

Jsou významně vyšší a mají o několik kilogramů víc než jejich vrstevníci v roce 1923. Experti z liberecké katedry tělesné výchovy a sportu porovnávali tělesnou vyspělost české a slovenské mládeže po 100 letech

30.11.2023 - Radek Pírk | Technická univerzita v Liberci

Rozsáhlé unikátní šetření tělesných parametrů a také kondice zorganizovali v roce 1923 otec a syn Roubalovi a letos, přesně po 100 letech, jejich testy zopakovali odborníci z katedry tělesné výchovy a sportu Fakulty přírodovědně-humanitní a pedagogické TUL (KTV).

Děti se vážily a měřily a následně prošly testy motorické výkonnosti, kam patřil skok do dálky z místa, hod míčkem do dálky z místa, shyby podhmatem a rychlostní a vytrvalostní běh. K jakým závěrům tým z KTV došel?

„Současné děti jsou v průměru o 13 cm vyšší a o téměř 10 kg těžší, než jejich tehdejší vrstevníci z roku 1923. To odpovídá dlouhodobým vývojovým trendům v naší populaci,“ říká Lukáš Rubín, akademický pracovník z KTV a zároveň spolugarant odborné studie.

„Co se týká motorické výkonnosti, nejsou výsledky již tak jednoznačné jako u somatických charakteristik a staví nás před řadu otázek. Ano, jsou testy, kde byl propad výsledků očekávatelný jako například u shybů. Nicméně pokles zde není tak dramatický, a naopak, u některých testů, jako skok do dálky či rychlostní běh, vycházejí současné výsledky příznivěji, než by se dalo očekávat,“ říká doktor Rubín.

Organizační tým z KTV k interpretaci dat podotýká, že do druhé poloviny minulého století se motorická výkonnost z důvodu různých faktorů v populaci obecně zvyšovala a teprve v posledních dekáдах byl zaznamenán zvrát a dochází k poklesu tělesné zdatnosti.

„Zkráceně řečeno jsme se tak vrátili na úroveň po 1. světové válce, a navíc trend je stále klesající, což rozhodně není pozitivní zpráva,“ dodává doktor Rubín, který se pohybovou aktivitou a tělesnou zdatností mládeže a sběrem dat k tomuto tématu dlouhodobě zabývá. Je mimo jiné autorem publikace „Pohybová aktivita a tělesná zdatnost českých adolescentů v kontextu zastavěného prostředí“ (2018) a také členem autorského týmu, který zpracovává „Národní zprávu o pohybové aktivitě českých dětí a mládeže“.

„Upozornit bych chtěl především na extrémní hodnoty v tělesné hmotnosti na obou stranách spektra a v pohybové schopnosti v těch nízkých hodnotách, tedy u tělesně nezdatných jedinců. Těchto extrémů v populaci výrazně přibýlo. V roce 1923 byla populace homogennější. I když je v roce 2023 průměrná hodnota podobná, tak zaznamenáváme výraznější extrémní hodnoty. Jedinci tělesně nezdatní, kteří dosahují extrémně nízkých hodnot v pohybové zdatnosti, přitom představují potenciální zdravotní riziko spojené s výskytem civilizačních onemocnění zejména kardiovaskulárního systému souvisejících s nedostatkem pohybu,“ říká Aleš Suchomel, vedoucí

katedry tělesné výchovy a sportu FP TUL, garant odborné studie a zároveň autor publikace „Tělesně nezdatné děti školního věku“ (2006).

Jedním z výsledků odborné erudice katedry v hodnocení tělesného stavu a základních složek tělesné zdatnosti mládeže je mimo jiné akreditace dvou studijních programů: *tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání* a *sport se zaměřením na zdravý životní styl*. V obou těchto programech jsou studentky a studenti vedeni také k tomu, jak motivovat své budoucí klienty k pravidelnému pohybu a rozvoji tělesné zdatnosti.

„Testy jsme prováděli na 15 českých víceletých gymnáziích od Plzně přes Prahu, Pardubice až po Uherské Hradiště, samozřejmě také u nás v Liberci, a zapojilo se péčí kolegyň a kolegů z partnerské Fakulty športu Prešovskej univerzity v Prešově také pět slovenských škol. Je to důležité, protože otec a syn Roubalovi prováděli v roce 1923 svá měření v obdobném rozsahu testovaných osob po celém tehdejší Československu. Poměr českých a slovenských dětí jsme přibližně zachovali. Celkem jsme změřili, zvážili a otestovali 2 599 chlapců a 2 142 dívek ve věku 11–19 let,“ shrnuje docent Suchomel.

<https://www.tul.cz/2023/11/21/jsou-vyznamne-vyssi-a-maji-o-nekolik-kilogramu-vic-nez-jejich-vrstevnici-v-roce-1923-experti-z-liberecke-katedry-telesne-vychovy-a-sportu-porovnavali-telesnou-vyspelost-ceske-a-slovenske-mladeze-po-1>