

EDITORIAL

The current issue of our scientific journal, *Annales Kinesiologiae*, features a collection of articles that address some of the most pressing topics in sports science and physical health today. These studies offer crucial insights and practical applications aimed at improving well-being and performance across various age groups, from children to the elderly. The research presented not only advances our understanding of physical health but also underscores the importance of innovative approaches in addressing contemporary health challenges.

Bandaru et al. explore innovative ways of improving the physical outcomes among elderly individuals using rollators through a lab-video-based dance intervention. As the global population continues to age, finding effective methods to maintain physical health and mobility in older adults is crucial. This study highlights the potential of integrating technology and physical activity to enhance the well-being of older adults, suggesting a future where ICT can play a pivotal role in elderly care.

Monacis et al. investigate the impact of the COVID-19 pandemic on the motor development of Italian children. The pandemic has disrupted routines and limited physical activity opportunities for many children, potentially affecting their motor skills. This study underscores the need for targeted interventions to support children's motor development in the wake of such disruptions. Ensuring that children regain and maintain their motor competence is vital for their overall development and long-term health.

Karasek et al. address the increasingly common issue of forward head posture among young athletes. In today's digital age, where children spend significant time in front of screens, poor posture is a growing concern. This study emphasizes the need for early intervention and corrective measures to prevent long-term health problems. The implications are clear: promoting better posture in young athletes can lead to healthier, more active lives and potentially enhance athletic performance.

Kolar et al. provide valuable insights into the development of national sport strategies. In a time where promoting physical activity is more important than ever, having a well-formulated national strategy can have a significant impact. This article outlines the key steps and considerations for policymakers, emphasizing the importance of evidence-based approaches and stakeholder engagement. Effective sport strategies can lead to increased participation, improved public health and a more active society.

These articles highlight the critical role of sports and physical activity in promoting health and well-being in today's society. From addressing postural

issues in young athletes to improving mobility in the elderly, and from developing national strategies to understanding the pandemic's impact on children, the research presented here underscores the importance of proactive and innovative approaches to physical health.

This issue concludes with detailed reports from three international conferences: SPE-BALKAN-SKI, Padova Muscle Days, and EQOL 2024, as well as a comprehensive summary of the 2023 Bed Rest Campaign.

We cordially invite you to explore these insightful contributions and comprehensive reports.

Luka Šlosar, PhD,
Editor

UVODNIK

Tokratna številka naše znanstvene revije *Annales Kinesiologiae* vsebuje članke, ki obravnavajo nekatere najbolj pereče teme na področju športne znanosti in telesnega zdravja. Vključene raziskave ponujajo ključna spoznanja in praktične aplikacije za izboljšanje dobrega počutja in zmogljivosti pri različnih demografskih skupinah, od otrok do starejših. Predstavljene raziskave ne izboljšujejo le našega razumevanja telesnega zdravja, temveč tudi poudarjajo pomen inovativnih pristopov pri reševanju sodobnih zdravstvenih izzivov.

Bandaru in sodelavci raziskujejo inovativne metode, ki temeljijo na video posnetkih, za izboljšanje telesne zmogljivosti starejših posameznikov, ki za hojo uporabljajo hojco. Zaradi staranja svetovnega prebivalstva je treba najti učinkovite načine za ohranjanje telesnega zdravja in mobilnosti starejših oseb. Študija poudarja potencial integracije tehnologije in gibalne aktivnosti za izboljšanje blaginje starejših odraslih, kar nakazuje, da bo informacijsko-komunikacijska tehnologija v prihodnosti imela ključno vlogo pri oskrbi starejših.

Monacis in sodelavci proučujejo vpliv pandemije covid-19 na gibalni razvoj italijanskih otrok. Pandemija je porušila rutine in omejila gibalno aktivnost številnih otrok, kar posledično vpliva na njihove gibalne sposobnosti. Študija poudarja potrebo po ciljno usmerjenih intervencijah za podporo gibalnemu razvoju otrok, še posebej v primeru morebitnih novih omejitev gibanja. Zagotavljanje, da otroci pridobijo in ohranjajo gibalno kompetentnost, je ključno za njihov celostni razvoj in dolgoročno zdravje.

Karasek in sodelavci obravnavajo vse pogostejšo težavo naprej pomaknjene drže glave med mladimi športniki. V današnji digitalni dobi, ko otroci preživijo veliko časa pred zasloni, postaja slaba drža vse večja skrb. Študija poudarja potrebo po zgodnji intervenciji in korektivnih ukrepih za preprečevanje dolgoročnih zdravstvenih težav. Pomembnost teh ugotovitev je jasna: spodbujanje boljše drže pri mladih športnikih lahko vodi do bolj zdravega in aktivnega življenja in potencialno izboljša športne rezultate.

Kolar in sodelavci ponujajo vpogled v razvoj nacionalnih športnih strategij. V času, ko je spodbujanje gibalne športne aktivnosti pomembnejše kot kadar koli prej, lahko dobro zasnovana nacionalna strategija naredi pomembno razliko. Članek obravnava ključne korake in vidike za odločevalce, poudarja pomen pristopov, ki temeljijo na dokazih, in vključevanje udeležencev. Učinkovite športne strategije lahko prispevajo k večji udeležbi, izboljšanju javnega zdravja in aktivnejši družbi.

Predstavljeni prispevki poudarjajo ključno vlogo športne gibalne aktivnosti pri spodbujanju zdravja in dobrega počutja v današnji družbi. Od obravnave

težav s telesno držo pri mladih športnikih do izboljšanja mobilnosti pri starejših, razvoja nacionalnih strategij in razumevanja vpliva pandemije na otroke, predstavljene raziskave poudarjajo pomen proaktivnih in inovativnih pristopov k telesnemu zdravju.

Številko revije končujejo poročila s treh mednarodnih konferenc: SPE-BALKAN-SKI, Padova Muscle Days in EQOL 2024, kot tudi celovit povzetek kampanje Bed Rest 2023.

Vljudno vabljeni k branju celovitih prispevkov in poročil.

Dr. Luka Šlosar,
urednik