

Abstrakt

Název práce: Měření pohybové aktivity studentů UK FTVS a Palestry pomocí dotazníku IPAQ

Cíle práce:

- zjistit, v jakém rozmezí vykonávají studenti zmiňovaných škol pohybovou aktivitu
- porovnat výsledky mezi sebou a potom s jinými výzkumy
- potvrzení nebo vyvrácení hypotéz
- stanovení závěrů

Metody: dotazníkové šetření

Výsledky:

- studenti obou zmiňovaných škol dosahují vysoké úrovně pohybové aktivity (v porovnání s běžnou populací)
- studenti UK FTVS ve všech pohybových aktivitách jak ve volném čase tak v rámci školy převyšují studenty Palestry
- studenti UK FTVS tráví nejvíce času intenzivní PA v rámci školní výuky, studenti Palestry zase intenzivní PA vykonanou ve volném čase
- ženy na UK FTVS vykonávají více PA než muži

Klíčová slova: intenzivní pohybová aktivita, středně zatěžující pohybová aktivita, mezinárodní dotazník k pohybové aktivitě IPAQ, MET hodnoty, volný čas, mladí dospělí