

1. FITT mérés eredményei 2017.

A testnevelés és sport szerepe napjainkra felértékelődött. A rendszeres, élethosszigtartó fizikai aktivitás az egészségtudatos magatartás és életvezetés alapvető feltétele. NAT alapelvek: Testi- lelki egészségre nevelés, egészségtudatos életvitelre nevelés.

A köznevelésben a Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt, vagyis a NETFIT program 2014-ben bevezetésre került. Az EUROFIT és a HUNGAROFIT mérési rendszereket váltotta fel.

A NETFIT 4 fittségi profilban 9 mérés segítségével jellemzi a tanulók állóképességét, erejét, hajlékonyságát és testösszetételét. A mérések eredményei tesztől függően két illetve három zónába kerülhetnek. Egészségzónába, fejlesztési zónába, fokozott fejlesztési zónába. A kötelező NETFIT mérést az erre kijelölt időszakban sikeresen elvégeztük az iskolánkban. A mérésben részt vett osztályok száma évfolyamonként négy, tanulói létszáma 371; 377; 385 fő volt az elmúlt három tanévben. Az eredményeket csoportos vagy egyéni adatfelvételi lapon rögzítettük. Az adatokat a gyerekek mérési azonosítója alapján kezeltük a NETFIT- online rendszer segítségével. A feldolgozott adatokat tartalmazó grafikonokból és táblázatokból sok érdekes és hasznos a jövő tanév testnevelés és sport tervezése szempontjából fontos információ olvasható le. A tanulók további információt, segítséget és személyre szabott tanácsokat a NETFIT rendszer online felületén kapnak a regisztrációjuk után. A NETFIT eredményekről és az informatikai rendszer használatáról tájékoztattuk a diákokat és megadtuk nekik a szükséges segítséget.

A tanévek szerinti iskolai eredményeink összehasonlítása az országos átlaggal:

Összehasonlító táblázat a NETFIT országos zónaösszesítők egészséges zónába tartozó értékei és iskolánk eredményei alapján

Tesztek Tanévek	BMI	TZS%	Ingafutás	hasizom	hátizom	fekvőtámasz	kéz.szor erő	helyből táv.ugrás	hajlékonyság
2014/15	+5%	+15%	+29%	+2%	-7%	-1%	=	+1%	-17%
2015/16	+1%	+19%	+18%	+1%	-25%	+11%	+1%	+5%	-10%
2016/17	=	+3%	+32%	-8%	-25%	+9%	-3%	-1%	-8%

- 2014/2015 tanév NETFIT zónaösszesítők/profilok egészséges zónába tartozó eredményei (623 048 tanuló)-az országos átlag felett teljesítettek az iskolánk tanulói szinte valamennyi tesztben –kiemelkedően +29%-kal az országos átlag felett az aerob állóképesség területén- gyengébben az átlagnál -17%-kal a hajlékonysági profilban.

- 2015/2016 tanév NETFIT zónaösszesítő/profilok egészséges zónába tartozó eredményei (703 991 tanuló)-hasonló eredmények születtek az előző tanév eredményeihez-sajnos a hátizom ereje területén -18%-os romlás mutatkozott az országos átlaghoz képest -javult a felsőtest általános ereje +12%-ot a fekvőtámasz próbában
- 2016/2017 tanév NETFIT zónaösszesítő/profilok egészséges zónába tartozó eredményei (695 399 tanuló)-az előző tanévhez viszonyítva lényeges változás csak a aerob állóképességi tesztben történt +14%-os javulást értek el a tanulóink

Összegezve a NETFIT profilok százalékos átlagolt eredményeit:

- 1. Több területen az országos átlag felett teljesítettek iskolánk tanulói.*
- 2. Kimagasló +32% az aerob fitsségi eredmény.*
- 3. Fejlesztésre szorul a hátizom hajlékonysága és ereje.*
- 4. A következő tanévek tervezésekor mindezeket figyelembe kell venni.*