

OFICIÁLNE ODBORNÉ STANOVISKO K OUTDOOROVEJ HRE 2025



Outdoorová hra podporuje celostne a komplexne zdravie a pohodu jednotlivcov všetkých vekových kategórií, komunít a prostredí, ako aj celej našej planéty. Je kľúčová vzhľadom na množstvo globálnych výziev, ktorým čelíme v súčasnosti (napr. sociálne a zdravotné nerovnosti, zmena klímy a digitálna závislosť). Spoločne, ako kolektív zastrešujúci národné organizácie, výskumníkov, odborníkov z praxe a partnerské organizácie s cieľom propagovať, chrániť a zachovávať prístup k outdoorovej hre pre všetkých, odporúčame zvyšovať príležitosti pre outdoorovú hru v každom prostredí, kde ľudia žijú, učia sa, hrajú sa a pracujú. Na dosiahnutie tohto cieľa je dôležitá spolupráca naprieč sektormi, prostrediami a spoločnosťou s cieľom zachovať, podporovať a oceňovať spravodlivý prístup k outdoorovej hre a k prírode.

PREAMBULA

Oficiálne odborné stanovisko k outdoorovej hre z roku 2015¹ a podporné dôkazy^{2,3} preukázali prínosy outdoorovej hry pre zdravie a pohodu detí. V priebehu desiatich rokov sa výskum v tejto oblasti zvýšil desaťnásobne^{4,5} a došlo k zvýšenému financovaniu projektov zameraných na outdoorovú hru⁶. Stanovisko z roku 2015 malo tiež významný vplyv na politiku, výskum a prax na globálnej úrovni⁶. Medzinárodná skupina pozostávajúca z výskumníkov a odborníkov z praxe sa spojila s cieľom vytvoriť Oficiálne odborné stanovisko k outdoorovej hre 2025 (ďalej len Stanovisko), aby poukázala na doterajšie úspechy, aktualizovala, prehodnotila, prehĺbila empirické dôkazy a

rozšírila pôsobnosť Stanoviska tak, aby pokrývalo všetky vekové skupiny a malo medzinárodný dosah.

Stanovisko z roku 2025 prináša víziu sveta, v ktorom outdoorová hra prispieva k riešeniu globálnych výziev, ako sú zdravotné krízy, zmena klímy a zároveň podporuje napĺňanie [17 cieľov udržateľného rozvoja OSN](#)⁷. Spoločne, ako odborníci na outdoorovú hru, chceme budovať zdravšie a odolnejšie komunity tým, že outdoorovú hru začleníme do každodenného života, pričom zabezpečíme spravodlivý prístup a rovnaké príležitosti pre všetkých tých, ktorí sa do nej chcú zapojiť.

Toto Stanovisko vyzýva na systémovú zmenu a poskytuje odporúčania pre jednotlivcov,

komunity aj rôzne sektory, pričom smeruje k tomu, aby sa outdoorová hra stala základným ľudským právom a neoddeliteľnou súčasťou udržateľnej spoločnosti.

Toto Stanovisko bolo vypracované na základe dvanástich systematických prehľadových štúdií, šiestich regionálnych štúdií, analýzy prostredia a konzultácií s viac ako 200 odborníkmi z celého sveta, zastupujúcimi všetky obývané kontinenty.

Stanovisko je postavené na deviatich kľúčových tematických oblastiach:

- Zdravie a pohoda (telesná, mentálna, sociálna a spirituálna)
- Jedno zdravie

- Príroda a životné prostredie
- Ľudské práva a politika
- Komunita, vzťahy a partnerstvá
- Sociálny kapitál
- Vzdelávanie a učenie sa
- Nové perspektívy
- Pohybové správanie

Podrobnejšie informácie o celom procese a zisteniach vedúcich k vypracovaniu Stanoviska v roku 2025 sú uverejnené v časopise Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity (pozri odkazy na strane 7).

Outdoorová hra...

...nám pomáha viac sa hýbať, dlhšie sa hrať a lepšie spať

Keď sa hráme vonku, viac sa hýbeme, menej sedíme a zároveň menej času trávim pred obrazovkami, čo vedie k lepšiemu spánku^{2,8-25}.

Vonkajšie prostredie môže prirodzene podnecovať ľudí k spontánnym a zábavným aktivitám^{21,25-33}.

...je katalyzátorom na udržanie si zdravia a pohody

Outdoorová hra môže posilniť zdravie i pohodu (telesnú, mentálnu, sociálnu a spirituálnu)^{2,3,26,34-43}. Ponúka tiež príležitosť spájať sa, objavovať aktivity pozitívne podporujúce naše zdravie a zapájať sa do nich^{34,36,38,39}.

...prirodzene rozvíja sebavedomie

Vonkajšie prostredie poskytuje dynamický priestor pre hravé dobrodružstvá a akceptovateľné riziko - nevyhnutnú súčasť zdravého vývinu^{3,35,44} aj starnutia⁴⁵⁻⁴⁷. Zapojenie v aktívnej, primerane náročnej outdoorovej hre podporuje rozvoj sebavedomia, odolnosť a zručnosti v oblasti riešenia problémov, pričom zároveň prispieva k posilneniu samostatnosti, celkovej pohody a pohybovej gramotnosti jednotlivcov^{3,35,48-52}.

...ponúka cestu k šťastnejšej a zdravšej planéte

Outdoorová hra môže prepojiť viacero sektorov, ako napríklad zdravotníctvo, vzdelávanie, voľný čas či životné prostredie, pričom zároveň uznáva vzájomnú súvislosť medzi pohodou ľudí, inými živými organizmami a prostredím⁵³⁻⁵⁷.

Posilňuje tiež vzťah človeka s prírodou, čím prispieva k zdravším komunitám, silnejším ekosystémom a udržateľnejšiemu spôsobu života^{47,53,58,59}.

...buduje odolnosť voči zmene klímy a zodpovedné riadenie pre udržateľnú budúcnosť



Aktívne zapojenie sa do outdoorovej hry prehlbuje vzťah s prírodou a záujem o ochranu životného prostredia⁶⁰⁻⁶⁴. Hoci klimatická zmena môže obmedzovať príležitosti na outdoorovú hru, práve takáto hra, ak je prirodzenou súčasťou každodenného života, môže vytvárať kultúru, v ktorej sa ľudia všetkých vekových kategórií hrajú, učia sa, rastú a prosperujú spoločne, pričom sa prispôbujú zmene klímy a budujú si odolnosť voči nej^{54,55,57,65,66}.

...spája komunity

Zážitok zo spoločnej outdoorovej hry prispieva k rozvoju silnejších komunít, uchovávaniu kultúrnych tradícií a posilňovaniu rozmanitosti, čím sa zároveň prehlbuje pocit príslušnosti ku komunite^{27,67-71}. Súdržné komunity následne vytvárajú bezpečné a podporujúce prostredie, ktoré podnecuje občiansku zodpovednosť, samostatnosť a záujem o outdoorovú hru naprieč všetkými vekovými kategóriami^{67,68,71-75}.

...vytvára rozmanité vzdelávacie príležitosti

Outdoorová hra vytvára podmienky pre rozmanité a zmysluplné formy učenia, podporuje zvedavosť, tvorivé myslenie, spoluprácu a riešenie problémov^{27,41,76-79}. Zároveň rozvíja odolnosť, schopnosť adaptácie a napomáha sociálnemu, emocionálnemu a kognitívnemu rastu v priebehu celého života^{46,50,76,80,81}.

...môže znížiť nadmerný čas trávený vo vnútri

Nadmerné trávenie času vo vnútri môže prispievať k sedavému spôsobu života, zvýšenému používaniu obrazoviek a vystaveniu sa znečisťujúcim látkam, alergénom či infekčným chorobám⁸²⁻⁸⁹. Outdoorová hra napomáha obnovovať zdravú rovnováhu medzi pobytom vo vnútri a vonku^{1,29,90}.

Nové perspektívy: Rozširovanie možností outdoorovej hry

Rozširovanie hraníc poznania v oblasti outdoorovej hry otvára nové a naliehavé otázky, ktoré vyzývajú na prehodnotenie tradičných prístupov a vytvárajú priestor pre transformačné zmeny.

Hľadanie odpovedí v rôznych neprebádaných oblastiach si vyžaduje spoluprácu výskumu, politiky a praxe s cieľom spoločne utvárať budúcnosť outdoorovej hry.

>> Môže outdoorová hra pretvoriť pohybové návyky dospelých?

- Ako pohybová aktivita, sedavé správanie a spánkové vzorce vzájomne súvisia s outdoorovou hrou u dospelých?
- Môže byť outdoorová hra kľúčom k posilneniu telesného a mentálneho zdravia v priebehu celého života?

>> Môže byť riziková outdoorová hra kľúčovým faktorom rozvoja mozgovej plasticity?

- Do akej miery môže prijímanie primeraného rizika, napríklad lezenie do väčších výšok, rýchlejší pohyb, skúmanie neznámeho, podporovať plasticitu mozgu, posilňovať kognitívne funkcie, zlepšovať adaptáciu na nové prostredie a celoživotné výzvy alebo prispievať k regenerácii po zraneniach?

>> Ako vyzerá outdoorová hra v rôznych častiach sveta?

- Ako rôzne kultúrne, prírodné a spoločensko-politické podmienky ovplyvňujú spôsoby, akými sa ľudia venujú outdoorovej hre?
- Ako môžeme vzájomne zdieľať skúsenosti a učiť sa z osvedčených prístupov rôznych regiónov a kultúr?

>> Ako preklenúť priepasť medzi výskumom a reálnou praxou?

- Kde vzniká medzera medzi tým, čo skúmame, a tým, čo sa deje v každodennej praxi?
- Ako môže výskum účinnejšie formovať politiky a prax podporujúce outdoorovú hru?

>> Môžu byť školy a školské dvory navrhnuté a využívané ako priestory podporujúce pohyb, tvorivosť a učenie sa?

- Ako možno začleniť outdoorovú hru do formálneho vzdelávania – nielen ako rozptýlenie, ale ako jeho neoddeliteľnú súčasť?
- Ako by vyzerala škola, ktorá by bola od základu koncipovaná pre aktívny pohyb a outdoorovú hru?
- Môžu školské dvory slúžiť širšiemu účelu – ako komunitné priestory pre outdoorovú hru?

>> Ako navrhnuť mestá, ktoré pozývajú k hre na každom kroku?

- Aké urbanistické prvky – od parkov až po ulice podporujúce biodiverzitu, zdravý životný štýl a hravosť – umožňujú, aby sa outdoorová hra stala prirodzenou, dostupnou a inkluzívnou pre všetkých?

>> Mohla by byť outdoorová hra prostriedkom na dosiahnutie globálnej udržateľnosti?

- Čo ak práve outdoorová hra predstavuje kľúč k riešeniu niektorých z najväčších globálnych výziev ako sú zmena klímy a zdravotných, či sociálnych nerovností?
- Ako je outdoorová hra prepojená s cieľmi udržateľného rozvoja OSN a aké politiky by mohli zosilniť jej vplyv?

➤➤ **Môže outdoorová hra predstavovať účinný protilek voči negatívnym vplyvom sociálnych médií, nadmernému používaniu obrazoviek, úzkostiam alebo sociálnej izolácii?**

- Ako môžeme v digitálnom veku opätovne podporiť pohyb, vzťah k prírode a osobný medziľudský kontakt?

Každá z týchto otázok prináša príležitosť na prehodnotenie tradičných prístupov a zváženie úlohy outdoorovej hry ako formujúceho faktora zdravších a odolnejších jednotlivcov a komunít. Ďalší krok? Odvážny výskum, inovatívna politika a záväzok konať!

Výzva k akcii:

Odporúčania na podporu outdoorovej hry pre prax

➤➤ **Spoločnosť:** Podporujte kultúru, ktorá si cení a uprednostňuje outdoorovú hru ako súčasť každodenného života. **Vytvárajte** a zlepšujte prístup k priestorom, kde si každý môže užiť outdoorovú hru. **Zasadzujte sa** za spoluprácu medzi výskumníkmi, pedagógmi, urbanistami, odborníkmi na zdravie a tvorcami politik, aby sa outdoorová hra stala prioritou v oblasti zdravia.

➤➤ **Výskum a monitoring:** **Investujte** do zberu dát a systémov monitorovania, ktoré umožnia sledovať trendy v oblasti outdoorovej hry a identifikovať nepokryté oblasti a nerovnosti prístupu k nej.

Skúmajte optimálnu kvalitu a kvantitu outdoorovej hry pre zdravie ľudí a komunít.

Stanovujte kauzálne súvislosti medzi outdoorovou hrou a výsledkami v oblasti zdravia a pohody.

➤➤ **Politika a legislatíva:**

Uznávajte prístup k outdoorovej hre ako základné právo v oblasti zdravia, vzdelávania, voľného času a životného prostredia. **Podnecujte** vlády, aby prijali a presadzovali politiky, ktoré podporujú outdoorovú hru. **Podporujte, chráňte, oceňujte** prostredia pre outdoorovú hru, ktoré spájajú obytné štvrte, školy, voľnočasové oblasti a pracoviská a **investujte** do nich.

➤➤ **Vzdelávanie a školy:**

Povzbudzujte vysoké školy, centrá vzdelávania dospelých a centrá komunitného vzdelávania, aby do svojich programov začleňovali profesijný rozvoj súvisiaci s outdoorovou hrou a učením sa vonku. **Zaved'te** povinný každodenný čas pre outdoorovú hru v rámci predprimárneho a školského vzdelávania, od materských až po stredné školy. **Integrujte** vonkajšie učebne a učenie sa vonku a v prírode do vzdelávacích systémov.

➤➤ **Verejné zdravie a zdravotníctvo:** **Vzdelávajte** zdravotníckych pracovníkov, pacientov a komunity v oblasti zdravotných prínosov outdoorovej hry. **Integrujte** outdoorovú hru do zdravotnej

praxe a iniciatív verejného zdravia ako nástroj na znižovanie sedavého spôsobu života a podporu zdravia.

Spolupracujte naprieč sektormi na tvorbe lokálne prispôbených stratégií verejného zdravia, ktoré podporujú outdoorovú hru.

➤➤ **Územné plánovanie:**

Navrhujte prístupné, bezpečné a hru podporujúce vonkajšie priestory v obytných štvrtiach a ich okolí.

Uprednostňujte ochranu a obnovu prírodného prostredia, ktoré podporuje outdoorovú hru, pri plánovaní alebo revitalizácii komunít.

Reformujte miestne politiky a nariadenia s cieľom aktívne podporovať a umožňovať outdoorovú hru.

➤➤ **Komunity:** **Podporujte, propagujte a rozvíjajte** iniciatívy, ktoré zdôrazňujú dôležitosť outdoorovej hry ako návyku podporujúceho zdravý životný štýl. **Podporujte, propagujte a rozvíjajte** úsilie, ktoré presadzuje vyvážený prístup k riziku v rámci outdoorovej hry. **Podporujte** medzigeneračnú aktívnu hru s cieľom posilniť väzby v komunite.



➤➤ **Rodiny:** Hrajte sa s ostatnými vrátane domácich zvierat, aby ste rozvíjali pocit spolupatričnosti a prepojenia s prírodou. **Podporujte a vlastným príkladom** ukazujte, že outdoorová hra je prirodzenou súčasťou života vo vašom okolí. **Podnecujte** členov rodiny k účasti na outdoorovej hre tým, že ich budete povzbudzovať, pomáhať im a zapájať sa do hry spolu s nimi.

➤➤ **Jednotlivci:** **Správajte sa ohľaduplne** k vonkajšiemu prostrediu, v ktorom hra prebieha. **Zasadzujte** sa za spravodlivý prístup k zeleným plochám a za ich zachovanie, ako aj za bezpečné a podnetné prostredie pre hru. **Objavujte a vychutnávajte si** rozmanité zážitky v rôznych vonkajších priestoroch v rámci vášho každodenného režimu.



Použitá literatúra

1. Tremblay MS, et al. Position Statement on Active Outdoor Play. *Int J Environ Res Public Health*. 2015;12(6):6475-6505.
2. Gray C, et al. What is the relationship between outdoor time and physical activity, sedentary behaviour, and physical fitness in children? A systematic review. *Int J Environ Res Public Health*. 2015;12(6):6455-6474.
3. Brussoni M, et al. What is the relationship between risky outdoor play and health in children? A systematic review. *Int J Environ Res Public Health*. 2015;12(6):6423-6454.
4. de Lannoy L, et al. Scoping review of children's and youth's outdoor play publications in Canada. *Health Promot Chronic Dis Prev Can*. 2023;43(1):1-13.
5. de Lannoy L, et al. Scoping review of adult-oriented outdoor play publications in Canada. *Health Promot Chronic Dis Prev Can*. 2023;43(3):139-150.
6. Lawson Foundation and Outdoor Play Canada. *Funding for Outdoor Play in Canada: Environmental Scan and Summary Report*. 2021.
7. United Nations General Assembly. The 17 Sustainable Development Goals. Available from: <https://sdgs.un.org/goals>.
8. James ME, et al. Systematic review of the association between outdoor play and the 24-hour movement behaviours among children, youth and adults. [Protocol](#).
9. Cooper AR, et al. Patterns of GPS measured time outdoors after school and objective physical activity in English children: the PEACH project. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2010;7:1-9.
10. Duntton GF, et al. Physical and social contextual influences on children's leisure-time physical activity: an ecological momentary assessment study. *J Phys Act Health*. 2011;8(s1):S103-S108.
11. Klinker CD, et al. Context-specific outdoor time and physical activity among school-children across gender and age: using accelerometers and GPS to advance methods. *Front Public Health*. 2014;2:20.
12. Lu C, Huang G, Corpeleijn E. Environmental correlates of sedentary time and physical activity in preschool children living in a relatively rural setting in the Netherlands: a cross-sectional analysis of the GECKO Drenthe cohort. *BMJ Open*. 2019;9(5):e027468.
13. Nigg C, et al. Relating outdoor play to sedentary behavior and physical activity in youth – results from a cohort study. *BMC Public Health*. 2021;21:1-12.
14. Raustorp A, et al. Accelerometer measured level of physical activity indoors and outdoors during preschool time in Sweden and the United States. *J Phys Act Health*. 2012;9(6):801-808.
15. Vanderloo LM, et al. Physical activity among preschoolers during indoor and outdoor childcare play periods. *Appl Physiol Nutr Metab*. 2013;38(11):1173-1175.
16. Wheeler BW, et al. Greenspace and children's physical activity: a GPS/GIS analysis of the PEACH project. *Prev Med*. 2010;51(2):148-152.
17. Beyer KM, et al. Time spent outdoors, activity levels, and chronic disease among American adults. *J Behav Med*. 2018;41:494-503.
18. Calogiuri G, et al. The potential of using exercise in nature as an intervention to enhance exercise behavior: Results from a pilot study. *Percept Mot Skills*. 2015;121(2):350-370.
19. Kerr J, et al. Outdoor physical activity and self rated health in older adults living in two regions of the US. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2012;9:1-4.
20. Liao Y, et al. Using ecological momentary assessment to understand where and with whom adults' physical and sedentary activity occur. *Int J Behav Med*. 2015;22:51-61.
21. Luo J, et al. Association between outdoor activity and insufficient sleep in Chinese school-aged children. *Med Sci Monit*. 2020;26:e921617-921611.
22. Murata E, et al. What daily factors affect the sleep habits of Japanese toddlers? *J Clin Sleep Med*. 2023;19(6):1089-1101.
23. Murray K, et al. The relations between sleep, time of physical activity, and time outdoors among adult women. *PLoS One*. 2017;12(9):e0182013.
24. Pasanen TP, et al. The relationship between perceived health and physical activity indoors, outdoors in built environments, and outdoors in nature. *Appl Psychol: Health Well-Being*. 2014;6(3):324-346.
25. Schamiloew S, et al. Time spent outdoors and associations with sleep, optimism, happiness and health before and during the COVID-19 pandemic in Austria. *Clocks & Sleep*. 2023;5(3):358-372.
26. Christiansa RW, et al. A scoping review of the health benefits of nature-based physical activity. *J Healthy Eat Act Living*. 2021;1(3):154.
27. Hartt M. Expanding the playful city: planning for older adult play. *Cities*. 2023;143:104578.
28. Noseworthy M, et al. The effects of outdoor versus indoor exercise on psychological health, physical health, and physical activity behaviour: a systematic review of longitudinal trials. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(3):1669.
29. Pasanen TP, et al. Restoration, well-being, and everyday physical activity in indoor, built outdoor and natural outdoor settings. *J Environ Psychol*. 2018;59:85-93.
30. Thompson Coon J, et al. Does participating in physical activity in outdoor natural environments have a greater effect on physical and mental wellbeing than physical activity indoors? A systematic review. *Environ Sci Technol*. 2011;45(5):1761-1772.
31. Kemple KM, et al. The power of outdoor play and play in natural environments. *Child Educ*. 2016;92(6):446-454.
32. Lee E-Y, et al. Systematic review of the correlates of outdoor play and time among children aged 3-12 years. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2021;18(1):41.
33. Lee JJ, et al. The role of timing and amount of outdoor play in emotional dysregulation in preschool children. *Child Care Health Dev*. 2025;51(1):e70020.
34. de Lannoy L, et al. Active outdoor play and health and wellbeing among children, youth, and adults: an umbrella review. [Protocol](#).
35. Ramsden R, et al. What is the relationship between outdoor risky play and health in children? results from a systematic review. [Protocol](#).
36. Al-Amin M, et al. A holistic perspective on children's health: A review on the benefits of nature-based recreational activities. *J Outdoor Environ Dev*. 2024:1-32.
37. Dankiw KA, et al. The impacts of unstructured nature play on health in early childhood development: A systematic review. *PLoS One*. 2020;15(2):e0229006.
38. Lackey NQ, et al. Mental health benefits of nature-based recreation: a systematic review. *Ann Leis Res*. 2021;24(3):379-393.
39. Pomfret G, et al. Conceptualising the power of outdoor adventure activities for subjective well-being: A systematic literature review. *J Outdoor Recreat Tour*. 2023;42:100641.
40. Thomsen JM, et al. A systematic review of the physical and mental health benefits of woodland recreation. *J Park Recreat Adm*. 2018;36(1).
41. Rosiek MA, et al. A comparison of the effects of outdoor physical activity and indoor classroom-based activities on measures of executive function in preschoolers. *Int J Early Child*. 2022;54(2):203-215.
42. Sugiyama M, et al. Outdoor play as a mitigating factor in the association between screen time for young children and neurodevelopmental outcomes. *JAMA Pediatr*. 2023;177(3):303-310.
43. Walters G, et al. Outdoor physical activity is more beneficial than indoor physical activity for cognition in young people. *Physiol Behav*. 2025:114888.
44. Brussoni M, et al. Risky play and children's safety: balancing priorities for optimal child development. *Int J Environ Res Public Health*. 2012;9(9):3134-3148.
45. Brymer E, et al. One Health: The well-being impacts of human-nature relationships. *Front Psychol*. 2019;10:1611.
46. Hornby O, et al. What factors explain extreme sport participation? A systematic review. *Front Sports Act Living*. 2024:6.
47. Lee E-Y, et al. Play, Learn, and Teach Outdoors-Network (PLaTo-Net): terminology, taxonomy, and ontology. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2022;19(1):66.
48. Veitch J, et al. Individual, social and physical environmental correlates of children's active free-play: a cross-sectional study. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2010;7:11p.
49. Caldwell HAT, et al. Impact of an outdoor loose parts play intervention on Nova Scotian preschoolers' physical literacy: a mixed-methods randomized controlled trial. *BMC Public Health*. 2023;23(1):1126.
50. McArdle K, Harrison, T. Does a nurturing approach that uses an outdoor play environment build resilience in children from a challenging background? *J Adventure Educ Outdoor Learn*. 2013;13(3):238-254.
51. Sando OJ, et al. Risky play and children's well-being, involvement and physical activity. *Child Indic Res*. 2021;14(4):1435-1451.
52. Jerebine A, et al. "All the fun stuff, the teachers say, 'that's dangerous!'" Hearing from children on safety and risk in active play in schools: a systematic review. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2022;19(1):72.
53. Lee E-Y, et al. PLAY+ (Play, Land, Animals, You and +) Framework: the roles of active outdoor play in advancing One Health. In preparation.
54. Siefken K, Abu-Omar K. Striking a balance: Physical activity and planetary health. *J Phys Act Health*. 2023;20(12):1081-1083.
55. Gelius P, et al. Physical activity as a victim, a perpetrator, or part of the solution to the climate crisis? *J Phys Act Health*. 2024;21(12):1220-1222.
56. Gelius P, et al. Must we tell people to be less active? The dilemma of physical activity recommendations from a holistic health perspective. *Ger J Exerc Sport Res*. 2024;54(1):21-28.
57. Lee E-Y, Tremblay MS. Unmasking the political power of physical activity research: Harnessing the "apolitical-ness" as a catalyst for addressing the challenges of our time. *J Phys Act Health*. 2023:1-3.
58. Mygind L, et al. Mental, physical and social health benefits of immersive nature-experience for children and adolescents: A systematic review and quality assessment of the evidence. *Health Place*. 2019;58:102136.
59. Nejade RM, et al. What is the impact of nature on human health? A scoping review of the literature. *J Glob Health*. 2022;12:04099.
60. de Lannoy L, et al. A mixed-methods systematic review of the association between active outdoor play and environmental stewardship outcomes among children, youth, and adults. [Protocol](#).
61. Deal PJ, Magyar-Russell GM. A qualitative study of sanctification: How nature becomes sacred for nontheistic environmental activists. *Spiritual Clin Pract*. 2022;9(1):40-54.
62. Human N, Steyn BJM. Psychological transformation of the 'self' towards eco-sensitivity through high-risk nature-based sports: a South African context. *J Adventure Educ Outdoor Learn*. 2024;24(4):566-579.
63. Jensen JL, Sørensen EB. Recreation, cultivation and environmental concerns: Exploring the materiality and leisure experience of contemporary allotment gardening. *Leis Stud*. 2020;39(3):322-340.
64. Ludwig S. Women's transformative experiences while distance running in nature: An intuitive inquiry. *Qual Psychol*. 2019;6(3):339-358.
65. Lee E-Y, et al. Ambient environmental conditions and active outdoor play in the context of climate change: A systematic review and meta-synthesis. *Environ Res*. 2025;122146.
66. Lee E-Y, et al. Exploring the interplay between climate change, 24-hour movement behavior, and health: a systematic review. *J Phys Act Health*. 2024;21(12):1227-1245.
67. Park S, et al. Systematic review and qualitative meta-synthesis on active outdoor play and social capital: Relationships and impacts. [Protocol](#).
68. Rivas-Quarnetti N, et al. Politicizing children's play: a community photovoice process to transform a school playground. *Am J Occup Ther*. 2024;78(7):1-10.
69. Sterman J, et al. Mothers supporting play as a choice for children with disabilities within a culturally and linguistically diverse community. *Scand J Occup Ther*. 2020;27(5):373-384.
70. Veitch J, et al. Where do children usually play? A qualitative study of parents' perceptions of influences on children's active free-play. *Health & Place*. 2006;12(4):383-393.
71. Perry M, et al. "Enticing" but not necessarily a "space designed for me": experiences of urban park use by older adults with disability. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(2).
72. Moogoor A, et al. Neighbourhood environmental influences on older adults' physical activities and social participation in Singapore: A photovoice study. *Soc Sci Med*. 2022;310(ut9, 8303205):115288.
73. Puhakka R. University students' participation in outdoor recreation and the perceived well-being effects of nature. *J Outdoor Recreat Tour*. 2021;36:1-9.
74. Satiya A, et al. Physical activity among adolescents in India: a qualitative study of barriers and enablers. *Health Educ Behav*. 2018;45(6):926-934.
75. McRae N, et al. 'The state of play in outdoor play' – Exploring global Indigenous knowledge of outdoor play: a scoping review. In preparation.
76. Dean SN, et al. Teacher implementation of active outdoor play-based learning: A systematic review of pedagogical models and practices. [Protocol](#).
77. Burson SL, Castelli DM. How elementary in-school play opportunities relate to academic achievement and social-emotional well-being: systematic review. *J Sch Health*. 2022;92(10):945-958.
78. Molyneux TM, et al. Choose your own adventure: promoting social and emotional development through outdoor learning. *Early Child Educ J*. 2023;51(8):1525-1539.
79. Miller N, et al. The perceived benefits of and barriers to nature-based play and learning in South Australian public primary schools: a cross-sectional study. *J Adventure Educ Outdoor Learn*. 2022;22(4):342-354.
80. Walter P. Greening the net generation. *Adult Learn*. 2013;24(4):151-158.
81. Smith ES, Dalmer NK. Understanding older adults' participation in outdoor adventure activities: a scoping review. *J Adventure Educ Outdoor Learn*. 2023:1-22.
82. Wu J, et al. Sedentary behavior patterns and the risk of non-communicable diseases and all-cause mortality: A systematic review and meta-analysis. *Int J Nurs Stud*. 2023;146:104563.
83. Xu C, et al. Sedentary behavior, physical activity, and all-cause mortality: dose-response and intensity weighted time-use meta-analysis. *J Am Med Dir Assoc*. 2019;20(10):1206-1212.e1203.
84. Young R, et al. Individual and social determinants of obesity in strategic health messages: Interaction with political ideology. *Health Commun*. 2016;31(7):903-910.
85. Dzakpasu FQS, et al. Musculoskeletal pain and sedentary behaviour in occupational and non-occupational settings: a systematic review with meta-analysis. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2021;18(1):159.
86. Leask CF, et al. Exploring the context of sedentary behaviour in older adults (what, where, why, when and with whom). *Eur Rev Aging Phys Act*. 2015;12(1):4.
87. Wachira L-N. Lifestyle transition towards sedentary behavior among children and youth in Sub-Saharan Africa: a narrative review. In: Marques A, Gouveia ÉR, eds. *Sedentary Behaviour - A Contemporary View*. Rijeka: IntechOpen; 2021.
88. Biswas A, et al. Sedentary time and its association with risk for disease incidence, mortality, and hospitalization in adults. *Ann Intern Med*. 2015;162(2):123-132.
89. Pillarsetti A, et al. Indoor air pollution and health: bridging perspectives from developing and developed countries. *Annu Rev Environ Resour*. 2022;47:197-229.
90. Cardinali M, et al. Green walls and health: An umbrella review. *Nature-Based Solutions*. 2023;3.

Pod'akovanie

AOP10 Výkonné vedenie

Mark Tremblay

CHEO Research Institute,
Kanada

Eun-Young Lee

Queen's University, Kanada
Yonsei University, Kórejská
republika

Louise de Lannoy

Outdoor Play Canada,
Kanada

Dina Adjei Boadi

University of Ghana, Ghana

Maeghan James

CHEO Research Institute,
Kanada

Leigh Vanderloo

ParticipACTION, Kanada

**Maria Isabel Amando de
Barros**

Alana Institute, Brazília

Robyn Monro Miller

International Play
Association, Austrália

Po-Yu Wang

National Taiwan Normal
University, Taiwan

Scott Duncan

Auckland University of
Technology, Nový Zéland

Laerke Mygind

Copenhagen University
Hospital, Dánsko

Slovenský preklad textu realizovali (v abecednom poradí):

**Mgr. Peter Bakalár, PhD.
univer. doc.**

Prešovská univerzita v
Prešove
Fakulta športu

Mgr. Vladimír Fedorko, PhD.

Prešovská univerzita v
Prešove
Pedagogická fakulta

**Ing. Lenka Glončáková a
kolektív**

Strom života, o.z.

Mgr. Janka Sýkorová

Inak, o.z.

Autori prekladu ďakujú **prof. PhDr. Daniele Slančovej, CSc.** za odbornú pomoc a jazykovú korektúru slovenského prekladu pôvodného anglického textu.

Publikácie AOP10

- **2025 Position Statement on Active Outdoor Play.** *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity.*
- **Process and Methodology.** *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity.*

Partneri AOP10

CHEO RESEARCH INSTITUTE
INSTITUT DE RECHERCHE

Healthy Active Living and Obesity Research Group
Recherche sur les saines habitudes de vie et l'obésité



AOP10 je podporovaný

LAWSON
FOUNDATION



Funded by the
Government
of Canada

Financé par le
gouvernement
du Canada

Canada

ACTIVE FOR LIFE

