

Abstrakt

Název: Charakteristika aktivního životního stylu školní mládeže

Cíl: Poskytnout informace o aktivním životním stylu dnešní mládeže, ukázat správné a nesprávné faktory, zjistit a zhodnotit aktivní životní styl vybraných žáků.

Metody: Za formu výzkumu jsme zvolili anonymní dotazník. Vyplnili jej žáci II. stupně základních škol ze dvou jihočeských měst, z Tábora a Českých Budějovic. Výsledky a interpretace jsou uváděny v tabulkách a znázorněny v grafech.

Výsledky: Dotazovaní žáci II. stupně základních škol mají z velké části kladný vztah k tělesné výchově a sportu samotnému, více jak polovina respondentů navštěvuje pravidelně sportovní oddíl.

Klíčová slova: mládež, životní styl, pohybová aktivita, výživa, rizikové faktory