

Abstrakt

Název: Vliv pohybové aktivity na kvalitu života osob ve výkonu trestu odnětí svobody.

Cíle: Hlavním cílem práce je zjistit, zda se úroveň zdravotně orientované zdatnosti a kvality života osob ve výkonu trestu odnětí svobody po aplikaci desetitýdenního cvičebního programu zvýší. Dalším cílem je zjistit, zda se výsledky sledovaných aspektů absolventů cvičebního programu budou výrazně lišit od výsledků odsouzených, jež cvičební intervenci nepodstoupili.

Metody: Jedná se o empiricko-teoretickou práci. Kvantitativního výzkumu se zúčastnily čtyři výzkumné soubory. Výzkumné soubory I. (N=5) a II. (N=7) před a po absolvování organizovaného desetitýdenního pohybového programu vyplňovaly dotazník kvality života vlastní konstrukce a podstoupily testování zdravotně orientované zdatnosti pomocí testové baterie Fitnessgram. Dílčí motorické testy hodnotily vytrvalost, svalovou sílu a flexibilitu. Toto měření rovněž proběhlo před a po absolvování organizovaného desetitýdenního pohybového programu. Probandům výzkumného souboru III. (N=15) a IV. (N=15) byl k dispozici pouze dotazník kvality života, a to ve dvou termínech, shodných s měřením výzkumných souborů I. a II.

Výsledky: Výsledky ukázaly pozitivní vliv pravidelné pohybové aktivity na fyzickou kondici zúčastněných, kteří vykazovali ve většině případů zlepšení zdravotně orientované zdatnosti. Zároveň došlo ke zvýšení kvality života u probandů, jež podstoupili cvičební program, a to ve všech zjišťovaných oblastech. U výzkumných souborů III. a IV. se kvalita života naopak snižovala, nebo hodnoty jejího měření stagnovaly. Efekt pohybové intervence na kvalitu života u osob ve výkonu trestu odnětí svobody lze hodnotit kladně.

Klíčová slova: penologie, kriminalistika, vězeňství, výkon trestu odnětí svobody, pohybová aktivita, zdatnost, kvalita života