčová slova: pohybová aktivita, životní styl, předškolní zařízení, předškolní vzdělávání, pohybový režim

Abstract

Purpose: The preschool age is an important period in human ontogenetic development because it forms the basis of a future healthy lifestyle, which includes physical literacy. The present review aims to map the available research dealing with the issue of physical literacy (PL) of preschool children and the examined context of its formation.

Structure: The text deals with physical activity (PA) as an important component of PL and describes the effects of PA on child development. The main factors influencing the children's formation of PL are presented and analysed. From the point of view of preschool facilities, the issue of suitable physical education programs, the ratio of spontaneous and controlled physical activities and children's outdoor activities and cooperation with parents are analysed. The article summarizes and analyses these and other researched factors forming the PL of children, states the limits of this process, analyses the educational approaches applied in preschool institutions and presents selected diagnostic tools.

Findings and conclusions: The article provides a comprehensive picture of research in the field of PL in preschools, including all the important monitored variables, and confirms that the amount of research dealing with PL in preschool children is not yet sufficient. This should be an impetus for the further expansion of research activities, especially in the area of the formation of the PL of children in the institutionalized educational process through finding functional tools, models and methodologies, as well as diagnostic tools or procedures.

Key words: physical activity, lifestyle, preschool institution, preschool education, movement regime

Úvod

Pohybová gramotnost (PG) je v kinantropologii termínem spíše novým a úzce souvisí s pojmy jako jsou *pohybová aktivita* (PA), *pohybová činnost* nebo *životní styl*. Úroveň PG ovlivňuje kvalitu životního stylu a PA je jedním z hlavních projevů pohybové gramotnosti. PA je v tomto příspěvku chápána jako komplex lidského chování, které zahrnuje pohybové činnosti člověka a může mít různou úroveň zastoupenou jednotlivými

složkami FITT (frekvence, intenzita, doba trvání a druh pohybové aktivity) (Frömel, Novosad, & Svozil, 1999). Společně se spánkem, stravou a dalšími základními potřebami má vliv na tělesné, duševní a psychosociální zdraví člověka (Kalman, Hamřík, & Pavelka, 2009; Machová & Kubátová, 2009; Sigmund & Sigmundová, 2011; Tröndle, 2008). To, jakým způsobem jedinec přistupuje ke své PA, jaké postoje zastává, a především jakým způsobem aplikuje PA do svého každo-

denního života, poskytuje obraz o jeho úrovni PG, která je důležitou složkou jeho životního stylu. Pohybovou gramotností je tedy rozuměn koncept popisující trvalou kvalitativní úroveň člověka. Jednak postoj založený na motivaci uplatňovat pohybové dovednosti, schopnosti a vědomosti v praxi prostřednictvím tělesné zdatnosti. A jednak postoj ústící v chápání aplikace PA do každodenního režimu a tím přispívání ke zdravějšímu životnímu stylu (Vašíčková, 2016).

Pohybové gramotnosti jako takové je nejen v České republice věnována patřičná pozornost (např. Vašíčková, 2016; Čechovská et al., 2011; Čechovská & Dobrý, 2010; Whitehead, 2010; Tremblay & Lloyd, 2010; Mandigo et al., 2009). Pozornost směřovaná na PG v kontextu předškolního věku je však spíše sporadická i přesto, že předpoklady pro celoživotní PG, stejně tak jako předpoklady pro další důležité životní kompetence, se z velké části formují právě v předškolním věku. Ten je důležitým obdobím v ontogenetickém vývoji člověka, protože se tvoří základy pro tělesné zdraví. Co v tomto věku není vytvořeno, se může později obtížně „dohánět“.

Předložený článek pojednává o problematice PG dětí v předškolním věku v širokém kontextu smyslu slova. Na základě analýzy a následné syntézy dostupných relevantních výzkumů popisuje jednotlivé činitele, které pohybovou gramotnost ovlivňují, zabývá se možnostmi jejich monitoringu a předkládá doporučení pro teorii a praxi.

Pohybová gramotnost dětí v předškolním věku a faktory, které ji ovlivňují

V kontextu předškolního věku interpretujeme PG dětí dle Mužíka, Šeráková a Janoškové (2019), kteří zmiňují řadu důležitých faktorů. Zmíněné faktory PG jsou ovlivňovány především rodiči, předškolním zařízením, pedagogickým přístupem, jehož je dítě součástí, a dalšími faktory jako např. pobytem dětí venku. Primární je učení pohybovým dovednostem, jejichž pomocí je udržována nebo rozvíjena zdravotně orientovaná tělesná zdatnost dítěte. Při praktických činnostech je zdůrazňováno získávání poznatků a vědomostí souvisejících se zdravým životním stylem, osvojování si povědomí o kompenzačních cvičeních, potřebě rozcvičení, o pravidlech dodržování bezpečnosti a hygieny při pohybových aktivitách. To vše utváří postoj dětí k pohybové aktivitě a odráží se v kvalitě jejich pohybového režimu, jako projev dobré úrovně PG (Mužík, Šeráková, & Janošková, 2019). U dětí lze zjednodušeně deklarovat, že čím více pohybových činností za den vykonají, tím více benefitů jim to přinese (Tremblay et al., 2012).

Znalost primárních i vedlejších činitelů, které determinují PG u dané cílové skupiny, je ultimativní pro vhodnou a cílenou intervenci, i když se může jednat o nepřímé působení, např. prostřednictvím tzv. pedagogizovaného prostředí.

Rodiče

Na úroveň PA a na formování PG předškolního dítěte má zásadní vliv chování jeho rodičů (Petersen et al., 2020). Vliv má jak podpora rodičů (zajišťování kroužků či tréninků), tak jejich modelové chování (Pugliese & Tinsley, 2007).

Rodiče v některých sledovaných výzkumech vykazují pozitivní přístup k PA svých dětí, kterou nevnímají jako méně důležitou než např. počítačovou gramotnost. S dětmi navštěvují např. dětská hřiště a pohybové kroužky. Méně pozornosti však věnují svému vlastnímu životnímu stylu. Děti přejímají návyky svých rodičů na základě jejich modelového chování a i přes snahu rodičů na děti pozitivně působit v oblasti PA, je při neoptimálním modelovém chování rodičů efekt na PA dětí nižší (Neljak, Podnar, & Rak, 2017). S tím může souviset i fakt, že rodiče mající v péči předškolní děti jsou méně aktivní než dospělí, kteří o děti nepečují. Tedy modelové chování poskytující dětem vzor zdravého životního stylu v těchto případech není optimální (Kai, Bellows-Riecken, & Rhodes, 2008). Někteří autoři potvrzují vztah mezi kvantitou pohybové aktivity rodičů a jejich dětí. V případě nárůstu počtu kroků u matek přichází také nárůst počtu kroků u jejich dětí. Tento nárůst je sledován především o víkendových dnech a dokazuje, že čím více pohybové aktivity mají v těchto dnech rodiče, tím více pohybově aktivní jsou jejich děti

(Sigmund et al., 2015; Sigmundová et al., 2014, Sigmundová et al., 2016).

Pobyt dětí venku a typ předškolního zařízení

Část výzkumů se zabývá otázkou pobytu dětí venku a jeho pozitivním vlivem na PA, který se ukazuje jako značný (např. Ferreira et al., 2007) a srovnává míru PA tzv. uvnitř a venku (měřeno akcelerometrií). Zjišťují, že ve venkovním prostředí děti vykazují celkové PA významně více. U chlapců je pak zjištěna konkrétně větší míra střední až vysoké intenzity PA (Vanderloo et al., 2013).

Pobyt dětí venku, především dostatečné příležitosti k volné venkovní hře, akcentují např. Foulkes et al. (2020) nebo Chawla et al. (2014). Popisují pobyt dětí a žáků v přírodě jako pomoc v úniku od stresu s příznivým vlivem na jejich soustředění, rozvoj jejich klíčových kompetencí a pomoc při formování dobře fungující sociální skupiny. Kromě již zmíněných vlivů může mít častější pobyt dětí v přírodě pozitivní vliv na jejich celkový vývoj ve smyslu holistickém (Mustapa, Maliki, & Hamzah, 2015).

Významným činitelem ovlivňujícím PG dětí je předškolní zařízení, do kterého dítě dochází (Pugliese & Tinsley, 2007). Např. Vanderloo et al. (2015) uvádí, že děti ve věku 2,5 až 5 let, které navštěvují mateřskou školu (MŠ), mají významně více středně intenzivní až intenzivní PA než děti, které MŠ nenavštěvují. Stejně

tak mají více celkové PA než děti, které navštěvují jiná předškolní zařízení. MŠ s rozšířenou pohybovou aktivitou snižují nárůst obezity u dětí. Zvyšující se počet obézních dětí je v tzv. „západních zemích“ nepříznivým trendem, který se objevuje u stále mladší dětské populace (Pařízková et al., 2012).

Culková a Francová (2020) představují sondu do pohybového režimu dětí ve vybraných lesních MŠ a v dětských lesních klubech. V lesních klubech zjišťují častější a delší zařazování vycházek, výletů a aktivní hry venku než ve sledovaných státních MŠ, a to v celkovém průměrném rozsahu dvě až tři hodiny denně. V lesních MŠ je tak v důsledku delšího aktivního pobytu dětí venku předpoklad větší míry PA. To potvrzuje Culková et al. (2021), kteří zjišťují, že ve sledovaných lesních MŠ mají děti v dopoledních hodinách více PA (měřeno pedometry) než děti ve státních MŠ, a to ve všech věkových kategoriích. V některých případech děti během dopoledne „nachodí“ polovinu doporučeného denního počtu kroků. Michek et al. (2015) k lesním MŠ dále zjišťují, že v důsledku značného aktivního pobytu dětí venku jsou u sledovaných dětí rozvíjeny pohybové schopnosti a kreativita srovnatelně nebo více než je tomu v monitorovaných státních MŠ a pozitivně je ovlivňována a kompenzována tzv. civilizační deprivace dětí.

Konzistentním zjištěním napříč studii je pozitivní korelace mezi časem, který děti tráví venku a jejich celkovou

PA. Z toho je možné odvodit, že čas strávený venku je asociován s PA (Sterdt, Liersch, & Walter, 2014).

Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání

Předškolní vzdělávání je v České republice určeno Rámcovým vzdělávacím programem pro předškolní vzdělávání (RVP PV), na základě kterého si jednotlivé MŠ tvoří školní vzdělávací program (ŠVP), v nichž je RVP PV konkretizován dle podmínek daného zařízení. Pojem pohybová gramotnost není do RVP PV zařazen. Následováním definovaných cílů vzdělávání, podmínek, obsahu i výsledků především ve vzdělávací oblasti Dítě a jeho tělo však lze k dobré PG dětí směřovat. Záměrem je v biologické oblasti stimulovat a podporovat růst a neurosvalový vývoj dítěte, podporovat jeho fyzickou pohodu, zlepšovat jeho tělesnou zdatnost i pohybovou a zdravotní kulturu, podporovat rozvoj jeho pohybových i manipulačních dovedností, učit sebeobslužným dovednostem a vést ke zdravým životním návykům a postojům. To jsou záměry ve značeném souladu s vymezením PG. Záleží na každé MŠ, zda a případně jak tyto záměry naplňuje. RVP PV k naplňování cílů doporučuje uplatňování vzájemně provázaných a vyvážených spontánních i řízených činností. V souladu se zjištěními (srov. Sterdt et al., 2014 nebo Ferreira et al., 2007) RVP PV akcentuje dostatečně dlouhý pobyt dětí venku

a dostatek volného pohybu dětí nejen na zahradě, ale i v interiéru mateřské školy. Z uvedeného lze usuzovat, že směřování k dobré PG dětí v MŠ je prostřednictvím RVP PV podporováno.

Pedagogické přístupy a organizační formy

Vlivem různých pedagogických přístupů na tělesnou, kognitivní a afektivní složku pohybové gramotnosti se zabývají např. Rudd et al. (2020). Tito autoři analyzují vliv tzv. lineárního a nelineárního pedagogického přístupu na PG u dětí ve věku 5–6 let. Michals (2015) PA dětí označuje jako prostředek kognitivního učení a tvorby neurálních spojů a struktur. Aktivní hra strukturovaná do jednoduchých cvičení, která se mohou opakovat, je jedním z nejefektivnějších způsobů učení zapojující obě mozkové hemisféry a aktivní pohybové učení zostruje auditivní diskriminaci a aktivizuje učení se zapojením vícečetných inteligencí. Empirická evidence dokazuje krátkodobý i dlouhodobý vliv tělovýchovných programů, respektive řízených tělovýchovných jednotek, ne pouze na pohybové dovednosti, ale také na kognitivní vývoj (Alesi et al., 2016; Diamond, 2015).

V kategorii předškolního věku se objevují diskuse nad vhodným poměrem řízených a spontánních pohybových činností. Na jedné straně je jako nejdůležitější forma v oblasti tělesné výchovy v předškolním věku uváděna volná hra. Díky hře děti vykonají řadu

pohybů a je často uplatňována či rozvíjena reakční rychlost, hbitost, vytrvalost, odvaha, odhodlání, vynalézavost a nezávislost. Na druhé straně je zdůrazňována důležitost vystavení předškolních dětí organizované tělesné výchově, respektive řízeným pohybovým činnostem. A to nejen z důvodu zdravotních dopadů, ale také pro rozvoj PG a návyků v oblasti PA (Galimovich Gimazutdinov, 2020). Culková a Francová (2020) uvádějí, že v České republice ve sledovaných státních MŠ bývá častěji a déle realizována pravidelná řízená pohybová činnost v podobě ranní tělovýchovné cvičební jednotky, zatímco ve sledovaných lesních MŠ a v dětských lesních klubech zcela převažují spontánní pohybové činnosti a řízené pohybové činnosti jsou zařazovány minimálně nebo dokonce vůbec. Autorky dále uvádějí, že státní MŠ mohou mít v důsledku významnější roli při učení se pohybovým dovednostem především v první a druhé fázi motorického učení, při rozvoji flexibility, při uvědomování si a chápání souvislostí spojených s pohybovou aktivitou. Lesní MŠ, dětské lesní kluby a předškolní zařízení, kde zásadně převažují spontánní pohybové činnosti, mohou naopak dominovat při učení se pohybovým dovednostem ve fázi stabilizace a automatizace, při rozvoji aerobní zdatnosti, svalové zdatnosti a motivace (obzvláště vnitřní a dlouhodobé). Z hlediska kvantity PA ve vztahu k organizační formě Sigmund et al. (2008) zjišťují, že děti a rodiče, kteří se dvakrát týdně nebo častěji věnují organizované pohy-

bové aktivitě, mají významně více PA než děti a rodiče, kteří se organizované PA neúčastní. Organizovaná PA je tak považována za významný faktor zvyšující týdenní PA.

Dalším benefitem, který se může prolínat napříč řízenými i spontánními činnostmi, je fakt, že se u dětí během pohybových aktivit a pohybového učení zostruje jejich koncentrace, což může být ve výchovně-vzdělávacím procesu dobrá příležitost v souvislosti s motivovaností k učení (Michals, 2015).

Např. nástroj „*Successful Kinaesthetic Instruction for Pre-schoolers*“ („SKIP-Cymru“) nabízí součinnost učitelů předškolního vzdělávání, rodičů a dětí k rozvoji PG formami, které jsou individualizované, založené na hře a zároveň řízené (Wainwright et al., 2020), což se ukazuje jako vhodná forma směřující k rozvoji PG v předškolním věku.

Další činitelé

Níže uvedené je nutné nechápat izolovaně, ale v širších souvislostech, zejména skutečnosti ve vztahu k médiím a jejich více či méně pasivnímu využívání (podrobnější a kontextové informace např. Janiš ml. & Kocourková, 2020; Janiš ml. & Kocourková, 2019).

- Na PA i PG má vliv dostupnost dětských hřišť a pohybových programů (Davison & Lawson, 2006).
- Nadměrné sledování obrazovek je podstatným rizikovým faktorem v otázce obezity dětí a v důsledku i v otázce PG

(Marshall et al., 2004; Sallis & Owen, 1999; Andersen et al., 1998).

- Nadmíra času stráveného sledováním obrazovek zaujímá místo strukturované nebo nestrukturované hry a snižuje PA dětí, což v důsledku ovlivňuje úroveň základních pohybových dovedností dětí a jejich PG (Mitchell, 2019).
- Sedavé činnosti nenahrazují PA dětí. Děti mohou mít adekvátní pohybovou aktivitu a rozvíjet svou pohybovou gramotnost a zároveň strávit značnou část dne sedavými činnostmi (Biddle & Cavill cit. podle Sterdt et al., 2014; Marshall et al., 2004).
- Sebedůvěra ve vlastní schopnosti (self-efficacy) je významnou proměnnou mající vliv na PA i na PG dětí (Biddle et al., 2005).

Monitoring

Mezi hlavní faktory PG v předškolním věku řadí Mužík, Šeráková a Janošková (2019) následující: úroveň pohybových dovedností, zdravotně orientovanou zdatnost, poznatky a vědomosti v oblasti zdravého životního stylu, postoj k PA a odraz tohoto postoje v realizovaném pohybovém režimu. Vzhledem k tomu, že PG s sebou nese řadu zmíněných aspektů a proměnných, jsou nároky na dobře vytvořený nástroj velmi vysoké a existuje tak pouze omezený počet ověřených nástrojů monitorující úroveň PG dětí. Většina existujících nástrojů je vytvořena pro děti mladšího, středního

či staršího školního věku (Longmuir et al., 2015).

Sigmund et al. (2009) navíc poukazují na statisticky významný pokles PA dětí mladšího školního věku oproti dětem předškolního věku, a to v kontextu se změnou režimu dne. Monitoring PG a PA u dětí předškolního věku má tedy svůj logický a nezpochybnitelný význam i pro další vývojová období.

Ve snaze postihnout co největší množství faktorů či proměnných tvořící PG dětí v předškolním věku autoři Cairney et al. (2018) představují nástroj „*Preschool Physical Literacy Assessment Tool*“ („Pre-PLAy“), který otestovali na 78 dětech ve státě Ontario. „Pre-PLAy“ použili pedagogičtí pracovníci v předškolních zařízeních u dětí ve věku 18 měsíců až 4 roky. S ohledem na věk sledovaných dětí byl tento nástroj zaměřen na sledování tzv. pohybových kompetencí, koordinaci pohybu, motivaci a prvek zábavnosti (enjoyment) (Edwards et al., 2016; Whitehead & Murdoch, 2006). Přestože jsou poznatky a vědomosti v oblasti PA a zdravého životního stylu důležitým faktorem PG, s ohledem na věk sledovaných dětí nebylo sledování této proměnné do nástroje zařazeno (Cairney et al., 2018; Edwards et al., 2016; Dudley, 2015).

Monitorování úrovně PG vyžaduje teoretické ukotvení problematiky a funkční a ověřené nástroje. Teoretické vymezení PG v kontextu předškolního věku je díky přibývajícím kvalitním studiím a výzkumům v procesu (Foulkes et al., 2020; Battaglia et al., 2019; Cairney, J. et al.,

2018; Kirk, & Kirk, 2016) a objevují se snahy vyvíjet funkční nástroje.

Bez funkčních nástrojů k zachycení úrovně PG u dětí v předškolním věku výzkumníci vychází z nástrojů měřících motorické dovednosti a schopnosti, skrze které vyvozují závěry i směrem k PG. Tento přístup však selhává při snaze postihnout multidimenzionální a celoživotní aspekty PG a může vést k určitým nepřesnostem či zmatkům z hlediska konstruktů problematiky PG (Cairney et al., 2018).

Doporučení do praxe a teorie

Na poli teorie i praxe je v oblasti PG v předškolním věku značný nedostatek. Množství studií analyzujících jednotlivé aspekty PG je také velmi nízký. Většina výzkumů se zabývá PA dětí v předškolním věku a PA žáků. I přes tento fakt lze stanovit vhodná doporučení s orientací na výzkumnou činnost i praktické využití.

V oblasti praxe lze pro formování PG dětí doporučit následující:

- Vhodné modelové chování rodičů.
- Dostatečná PA rodičů zařazovaná především o víkendových dnech.
- Podpora pobytu dětí venku, především dostatek příležitostí k volné hře.
- Docházka dětí do předškolního zařízení.
- Dostupnost pohybových programů a účast dětí na těchto programech.
- Dostupnost dětských hřišť.

- Cílený rozvoj úrovně PG v rámci předškolních zařízení – např. s využitím nástroje „*Successful Kinaesthetic Instruction for Pre-schoolers*“ („SKIP-Cymru“) (Wainwright et al., 2020; Whittall et al., 2020).
- Další vzdělání a trénink předškolních pedagogů v oblasti rozvoje PG dětí (Foulkes et al., 2020).
- V předškolních zařízeních střídání řízených a spontánních pohybových činností, jejich vzájemné a citlivé doplňování ve vhodném poměru.
- Omezený čas strávený sledováním obrazovek.

V oblasti teorie lze pro formování PG dětí doporučit následující:

- Rozvíjení teoretického zakotvení PG v předškolním věku v celé komplexnosti významu pojmu, zároveň však s ohledem na specifika této věkové skupiny.
- Další výzkumy zaměřit především na faktory PG, jako jsou úroveň vědomostí a poznatků z oblasti zdravého životního stylu, motivačně-emoční determinanty, úroveň tělesné zdatnosti nebo pohybových dovedností.
- Rozsáhlejší monitoring pomocí existujících nástrojů zjišťujících úroveň PG dětí – např. nástroj *Preschool Physical Literacy Assessment Tool* (Pre-PLAy) (Cairney et al., 2018).
- Vytvoření dalšího funkčního nástroje monitorující PG u dětí v předškolním věku v celé své komplexnosti (úroveň pohybových dovedností, zdravotně orientované zdatnosti, poznatků

a vědomostí v oblasti zdravého životního stylu, postojů k PA a odraz tohoto postoje v realizovaném pohybovém režimu).

- Na základě teoretického modelu a praktických zkušeností vytvoření designu konkrétního programu pro rozvoj PG dětí pro předškolní zařízení (v součinnosti výzkumníků, pedagogických pracovníků, rodičů a dalších účastníků výchovně-vzdělávacího procesu), jehož součástí by měly být dostatečné teoretické i praktické inspirační zdroje, plány hodin a činností, metodické karty. Program by měl být sestaven s ohledem na dlouhodobou udržitelnost (Foulkes et al., 2020).

Závěr

Pohybovou gramotnost tvoří a ovlivňuje množství činitelů, které definují její aktuální i budoucí úroveň a jejich vzájemná souhra může dát základ zdravému životnímu stylu. Vzhledem k množství faktorů a jejich propojenosti je nutné volit komplexní přístup, tedy jednotlivé činitele nevnímat odděleně. Vzhledem k tomu, že se úroveň PG každého jedince v určité míře tvoří již v předškolním věku, jsou vyžadovány zacílené strategie, které dětem v tomto věku umožní dostatečnou PA postavenou na široké škále spontánních i řízených pohybových činností a základní porozumění principům a souvislostem v oblasti PG. Tyto strategie by měly vycházet ze spolupráce mezi

výzkumníky, pedagogickými pracovníky a rodiči. Rodiče by měli dětem nabízet vhodné modelové chování, sami mít dostatečnou PA, zajistit dětem dostatek pobytu venku, možnost účasti v pohybových programech a omezené sledování obrazovek. Předškolní zařízení by měla akcentovat aktivní pobyt dětí venku a měla by v součinnosti s rodiči, specialisty na tělesnou výchovu a výzkumníky využívat na míru vytvořené programy pro rozvoj PG dětí. Organizované pohybové činnosti by měly být upraveny tak, aby byly především zábavné a u dětí rozvíjely jejich aktivní hru.

Je nutné zdůraznit potřebu monitoringu úrovně PG předškolních dětí, využívání funkčních výzkumných diagnostických nástrojů a systematický přístup na poli teorie i praxe postihující celou šíři problematiky PG. Tím lze zvyšovat úroveň PG nejen u dětí předškolního věku, ale také povědomí o důležitosti PG u dospělé populace. Význam PG nabývá na váze obzvláště v současné době postižené pandemickou situací v důsledku šíření nákazy Covid-19, kdy se potvrzuje, nakolik je pohybová gramotnost důležitá.

Literatura

- Alesi, M., Bianco, A., Luppina, G., Palma, A., & Pepi, A. (2016). Improving children's coordinative skills and executive functions: the effects of a football exercise program. *Perceptual and Motor Skills*, 122(1), 27–46. <https://doi.org/10.1177/0031512515627527>
- Andersen, R., Crespo, C., Bartlett, S., Cheskin, L., & Pratt, M. (1998). Relationship of physical activity and television watching with body weight and level of fatness among children: Results from the third national health and nutrition examination survey. *JAMA*, 279(12), 938–942. <https://doi.org/10.1001/jama.279.12.938>
- Battaglia, G., Alesi, M., Tabacchi, G., Palma, A., & Bellafiore, M. (2019). The Development of motor and pre-literacy skills by a physical education program in preschool children: a non-randomized pilot trial. *Frontiers in psychology*, 9, 2694. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02694>
- Biddle, S., Whitehead, S., O'Donovan, T., & Nevill, M. (2005). Correlates of participation in physical activity for adolescent girls: A systematic review of recent literature. *Journal of Physical Activity and Health*, 2(4), 423–434. <https://doi.org/10.1123/jpah.2.4.423>
- Cairney, J. Clark, H. J., James M. E., Mitchell, D., Dudley D. A., & Kriellaars, D. (2018). The preschool physical literacy assessment tool: testing a new physical literacy tool for the early years. *Frontiers in Pediatrics*, 6, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fped.2018.00138>
- Čechovská, I., & Dobrý, L. (2010). Význam a místo pohybové gramotnosti v životě člověka. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 76(3), 2–5.
- Čechovská, I., Chrudimský, J., Novotná, V., & Vindušková, J. (2011). Povědomí uchazečů o studium na FTVS UK o pohybové gramotnosti. *Česká kinantropologie*, 15(3), 47–54.
- Chawla, L., Keena, K., Pevec, I., & Stanley, E. (2014). Green schoolyards as havens from stress and resources for resilience in childhood and adolescence. *Health & Place*, 28, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2014.03.001>
- Culková, D., & Francová, L. (2020). Sonda do pohybové aktivity dětí ve státních mateřských školách, v lesních mateřských školách a v dětských lesních klubech. *Tělesná kultura*, 43(1), 16–25. <https://doi.org/10.5507/tk.2020.008>
- Culková, D., Francová, L., Růžička, I., Urbanová, D., & Suk, J. (2021). Comparison of physical activity of children in a state kindergarten and a forest kindergarten in the Czech Republic. *Physical Activity Review*, 9(2), 120–129. <https://doi.org/10.16926/par.2021.09.28>
- Davison, K. K., & Lawson, C. T. (2006). Do attributes in the physical environment influence children's physical activity? A review of the literature. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 3(19), 1–17. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-3-19>
- Diamond, A. (2015). Effects of physical exercise on executive functions: going beyond simply moving to moving with thought. *Annals of Sports Medicine and Research*, 2(1), 1011. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4437637/>
- Dudley, D. A. (2015). A conceptual model of observed physical literacy. *The Physical Educator*, 72(5), 236–260. <https://doi.org/10.18666/TPE-2015-V72-I5-6020>
- Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Jones, A. M. (2016). Definitions, foundations and associations of physical literacy: a systematic review. *Sports Medicine*, 47(1), 113–126. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0560-7>
- Ferreira, I., Van der Horst, K., Wendel-Vos, W., Kremers, S., van Lenthe, F. J., & Brug, J. (2007). Environmental correlates of physical activity in youth – A review and update. *Obesity Reviews*, 8(2), 129–154. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2006.00264.x>
- Foulkes, J. D., Foweather, L., Fairclough, S. J., & Knowles, Z. (2020). “I wasn't sure what it meant to be honest” – formative research towards a physical literacy intervention for preschoolers. *Children*, 7(7), 76. <https://doi.org/10.3390/children7070076>
- Frömel, K., Novosad, J., & Svozil, Z. (1999). *Pohybová aktivita a sportovní zájmy mládeže*. Univerzita Palackého v Olomouci.

- Galimovich Gimazutdinov, R. (2020). Theoretical basis of physical education of children of preschool age. *Academic Research in Educational Sciences*, 1(4), 871–876. <https://cyberleninka.ru/article/n/theoretical-basis-of-physical-education-of-children-of-preschool-age/viewer>
- Janiš, K. ml., & Kocourková, V. (2020). Mediální gramotnost dětí předškolního věku a její vnímání pedagogy mateřských škol Moravskoslezského kraje. *Paidagogos*, 11, 5–33.
- Janiš, K. ml., & Kocourková, V. (2019). Média u dětí předškolního věku. *Media4u Magazine*, 16(4), 1–9. <http://www.media4u.cz/mm042019.pdf>
- Kai, H., Bellows-Riecken, K. H., & Rhodes, R. E. (2008). A birth of inactivity? A review of physical activity and parenthood. *Preventive Medicine*, 46(2), 99–110. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2007.08.003>
- Kalman, M., Hamřík, Z., & Pavelka, J. (2009). *Podpora pohybové aktivity pro odbornou veřejnost*. ORE-institut.
- Kirk, S. M., & Kirk, E. P. (2016). Sixty minutes of physical activity per day included within preschool academic lessons improves early literacy. *Journal of School Health*, 86(3), 155–163. <https://doi.org/10.1111/josh.12363>
- Longmuir, P. E., Boyer, C., Lloyd, M., Yang, Y., Boiarskaia, E., Zhu, W., & Tremblay, M. S. (2015). The Canadian Assessment of Physical Literacy: methods for children in grades 4 to 6 (8 to 12 years). *BMC Public Health*, 15, 767. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2106-6>
- Machová, J., & Kubátová, D. (2009). *Výchova ke zdraví*. Grada.
- Mandigo, J., Francis, N., Lodewyk, K., & Lopez, R. (2009). Physical literacy for educators. *Physical and Health Education Journal*, 75(3), 27–30.
- Marshall, S. J., Biddle, S. J., Sallis, J. F., McKenzie, T. L., & Conway, T. L. (2002). Clustering of sedentary behaviors and physical activity among youth: A cross-national study. *Pediatric Exercise Science*, 14(4), 402–417. <http://www.humankinetics.com/eJournalMedia/pdfs/6263.pdf>
- Marshall, S. J., Biddle, S. J., Gorely, T., Cameron, N., & Murdey, I. (2004). Relationships between media use, body fatness and physical activity in children and youth: A meta-analysis. *International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders*, 28(10), 1238–1246. <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0802706>
- Michals, D. K. (2015). The link between physical activity or movement and cognitive development for preschool learning in literacy, math, motor skills and healthy body awareness: an integrative approach for all children. In *7th International Conference on Education and New Learning Technologies* (pp. 6355–6361). Barcelona. <https://library.iated.org/view/MICHALS2015LIN>
- Michek, S., Nováková, Z., & Menclová, L. (2015). Advantages and disadvantages of forest kindergarten in Czech Republic. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 171, 738–744. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.186>
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky (2004). *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. http://www.vuppraha.rvp.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVP_PV-2004.pdf
- Mitchell, J. (2019). Physical inactivity in childhood from preschool to adolescence. *ACSM's health & fitness journal*, 23(5), 21–25. <https://doi.org/10.1249/fit.0000000000000507>
- Mustapa, N. D., Maliki, Z. N., & Hamzah, A. (2015). Repositioning children's developmental needs in space planning: a review of connection to nature. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 170, 330–339. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.043>
- Mužik, V., Šeráková, H., & Janošková, H. (2019). *Abeceda pohybové aktivity dětí*. Masarykova univerzita.
- Neljak, B., Podnar, H., & Rak, T. (2017) Parents' attitudes towards physical activity of preschool children. In D. Milanović, G. Sporiš, S. Šalaj, & D. Škegro (Eds.), *8th International Scientific Conference on Kinesiology „20th Annivesary“* (pp. 233–237). University of Zagreb. https://www.kif.unizg.hr/images/50005079/8_International_conference_kinesiology-2017.pdf
- Pařízková, J., Sedlák, P., Dvořáková, H., Lisá, L., & Bláha, P. (2012). Secular trends of adiposity and motor abilities in preschool children. *Journal Obesity & Weight Loss Therapy*, 2(9), 1–4. <http://dx.doi.org/10.4172/2165-7904.1000153>
- Petersen, L. T., Møller, L. B., Brønd, J. C., Jepsen, R., & Grøntved, A. (2020). Association between parent and child physical activity: a systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17. <https://doi.org/10.1186/s12966-020-00966-z>
- Pugliese, J., & Tinsley, B. (2007). Parental socialization of child and adolescent physical activity: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 331–343. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.3.331>
- Rudd, J. R., Crotti, M., Fitton-Davies, K., O'Callaghan, L., Bardid, F., Utesch, T., Roberts, S., Boddy, L. M., Cronin, C. J., Knowles, Z., Foulkes, J., Watson, P. M., Pesce, C., Button, C., Lubans, D. R., Buszard, T., Walsh, B., & Fowweather, L. (2020). Skill acquisition methods fostering physical literacy in early-physical education (SAMPLE-PE): rationale and study protocol for a cluster randomized controlled trial in 5–6 year old children from deprived areas of North West England. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01228>
- Sallis, J. F., & Owen, N. (1999). *Physical activity & behavioral medicine*. Sage Publications.

- Sigmund, E., & Sigmundová, D. (2011). *Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Sigmund, E., Sigmundová, D., Baďura, P., & Voráčková, J. (2015). Relationship between Czech parent and child pedometer-assessed weekday and weekend physical activity and screen time. *Central European Journal of Public Health*, 23(Supplement), 83–90. <https://doi.org/10.21101/cejph.a4181>
- Sigmund, E., Sigmundová, D., & El Ansari, W. (2009). Changes in physical activity in pre-schoolers and first-grade children: longitudinal study in the Czech Republic. *Child: Care, Health and Development*, 35(3), 376–382. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2009.00945.x>
- Sigmund, E., Turoňová, K., Sigmundová, D., & Přidalová, M. (2008). The effect of parents' physical activity and inactivity on their children's physical activity and sitting. *Acta Gymnica*, 38(4), 17–24.
- Sigmundová, D., Sigmund, E., Baďura, P., Vokáčková, J., Trhlíková, L., & Bucksch, J. (2016). Weekday-weekend patterns of physical activity and screen time in parents and their pre-schoolers. *BMC Public Health*, 16, 898. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3586-8>.
- Sigmundová, D., Sigmund, E., Vokáčková, J., & Kopčáková, J. (2014). Parent-child associations in pedometer-determined physical activity and sedentary behaviour on weekdays and weekends in random samples of families in the Czech Republic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11, 7163–7181. <https://doi.org/10.3390/ijerph110707163>
- Sterdt E., Liersch S., & Walter U. (2014). Correlates of physical activity of children and adolescents: A systematic review of reviews. *Health Education Journal*, 73(1), 72–89. <https://doi.org/10.1177/0017896912469578>
- Tremblay, M. S., LeBlanc, A. G., Carson, V., Choquette, L., Gorber, S. C., Dillman, C., Duggan, M., Gordon, M. J., Hicks, A., Janssen, I., Kho, M. E., Latimer-Cheung, A. E., LeBlanc, C., Murumets, K., Okely, A. D., Reilly, J. J., Spence, J. C., Stearns, J. A., & Timmons, B. W. (2012). Canadian Physical Activity Guidelines for the Early Years (aged 0–4 years). *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 37(2), 345–356. <https://doi.org/10.1139/h2012-018>
- Tremblay, M. S., & Lloyd, M. (2010). Physical literacy measurement: The missing piece. *Physical and Health Education Journal*, 76(1), 26–30.
- Tröndle, P. (2008). *Wellness: Domácí rozmazlování*. Grada.
- Vanderloo, L. M., Tucker, P., Johnson, A. M., Burke, S. M., & Irwin, J. D. (2015). Environmental influences on preschoolers' physical activity levels in various early-learning facilities. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 86(4), 360–370. <https://doi.org/10.1080/02701367.2015.1053105>

- Vanderloo, L. M., Tucker, P., Johnson, A. M., & Holmes J. D. (2013). Physical activity among preschoolers during indoor and outdoor childcare play periods. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*. 38(11), 1173–1175. <https://doi.org/10.1139/apnm-2013-0137>
- Vašíčková, J. (2016). *Pohybová gramotnost v České republice*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Wainwright, N., Goodway, J., John, A., Thomas, K., Piper, K., Williams, K.L., & Gardener, D. (2020). Developing children's motor skills in the Foundation Phase in Wales to support physical literacy. *Education 3-13*, 48, 565–579.
- Whitall, J., Bardid, F., Getchell, N., Pangelinan, M. M., Robinson, L. E., Schott, N., & Clark, J. E. (2020). Motor development research: II. the first two decades of the 21st century shaping our future. *Journal of Motor Learning and Development*, 8(2), 363–390. <https://doi.org/10.1123/jmld.2020-0007>
- Whitehead, M. (Ed.). (2010). *Physical literacy: throughout the lifecourse*. Routledge.
- Whitehead, M., & Murdoch, E. (2006). Physical literacy and physical education – conceptual mapping. *Physical Education Matters*, 1(1), 6–9.

Mgr. Dita Culková, Ph.D.

PhDr. Petr Schlegel, Ph.D.

doc. PaedDr. Dana Fialová, Ph.D.

Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy a sportu

Univerzita Hradec Králové

dita.culkova@uhk.cz

petr.schlegel@uhk.cz

dana.fialova@uhk.cz

Mgr. Kamil Janiš, Ph.D.

Filozofická fakulta, Katedra filozofie a společenských věd

Univerzita Hradec Králové

kamil.janis.2@uhk.cz