Pozvánka na prednášku z cyklu Chcem vedieť viac: Emócie ako kľúč k dlhodobému vzťahu k pohybu: prečo nestačí o pohybe hovoriť

Datum	15.10.2026
Subjekt	Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave
Autor	Soňa Svetlíková
Region	Slovakia
Kategorie	Sports, fitness and recreation, Universities

Doktorandská škola UCM pozýva na prednášku prof. PhDr. Martina Musálka, Ph.D., s názvom „Emócie ako kľúč k dlhodobému vzťahu k pohybu: prečo nestačí o pohybe hovoriť", ktorá sa uskutoční 16. októbra 2026 o 13.00 hod. prostredníctvom MS Teams.

Pohybová aktivita detí a mladých ľudí dlhodobo klesá a hoci viaceré intervencie dokážu krátkodobo zvýšiť množstvo pohybu, ich účinok po skončení programu často rýchlo mizne. Zásadnou otázkou preto nie je iba ako sa viac rozhýbať, ale predovšetkým ako vytvoriť taký vzťah k pohybu, aby sme ho sami chceli vyhľadávať aj bez vonkajšieho vedenia.

Prednáška predstaví pohľad na pohybovú motiváciu prostredníctvom emócií a konceptu *core affect*. Ten vyjadruje bezprostrednú emocionálnu odozvu organizmu na konkrétnu situáciu. Ak je pohybová skúsenosť spojená s príjemným prežívaním, zvyšuje sa pravdepodobnosť, že dieťa bude podobnú aktivitu opätovne vyhľadávať. Opakovane negatívna skúsenosť môže naopak postupne vytvárať tendenciu pohybu sa vyhýbať.

Na príklade projektu UNCE ukážeme, ako možno tento princíp preniesť do prostredia školskej telesnej výchovy. Zameriame sa na úlohu prežívania, vnímaných motorických kompetencií, pohybovej gramotnosti a sociálneho prostredia človeka. Diskutovaná bude aj otázka, či môže častejšia a pozitívne vedená telesná výchova ovplyvniť nielen správanie dieťaťa v škole, ale aj jeho spontánnu pohybovú aktivitu vo voľnom čase.

Cieľom prednášky nie je ponúknuť jednoduchý návod, ale ukázať, prečo môže byť emocionálna kvalita pohybovej skúsenosti jedným z kľúčových faktorov dlhodobého zotrvania pri pohybovej aktivite.

Hlavná otázka preto znie: Dokážeme sa len viac rozhýbať, alebo aj naučiť sa chcieť sa hýbať?

Prof. PhDr. Martin Musálek, Ph.D., je profesorom kinantropológie na Fakulte telesnej výchovy a športu Univerzity Karlovej v Prahe. Vo svojej vedeckej práci sa dlhodobo venuje vývinovej kinantropológii a skúma vzájomné súvislosti medzi motorickým a kognitívnym vývinom, telesnou zdatnosťou, rastom, zložením tela a biologickým dozrievaním detí a adolescentov. Špecificky sa zameriava na motorickú kompetenciu, koordináciu, základné pohybové zručnosti, lateralizáciu a ich vzťah k pohybovej aktivite, zdraviu a kognitívnym funkciám. Významnou súčasťou jeho výskumu je aj problematika biologického dozrievania mladých športovcov, najmä vo futbale a ľadovom hokeji. Je autorom a spoluautorom množstva vedeckých publikácií a aktívne spolupracuje s výskumnými pracoviskami v Európe, Afrike aj Severnej Amerike.

Link na pripojenie: Doktorandská škola - Emócie ako kľúč k dlhodobému vzťahu k pohybu: prečo

nestačí o pohybe hovoriť | Pripojenie k schôdzi | Microsoft Teams

https://www.ucm.sk/sk/vsetky-novinky/pozvanka-prednasku-z-cyklu-chcem-vediet-viac-emocie-ako-kluc-k-dlhodobemu-vztahu-k-pohybu-preco-nestaci-pohybe-hovorit.html