

ABSTRAKT

Stav výživy významně ovlivňuje změny ve stravovacích návycích celých rodin. Dítě se nerodí obézní, ale stává se jím v průběhu svého vývoje, vlivem dědičnosti, výchovným působením rodiny, psychosociálními a kulturními podmínkami společnosti, ve které žije. Každodenní nesprávné návyky dospělých jsou přenášeny i do života dětí a nedodržování zásad zdravého stravování, nedostatek pohybové aktivity, absence odpočinku a relaxace, stres a mnoho dalších činitelů dnešní doby se podílí na vzniku mnoha onemocnění a komplikací zdravotního stavu. Vzhledem k tomu, že neexistují jednotné učebnice pro výuku předmětů Výchova ke zdraví a Zdravý životní styl, a současně ani směrnice, které by vedly pedagogy v předškolním vzdělávání k systematické výchově dětí v této oblasti, zabývám se ve své práci otázkou, jakým způsobem mají možnost se vzdělávat v oblasti zdravého životního stylu a jak získávají kvalitní informace samotní pedagogové. Blíže se zabývám otázkou nadváhy a obezity dětí z pohledu zdravotní gramotnosti, přístupu vybraných ZŠ a MŠ k otázce pohybu a stravování a vhodnými/nevhodnými stravovacími návyky dětí. V první části se zaměřuji na uplatňované programy v oblasti zdravého životního stylu na MŠ a ZŠ, v další části poukazuji prostřednictvím výstupů z šetření a dotazníků na možnosti zlepšení zdravotní gramotnosti společnosti. V závěru své práce bych ráda upozornila na zajímavé projekty v oblasti „zdravého“ stravování a pohybových aktivit a na možnosti jejich implementace do škol a školských zařízení.

KLÍČOVÁ SLOVA

stravovací návyky, školní prostředí, obezita, zdravotní gramotnost, prevence