

Zpráva o činnosti Meziresortní pracovní skupiny pro pohyb za roky 2024–2025

Úvod

Závěrečná zpráva shrnuje hlavní oblasti činnosti Meziresortní pracovní skupiny pro pohyb (MPS POHYB nebo také jen „skupina“), projednávaná témata, přijatá doporučení a konkrétní výstupy využitelné při tvorbě národních politik na podporu zdravého životního stylu.

MPS POHYB byla zřízena 9. listopadu 2023 jako poradní orgán Ministerstva zdravotnictví ČR na základě dekretu č. 16/2023/ZDM. Jejím cílem je zvyšovat kvalitu pohybových aktivit ve všech oblastech života tak, aby každý měl přístup k bezpečnému prostředí a rozmanitým příležitostem k pohybu podporujícím zdraví jednotlivců i komunit a přispívajícím k sociálnímu, kulturnímu a hospodářskému rozvoji. Skupina se zaměřuje na tvorbu koncepčních doporučení pro podporu aktivní společnosti, prostředí a systémů. Při své činnosti uplatňuje zásady lidských práv, rovnosti, proporcionality, praxe založené na důkazech, soudržnosti politik a víceodvětvového partnerství.

Organizačně je rozdělena do šesti odborných podskupin: sport pro všechny, výkonnostní a vrcholový sport, pohybová aktivita ve školách, strategická komunikace, vzdělávání, doporučené postupy. V letech 2024–2025 byla skupina klíčovým aktérem při koordinaci politik podpory pohybové aktivity napříč resorty. V roce 2024 se uskutečnilo pět jednání, v roce 2025 čtyři. Skupina se podílela na přípravě legislativních návrhů k novelizaci zákona č. 373/2011 Sb., o specifických zdravotních službách, ve znění pozdějších předpisů, zákona č. 121/2025 Sb., kterým se mění zákon č. 115/2001 Sb., o podpoře sportu, ve znění pozdějších předpisů, vyhlášky č. 391/2013 Sb., o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu. Svými podněty přispěla rovněž k tvorbě strategického národního rámce Zdraví 2035.

1. Odborná skupina sport pro všechny

Odborná skupina sport pro všechny se zaměřuje na podporu pohybových aktivit jako nedílné součásti primární prevence a zdravého životního stylu. Jejím cílem je vytvářet podmínky pro aktivní trávení volného času a podporovat jak organizované, tak neorganizované formy pohybových aktivit. Skupina se soustředí na rozvoj infrastruktury pro sport pro všechny, zejména s ohledem na snížení zdravotních rizik, a na podporu zaměstnavatelů při zavádění pohybových aktivit do pracovního prostředí.

Činnost skupiny je multisektorová a propojuje zdravotnictví, sport, vzdělávání, zaměstnavatele i komunitní iniciativy, aby pohybová aktivita byla dostupná a přirozenou součástí každodenního života.

V průběhu let 2024 a 2025 odborná skupina realizovala řadu významných aktivit, které zásadně přispěly k podpoře pohybové aktivity a rozvoji aktivního životního stylu v ČR. Mezi nejvýznamnější patřila národní kampaň „Aktivní září“, která proběhla v obou letech a zaznamenala mimořádný zájem veřejnosti. V roce 2024 se uskutečnilo více než 860 akcí s účastí 164 tisíc osob, zatímco v roce 2025 počet akcí vzrostl na 1 225 a zapojilo se téměř 300 tisíc účastníků. Do kampaně se aktivně zapojilo 153 škol, 135

sportovišť, více než 40 firem a desítky neziskových organizací, což potvrzuje její široký společenský dopad.

Dalším významným počinem byla odborná konference pořádaná v květnu 2024 v Senátu ČR Nadačním fondem Aktivní Česko ve spolupráci s partnery. Konference se zaměřila na strategické otázky podpory pohybové aktivity a propojila odborníky z oblasti zdravotnictví, sportu, vzdělávání a veřejné správy.

Významným výstupem byla také studie o ekonomických dopadech pohybových aktivit ve společnosti, připravená ve spolupráci s klíčovými partnery – Aktivní Česko, Deloitte ČR a Národní sportovní agenturou. Studie byla dokončena a představena 15. května 2025 na Národní konferenci o podpoře sportu a pohybu a poskytla důležité argumenty pro tvorbu politik založených na důkazech.

Další oblastí činnosti byla také příprava a realizace zkoušky pro profesní kvalifikaci „Instruktor pohybových aktivit osob s civilizačními onemocněními“. První zkoušky se uskutečnily 28. února 2025 ve Fitness Aquapalace Čestlice pod záštitou České komory fitness a za odborné účasti předních specialistů. Součástí činnosti skupiny bylo také budování aktivní sítě partnerů a podporovatelů, která posílila mezioborovou spolupráci a umožnila efektivnější realizaci společných projektů.

2. Odborná skupina pro výkonnostní a vrcholový sport

Odborná skupina pro výkonnostní a vrcholový sport se zaměřuje na rozvoj sportovního prostředí a podporu organizovaného sportu pro všechny, včetně dostupných aktivit pro širokou veřejnost a zapojení dětí, mládeže i dospělých do sportu. Důležitou oblastí je péče o vrcholové sportovce. Součástí činnosti je také příprava strategických dokumentů, spolupráce na tvorbě národních koncepcí a rámců, stejně jako rozvoj vzdělávacích a osvětových programů pro školy a komunity s cílem propagovat zdravý životní styl prostřednictvím sportu.

V průběhu let 2024 a 2025 odborné skupiny realizovaly řadu významných aktivit, které přispěly k podpoře pohybové aktivity, rozvoji sportu a tvorbě strategických dokumentů. Jedním z klíčových legislativních výstupů bylo vrácení navrhovaného zrušení částí zákona o specifických zdravotních službách, týkajících se vrcholových a výkonnostních sportovců. Díky této aktivitě zůstávají vrcholoví a výkonnostní sportovci v režimu zákona, což znamená zachování povinnosti lékařských prohlídek. Amatérští sportovci nadále nejsou zahrnuti do tohoto zákona.

Skupina se podílela na spolupráci při tvorbě návrhu zákona o sportu, jehož projednání ve vládě ČR bylo prozatím odloženo. Současně se připravují doporučení pro vysoké školy a univerzity, aby byly do vyučovacích plánů zařazeny hodiny tělesné výchovy.

Významné odborné akce zahrnovaly „Národní konferenci o podpoře sportu a pohybu“, která se uskutečnila 13. května 2025 v prostorách O2 universum, a konferenci „Věda, výzkum, sport a pohybová aktivita nejen v medicíně“, zaměřenou na propojení vědeckých poznatků s praxí.

Odborná skupina také projednává „Národní model zdravotní péče pro reprezentanty ČR“, jehož cílem je zajistit komplexní zdravotní péči pro sportovní reprezentanty. Diskutovány byly také zásady výběru sportovního talentu, metody sledování úrazovosti a preventivní opatření pro minimalizaci zdravotních

rizik. Dalším tématem bylo nastavení pravidel a metodik reflektujících požadavky Mezinárodního paralympijského výboru (IPC) pro rozvoj para sportu v ČR. Skupina se rovněž zabývala kategorizací náročných sportovních disciplín a specifiky posuzování zdravotní způsobilosti u dětí.

3. Odborná skupina pro pohybovou aktivitu ve školách

Podpora pohybové aktivity je realizována napříč všemi věkovými kategoriemi. V předškolním věku se klade důraz na rozvoj motorických dovedností a prevenci sedavého způsobu života od raného věku. Na základních a středních školách je cílem systematické začlenění pohybu do vzdělávacích programů a motivace žáků k pravidelnému cvičení, které podporuje jejich fyzické i duševní zdraví.

V letech 2024–2025 byly realizovány významné aktivity zaměřené na podporu pohybové aktivity ve školách a školských zařízeních. V dubnu 2024 byl rozšířen metodický materiál „Aktivní škola“ o kapitulu „Aktivní školka“, zveřejněný na webu České školní inspekce jako inspirace pro začleňování pohybových aktivit do každodenního režimu. Tyto kroky navazují na „Plán podpory pohybu dětí, žáků a studentů ve školách“ a státní politiku školního a vysokoškolského sportu pro období 2024–2028. Koncem roku 2024 schválilo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) nové „Rámcové vzdělávací programy“ pro předškolní a základní vzdělávání, které posílily důraz na všestranný rozvoj pohybových dovedností, význam pravidelné pohybové aktivity pro fyzické i duševní zdraví a prevenci úrazů. Obsah výchovy ke zdraví a bezpečí byl rozšířen o témata wellbeingu, duševního zdraví a prevence rizikového chování.

V roce 2025 byl zveřejněn „Metodický pokyn k zařazování a uvolňování žáků z tělesné výchovy“ a vydáno „Metodické doporučení k realizaci školních sportovních soutěží“. Současně proběhla příprava webového portálu „Pohyb a zdraví na školách“ v rámci jednotného metodického portálu MŠMT. Dalšími aktivitami jsou příprava podkladů pro výzkum zaměřený na standardizaci pohybové gramotnosti, tvorbu testových souborů a realizace projektu „Moje základka“, kdy vrcholoví sportovci navštěvují školy a besedují s žáky. Přípravuje se také videokampaň pohybu za účasti reprezentantů, olympioniků a známých osobností.

Součástí činnosti je příprava systému kurzů celoživotního vzdělávání zaměřených na zvyšování kompetencí v oblasti tělesné výchovy, sportu a rozvoje pohybových aktivit, sběr dat a analýza kvality a dostupnosti sportovišť vysokých škol. Podpora pohybu na školách zahrnuje posílení spolupráce s partnery, zvýšení dostupnosti vzdělávacích příležitostí prostřednictvím více než 400 kurzů, sdílení dobré praxe a hledání efektivních způsobů financování projektů. Mezi realizované projekty patří „Stezka Českem pro školy“ zaměřená na vzdělávání v přírodě, „Aktivní škola“ podporující pravidelný pohyb dětí, „Moje základka“ propojující školy se sportovci a videokampaň propagující pohyb.

4. Odborná skupina pro strategickou komunikaci

Odborná skupina pro strategickou komunikaci zajišťuje koordinaci komunikačních aktivit podle schválené strategie MPS POHYB, jejímž cílem je efektivně šířit informace o významu pohybové aktivity pro zdraví populace. Součástí činnosti je tvorba materiálů a mediálních výstupů v jednotném vizuálním stylu, které propojují pohyb s prevencí a péčí o zdraví.

V roce 2025 se odborná skupina zaměřila na analytickou a komunikační činnost s cílem posílit podporu pohybových aktivit prostřednictvím moderních nástrojů a datových analýz. Jedním z klíčových výstupů bylo vytvoření AI asistenta pro podporu pohybu, který slouží k vyhledávání relevantních materiálů, řešerším a sledování aktuálních témat.

Skupina připravila heatmapu témat souvisejících s pohybem a sportem, definovala klíčová slova pro monitoring aktivit a provedla analýzu mediálního pokrytí problematiky pohybové aktivity. Dokončila komunikační strategii MPS POHYB, která stanovuje jednotný vizuální styl a obsahovou koordinaci napříč všemi odbornými skupinami. Současně poskytla podporu aktivitám celé MPS POHYB a připravila podklady s možností využití dat zdravotních pojišťoven pro analýzu pohybové aktivity obyvatel ČR, sledování zdravotního stavu, účinnosti preventivních opatření a ekonomických dopadů nedostatku pohybu, včetně predikce trendů a úspor díky prevenci.

5. Odborná skupina pro vzdělávání

Podpora vzdělávání v oblasti pohybových aktivit je realizována napříč všemi úrovněmi vzdělávacího systému i v rámci celoživotního vzdělávání. Odborná skupina pro vzdělávání se zaměřuje na přípravu a rozvoj vzdělávacích programů pro učitele základních, středních a vysokých škol, zejména v oblasti pohybových aktivit a metodiky jejich začleňování do výuky. Dále podporuje výuku tělovýchovného lékařství na lékařských fakultách, vzdělávání pracovníků sociálních služeb a zvyšování kompetencí odborníků ve fitness sektoru se zaměřením na zdravotní přínosy pohybu. Součástí činnosti je také podpora edukačních aktivit pro širokou veřejnost s cílem propagovat význam pohybových aktivit pro zdraví.

V letech 2024 a 2025 byla zmapována doporučení pro zlepšení vzdělávání v oblasti pohybových aktivit. Další významnou aktivitou byla příprava a realizace zkoušky pro profesní kvalifikaci „Instruktor pohybových aktivit osob s civilizačními onemocněními“. Odborný garant se současně podílel na přípravě odborné konference „Věda, výzkum, sport a pohybová aktivita nejen v medicíně“, která proběhla v květnu 2025.

6. Odborná skupina pro doporučené postupy

Odborná skupina se zaměřuje na tvorbu a implementaci doporučených postupů pro pohybové aktivity, které jsou určeny jak pro celou populaci, tak pro specifické skupiny osob s vybranými onemocněními nebo omezeními.

V letech 2024 a 2025 probíhala intenzivní spolupráce s regionální kanceláří WHO a odbornými společnostmi s cílem finalizovat překlad „Doporučených postupů WHO pro pohybovou aktivitu ve vztahu k sedavému chování“ a zahájila kroky k jejich implementaci do národní praxe.

Závěr

Meziresortní pracovní skupina pro pohyb v letech 2024–2025 zásadně podpořila rozvoj politik a opatření pro zvýšení pohybové aktivity. Díky spolupráci sektorů zdravotnictví, školství, sportu a zaměstnavatelů vznikl komplexní rámec propojující prevenci, vzdělávání a legislativní podporu.

Rok 2026 bude zaměřen na posílení systémového přístupu k podpoře pohybové aktivity a na propojení zdravotních, vzdělávacích a sportovních politik tak, aby vznikl ucelený rámec pro zdravý životní styl obyvatel ČR.