

Příloha 1. Akcelerometr ActiGraph GT3X a způsob jeho nošení.



Příloha 2. Písemný záznam pohybové aktivity (ActiGraph)

Centrum kinantropologického výzkumu

Univerzita Palackého v

Fakulta tělesné kultury

Olomouci

Záznam týdenní pohybové aktivity (ActiGraph)

Jméno a příjmení: Výška: Hmotnost:

Datum narození: Datum zahájení záznamu: Číslo přístroje:

A. Čas nošení přístroje

Čas zapíšeme každý den ráno a večer při nasazení a odložení přístroje, při příchodu a odchodu ze zaměstnání (školy). Dále zapisujeme čas před zahájením a po ukončení každé tréninkové nebo jiné cvičební jednotky nebo jiné pohybové aktivity pod vedením učitele, trenéra, instruktora nebo cvičitele.

Den měření	1. den	2. den	3. den	4. den	5. den	6. den	7. den	8. den
Ráno - nasazení přístroje - čas								
Příchod do školy - čas Odchod ze školy - čas								
Organizovaná PA-zahájení - čas Organizovaná PA-ukončení - čas								
Neorganizovaná PA-zahájení-čas Neorganizovaná PA-ukončení-čas								
Večer - odložení přístroje - čas								

Poloha přístroje při nošení: Noste přístroj pevně na vašem pase, je jedno zda pod nebo na vašem oblečení. Měl by být nošen na vašem pravém boku (viz obrázek).

Strana přístroje s nápisem ActiGraph by měla směřovat ven od těla, nápis ActiGraph by měl být v dolní polovině. Nasad'te si jej ráno ihned poté, co vstanete z postele.

Sundejte jej těsně předtím, než jdete spát. Během dne přístroj sundávejte pouze na sprchování, koupání a plavání.



