Buďte Aktivní školou, přihlaste se do projektu, který pomůže rozpohybovat mládež v kraji



23. 03. 2026 13:44

Liberecký kraj ve spolupráci s Technickou univerzitou v Liberci (TUL) podpoří fyzickou aktivitu mládeže v regionu a společně chtějí rozpohybovat mládež v kraji. Projekt s názvem Aktivní škola je zaměřen na základní a střední školy a kraj jej podpoří třemi miliony korun. Zájemci se již nyní mohou do Aktivní školy hlásit online.

„Cílem projektu je zhodnotit podmínky k pohybovým a sportovním aktivitám ve školách a nabídnout školám manuál s příklady dobré praxe a doporučeními, jak děti k pohybu pozitivně motivovat,“ řekl Lukáš Rubín, vedoucí katedry tělesné výchovy a sportu FP TUL, který je hlavním řešitelem projektu Aktivní škola v Libereckém kraji.

„Uvědomujeme si zhoršující se stav fyzické kondice dětí a mládeže obecně a chceme s tím aktivně jako zřizovatel středních škol něco dělat,“ uvedl Martin Půta, hejtman Libereckého kraje. *„Jednou z cest je tento projekt, protože míří do prostředí, kde mládež tráví většinu svého času, tedy do škol. Jsem rád, že můžeme i v této oblasti spolupracovat s libereckou univerzitou. Proto Liberecký kraj projekt Aktivní škola podpořil třemi miliony korun.“*

Projekt počítá se zapojením 30 základních škol a 10 středních škol v kraji. Organizace bude plně na TUL, která zajistila i projektový tým. Jeho součástí budou i studenti a studentky studijního programu sport se zaměřením na zdravý životní styl, který se vyučuje na katedře tělesné výchovy a sportu FP TUL.

"Na Technické univerzitě v Liberci má propojení akademického prostředí a sportu pevnou a dlouholetou tradici. Podporovat sportovní a pohybové aktivity u mladých lidí je podle mého názoru přirozený a současně společensky významný úkol univerzity. U současné mladé generace ho vnímám

dokonce ještě naléhavěji než dříve. Právě proto je projekt Aktivní škola tak skvělý a důležitý. Nejefektivnější je totiž ukázat mladým lidem cestu ke zdravému pohybu co nejdříve. A zapojení našich studentek a studentů ze studijního programu zaměřeného na sport a zdravý životní styl je pro univerzitu nejen vítaným bonusem, ale hlavně důkazem, že to funguje i v praxi," uvedl rektor Technické univerzity v Liberci Aleš Kocourek.

Projekt Aktivní škola vychází ze strategické metodiky ministerstva školství, pilotně ho loni zavedli s úspěchem v Jihomoravském kraji, letos se k němu kromě Libereckého kraje hlásí také Pardubický a Královéhradecký kraj.

„Chceme se zaměřit na to, jak škola využívá aktivní přestávky, aktivní výuku mimo hodiny tělesné výchovy, jak pracuje s pohybovými aktivitami před vyučováním a po vyučování. Projekt také řeší, jestli škola podporuje děti a mládež k aktivní dopravě do školy na koloběžce nebo na kole, a další parametry. Způsobů podpory dětí k pohybu ve škole je celá škála, které si vedení škol někdy třeba ani neuvědomuje. Projekt má školám pomoci zhodnotit stávající stav a najít prostor pro nová řešení nebo zlepšení s konkrétními návrhy. Jako kraj chceme být s libereckou univerzitou partnerem, který školám pomůže. Cíl je jediný: dopřát více zdravého pohybu nejmladším generacím,“ vysvětlila radní Libereckého kraje pro školství a sport Jitka Skalická.

Nyní se školy mohou do projektu hlásit, a to prostřednictvím webových stránek **aktivniskolavlk.tul.cz**, následně projektový tým školy navštíví. Ve druhé polovině roku řešitelé uspořádají setkání a minimálně jednu větší konferenci, na které dosavadní pozorování a výstupy zhodnotí a prezentují. Výstupem projektu bude také shrnutí dobré praxe a metodika pro školy. Školy, které dosáhnou dobrého hodnocení, mohou získat certifikát Aktivní škola.

„Škola je místem, kde děti tráví podstatnou část dne, a kde vznikají návyky, které ovlivňují jejich zdraví na celý život. Projekt Aktivní škola pomáhá školám rozšiřovat příležitosti k pohybu a odstraňovat překážky, které brání dětem se pravidelně hýbat. Jsem proto rád, že se tomuto projektu věnuje Liberecký kraj, který je znám svou bohatou sportovní tradicí, navíc ve spolupráci s Technickou univerzitou v Liberci. Je to krok, který může významně přispět k dlouhodobému rozvoji sportu a zdravého životního stylu v regionu i v celé republice a naplňovat tak naši snahu propojit vzdělávání, sport a místní samosprávu tak, aby děti měly ke zdravému pohybu co nejlepší podmínky,“ sdělil Karel Kovář, předseda Národní sportovní agentury.

Trend je klesající

Rozpohybovat mládež je zásadní úkol. Liberecký kraj a TUL vidí jako rozumnější a hospodárnější investovat do prevence, tedy do pohybu dětí teď než později dávat o mnohem více peněz do léčby následků nedostatečného pohybu a civilizačních chorob.

Výzkumníci katedry tělesné výchovy a sportu FP TUL před třemi lety uveřejnili první výsledky rozsáhlého šetření, při němž porovnávali kondici a fyzickou zdatnost u dětí na 20 českých a slovenských školách v průběhu posledních sta let. Z dat vyplynulo, že do druhé poloviny 20. století se motorická výkonnost v populaci obecně zvyšovala a teprve v posledních dekádách byl zaznamenán zvrat a dochází k poklesu tělesné zdatnosti.

„Zkráceně řečeno jsme se tak vrátili na úroveň po 1. světové válce, a navíc trend je stále klesající, což

rozhodně není pozitivní zpráva. Je naší povinností a závazkem se minimálně pokusit o zastavení dlouhodobě negativního trendu poklesu úrovně tělesné zdatnosti a pohybové aktivity na různých úrovních včetně regionální“ uvedl tehdy doktor Rubín, který se pohybovou aktivitou a tělesnou zdatností mládeže a sběrem dat k tomuto tématu dlouhodobě zabývá a mimo jiné je spoluautorem Národních zpráv o pohybové aktivitě českých dětí a mládeže.

Tisková zpráva: Technická univerzita v Liberci a Liberecký kraj