

A tanulók fittségi állapota (2022/2023.)

Intézményi összefoglaló

ELTE Gyertyánffy István Gyakorló Általános Iskola
OM azonosító: 035001

Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt (NETFIT)

Iskolánk az elmúlt évtizedek során kiemelt helyen kezelte a tanulók fittségi és egészségi állapotát. Az optimális fittségi állapot nem csak egészségmegőrzés és prevenció tekintetében fontos számunkra, hanem a nemzetközi kutatások eredményei alapján a tanulási teljesítményre gyakorolt kedvező hatása miatt is. (Texas Youth Fitness Study 2009., Grissom 2005.)

A 2014-ben bevezetett kötelező fittségi állapot felmérések (NETFIT) alapján megállapítható, hogy tanulóink az országos átlagnál és a fővárosi átlagnál is sokkal kedvezőbb eredményeket mutatnak.

A COVID-időszak testi és lelki egészségre gyakorolt kedvezőtlen hatásai sajnos a mi tanulóink teljesítményén is meglátszott. Az országos és fővárosi mérési eredmények tekintetében ugyanúgy az átlag felett teljesítettünk, de a tesztek eredményeiben visszaesést tapasztaltunk. Elsősorban a testösszetétel és tápláltsági profil (testzsír %), az aerob fittségi (állóképességi) profil (VO_{2max}), valamint a vázizomzat (hátizom) tekintetében.

A 2022/2023. tanévben beavatkozási tervet készítettünk a negatív tendencia megállítására és az eredmények javítása érdekében. Iskolánk csatlakozott a Magyar Diáksport Szövetség által létrehozott Aktív Iskola Programhoz. A kezdeményezés keretein belül igyekeztünk az egészségtudatos életvezetési ismereteket és tevékenységeket a legszélesebb körben a tanulóink hétköznapijaiba beilleszteni. A testnevelésórákon nagyobb hangsúlyt fektettünk a fejlesztésre az említett területeken. Fontosnak tartjuk, hogy ne csak a fejlesztés fókuszára összpontosítsunk, hanem azt is, hogy olyan mozgásos tevékenységeket kapcsoljunk be a tanulási folyamatba, vagy a gyerekek mindennapjaiba, ami pozitív emocionális hatást vált ki.

A 2022/2023. tanév egyik legfontosabb eredménye, hogy sikerült megállítani azt a negatív tendenciát, ami a mérési eredmények romlásában mutatkozott. A következő tanév során szeretnénk, ha a tendenciát sikerülne pozitív irányba fordítani és minél több gyermeket, valamint rajtuk keresztül minél több családot támogatni az egészségtudatos, aktív életvezetésben.

2023. 07. 07.