

Abstrakt v českém jazyce

Diplomová práce se zabývá měřením intenzity pohybových aktivit dětí předškolního věku. Hlavním cílem této práce bylo zaznamenat intenzitu pohybových aktivit (PA) u dětí předškolního věku (pět až šest let). Dílčími cíli bylo: porovnat úroveň intenzity PA dětí venku a uvnitř; porovnat úroveň intenzity řízených a volných PA a porovnat intenzitu PA mezi chlapci a dívkami při volných a řízených PA.

Práce v první části obsahuje poznatky o předškolním dítěti spjaté se zdravým pohybem a v druhé části se zabývá praktickým měřením intenzity PA. Měření intenzity PA probíhalo pomocí sporttesterů Polar RS300X a zúčastnilo se ho 19 dětí. Výsledky ukazují, že nejnižší intenzita byla při volných pohybových činnostech uvnitř a nejvyšší intenzita byla při řízeném cvičení venku, přesto intenzita nedosahovala doporučených hodnot.

Klíčová slova: mateřská škola, předškolní, děti, pohybové aktivity, intenzita pohybových aktivit, měření, sporttester