



NETFIT intézményi szintű elemzése

2017/2018

A Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt (NETFIT) a magyar köznevelési rendszer kötelező és egységes fittség mérési módszere. A mérések ebben az évben is tavasszal (március, április) történtek meg iskolánkban. Ennek eredményeinek elemzése azonos módszertannal történt.

Az országos mérés eredményeiről a Magyar Diáksport Szövetség honlapján található NETFIT online adatkezelő rendszere megteremti a lehetőséget a mérések során keletkezett tanulói adatok feltöltésére és biztonságos, statisztikai célú kezelésére.

A NETFIT egészségközpontú fittségi tesztjei segítségével jellemezni tudjuk az egyén általános fizikai állapotát, konkrétan testösszetételét, aerob és vázizomzat fittségét, valamint hajlékonyságát. A testrendszer az alábbi méréseket tartalmazza: testtömegindex (BMI), testzsírszázalék-mérés (TZS), 15 méteres állóképességi ingafutás (ÁIT), ütemezett hasizom teszt (ÜHT), törzsemelés teszt (TET), kézi szorítóerő mérése (KSZ) ütemezett fekvőtámasz teszt (ÜFT), helyből távolugrás teszt (HTU) és hajlékonysági teszt (HT). A tesztek felmérését – jogszabály alapján – az érintett osztályok testnevelést tanító pedagógusa végezte iskolai körülmények között, a testnevelés órák keretein belül.

A mérési adatok elérhetőek a NETFIT informatikai rendszerébe az Oktatási Hivatal rendszeréből generált mérési azonosítókkal ellátva.

2017/2018
Testtömegindex FFSZ 5% FSZ 14% EZ 81%
Testzsírszázalék FFSZ 6% FSZ 21% EZ 73%
Állóképességi ingafutás teszt FFSZ 27% FSZ 27% EZ 46%
Ütemezett hasizom teszt FSZ 3% EZ 97%
Törzsemelés teszt FSZ 83% EZ 17%
Ütemezett fekvőtámasz teszt FSZ 26% EZ 74%
Kézi szorítóerő mérése FFSZ 16% FSZ 40% EZ 44%
Helyből távolugrás teszt FSZ 26% EZ 74%
Hajlékonysági teszt FSZ 39% EZ 71%
Zónaösszesített: 64,4% egészséges

Összesített eredmények:

Az egészségzónát elérő tanulók relatív gyakorisága jelentős variabilitást mutat nemenként, évfolyamonként és tesztenként egyaránt.

A teljes mintát figyelembe véve megállapíthatjuk, hogy a legkedvezőbb egészségzóna-arányok ebben évben az ütemezett hasizom tesztben, (97%) az ütemezett fekvőtámasz tesztben 74% és a helyből távolugrás (74%)_mérésében láthatók, míg a legkedvezőtlenebbek a törzsemelés, kézi szorítóerő és az állóképességi ingafutás tesztben találhatóak.

Ahol továbbra is fokozott figyelmet kell szánunk a testnevelésórák hosszú távú tervezésekor az az aerob fittségi állapot fejlesztése, valamint a gerinc és törzs stabilitását biztosító izmok rendszeres, célzott erősítése és nyújtása a gerincvédelmi szempontok figyelembevételével.

Minden mérést egybevetve az országos átlag alatt teljesítettünk egy kicsivel.

Országos átlag: 66,6%.