

---

# Projekt fakulty a radnice bojuje proti špatnému stavu pohybového aparátu dětí

---

## Společný projekt fakulty a radnice bojuje proti špatnému stavu pohybového aparátu dětí

Už více než čtyři stovky žáků, které chodí na některou ze základních škol v Praze 6, vyšetřili odborníci [Fakulty tělesné výchovy a sportu UK](#). V rámci projektu pojmenovaném *Aktivní děti*, na kterém spolupracuje fakulta s městskou částí Praha 6, fyzioterapeuti zkontrolují stav pohybového ústrojí tisícovky školáků. Pokud u nich odhalí nějaké nastupující nebo dokonce už probíhající zdravotní problémy pohybového aparátu, upozorní rodiče, jak proti nim zakročit. Průběžné výsledky testování ukazují, že především u starších dětí jsou nálezy výraznější.



Celý projekt je součástí memoranda o spolupráci mezi Fakultou tělesné výchovy a sportu UK a městskou částí Praha 6, kde škola sídlí. Na základě této dohody FTVS UK připravuje pro obyvatele Prahy 6 různého věku rozličná sportovní či vzdělávací setkání. Na popud místostarosty Petra Ayeboua se zaměřila i na testování zdraví. Odborníci působící na katedře fyzioterapie FTVS UK tak nyní hodnotí stav pohybového ústrojí dětí, které chodí do druhé a šesté třídy některé ze základních škol šesté městské části. „Ti menší jsou z pohledu vývoje pohybového ústrojí ve velmi rizikovém období. Šestou třídu jsme vybrali proto, že to je období, kdy dítě prochází velkou zátěží spojenou s přechodem z 5. třídy na vyšší stupeň, což může mít vliv na pohybovou aktivitu dítěte,“ vysvětlila vedoucí projektu docentka Dagmar Pavlů z FTVS UK. Fyzioterapeuti vyšetří okolo tisícovky dětí, jejichž rodiče se zapojením do projektu souhlasili. Tito žáci spolu se svými učiteli chodí postupně na fakultu, kde testování probíhá, případně odborníci docházejí přímo do škol. „Nejprve u dítěte ohodnotíme držení těla. Díváme se, jaké odchylky od normy vykazuje. Hodnotíme kloubní pohyblivost a svalovou sílu. Sledujeme, zda nemá zkrácené svaly. Pátráme po tzv. kloubních blokáдах, které mohou ovlivnit celkové držení těla

nebo funkční stav. Zajímají nás také koordinační a motorické schopnosti," popsala průběh vyšetření docentka Pavlů. Kromě toho odborníci vyhodnocují i získané dotazníky, jež vyplňují rodiče a prostřednictvím kterých zjišťují, jakým pohybovým aktivitám se děti věnují ve volném čase.

Smyslem celého projektu je předejít chronickým onemocněním pohybového aparátu, která se kvůli nevhodnému životnímu stylu můžou – u dnes třeba zdravých dětí – postupně vyvinout. Na základě vyšetření předají odborníci rodičům hodnocení screeningu a v případě, že dopadne nepříznivě, získají rodiče i doporučení, co mohou pro zlepšení stavu pohybového aparátu svých potomků učinit. Odborníci zároveň informují i učitele, jaká preventivní či kompenzační cvičení mohou se svými žáky dělat.

Fyzioterapeuti dosud vyšetřili na čtyři stovky školáků. Z průběžných výsledků se zatím ukazuje, že optimální nejsou především koordinační schopnosti dětí, což se týká zvláště šestňáků. Podle docentky Dagmar Pavlů je to vedle jiného dáno i tím, že na rozdíl od těch mladších se starší děti mimo vyučování mnohem méně hýbou a většinu svého volného času tráví sezením, hlavně u počítačů. To by se pro zachování zdravého pohybového ústrojí mělo změnit.