



KLAIPĖDOS MIESTO
VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS

UOSTAMIESČIO PROGIMNAZIJOS
MOKINIŲ FIZINIO PAJĖGUMO TESTAVIMO ANALIZĖ
/PRADINĖS KLASĖS/
2023 M.

Parengė: sveikatos
specialistė Diana Užgalienė



KLAIPĖDOS MIESTO
**VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS**

MOKINIŲ FIZINIO PAJĖGUMO TESTAVIMO ANALIZĖ ATLIKTA REMIANTIS PROGIMNAZIJOS KŪNO KULTŪROS PAMOKŲ ATLIKTA TAM TIKRŲ FIZINIŲ UŽDUOČIŲ ATLIKIMO REZULTATAIS.

MOKINIŲ FIZINĮ TESTAVIMĄ ATLIKO :
PRADINIŲ KLASIŲ MOKINIŲ- KLASĖS MOKYTOJAS;
5-8 KLASIŲ MOKINIŲ- KŪNO KULTŪROS MOKYTOJAI.

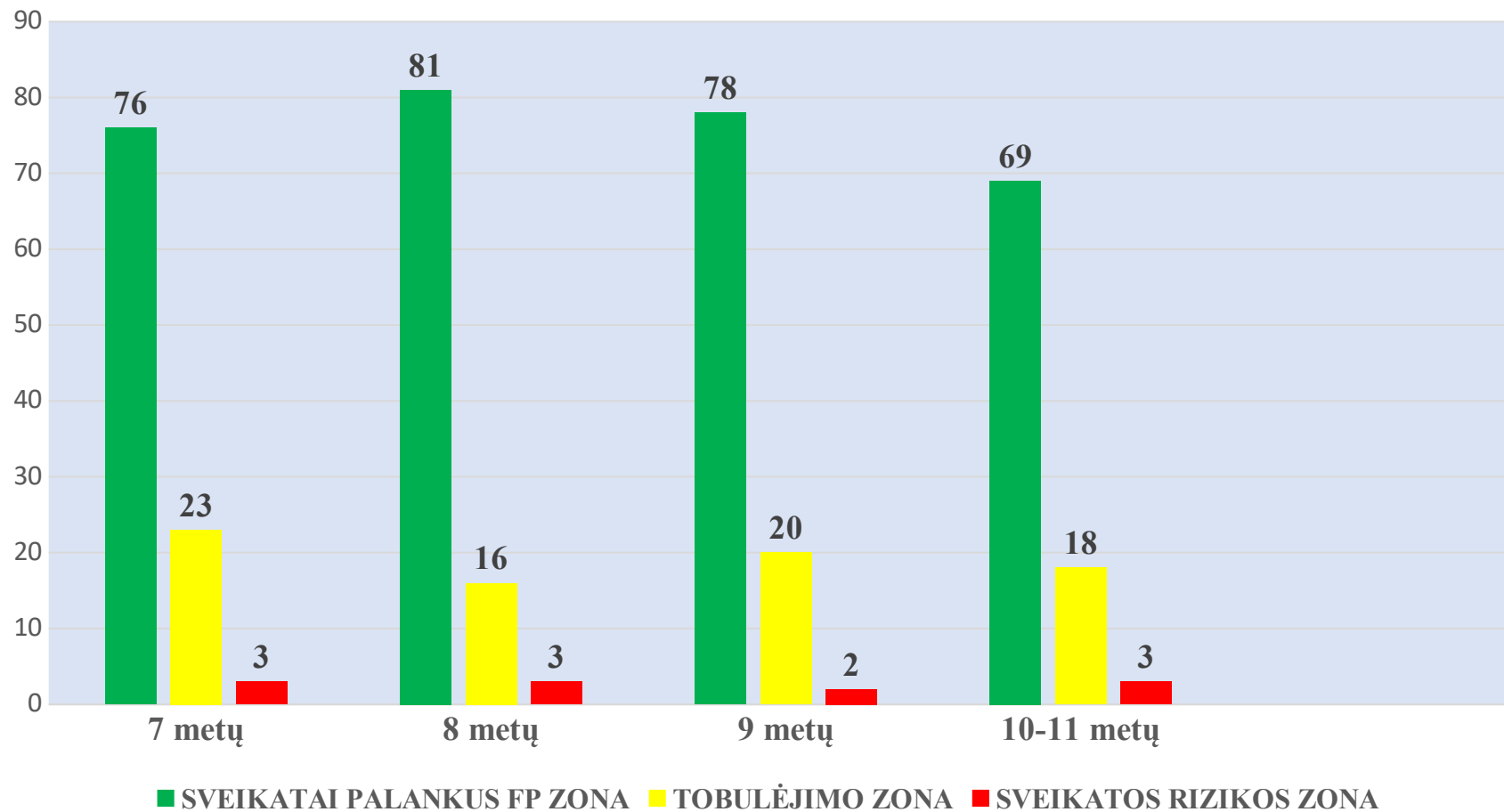
PRADINIŲ KLASIŲ MOKINIAMS REIKĖJO ATLIKTI 4 PRATIMUS, 5-8 KLASIŲ MOKINIAMS 6 PRATIMUS.



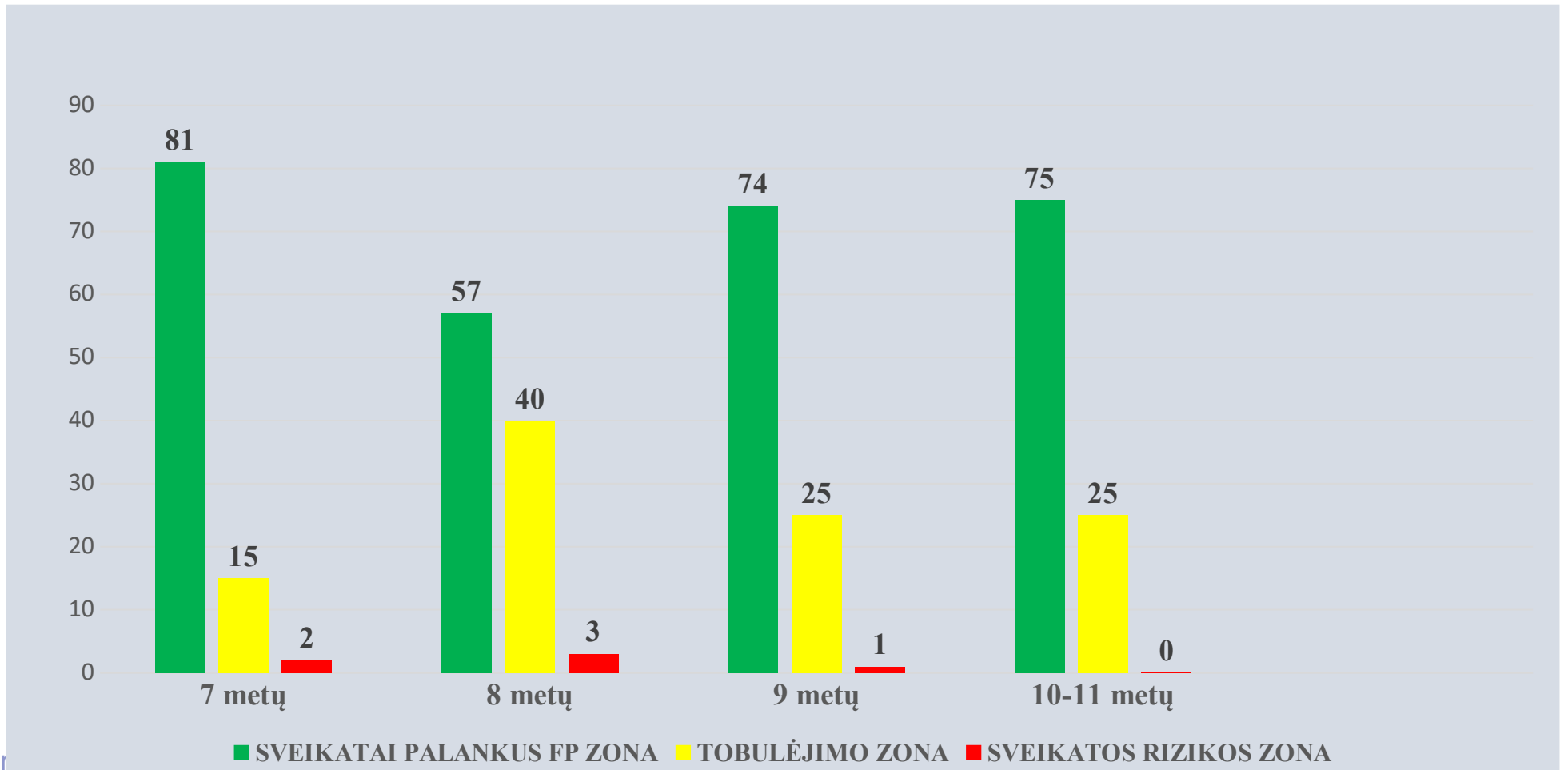
KLAIPĖDOS MIESTO
VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS

PRADINIŲ KLASIŲ MOKINIŲ FIZINIO PAJĖGUMO TESTŲ ANALIZĖ

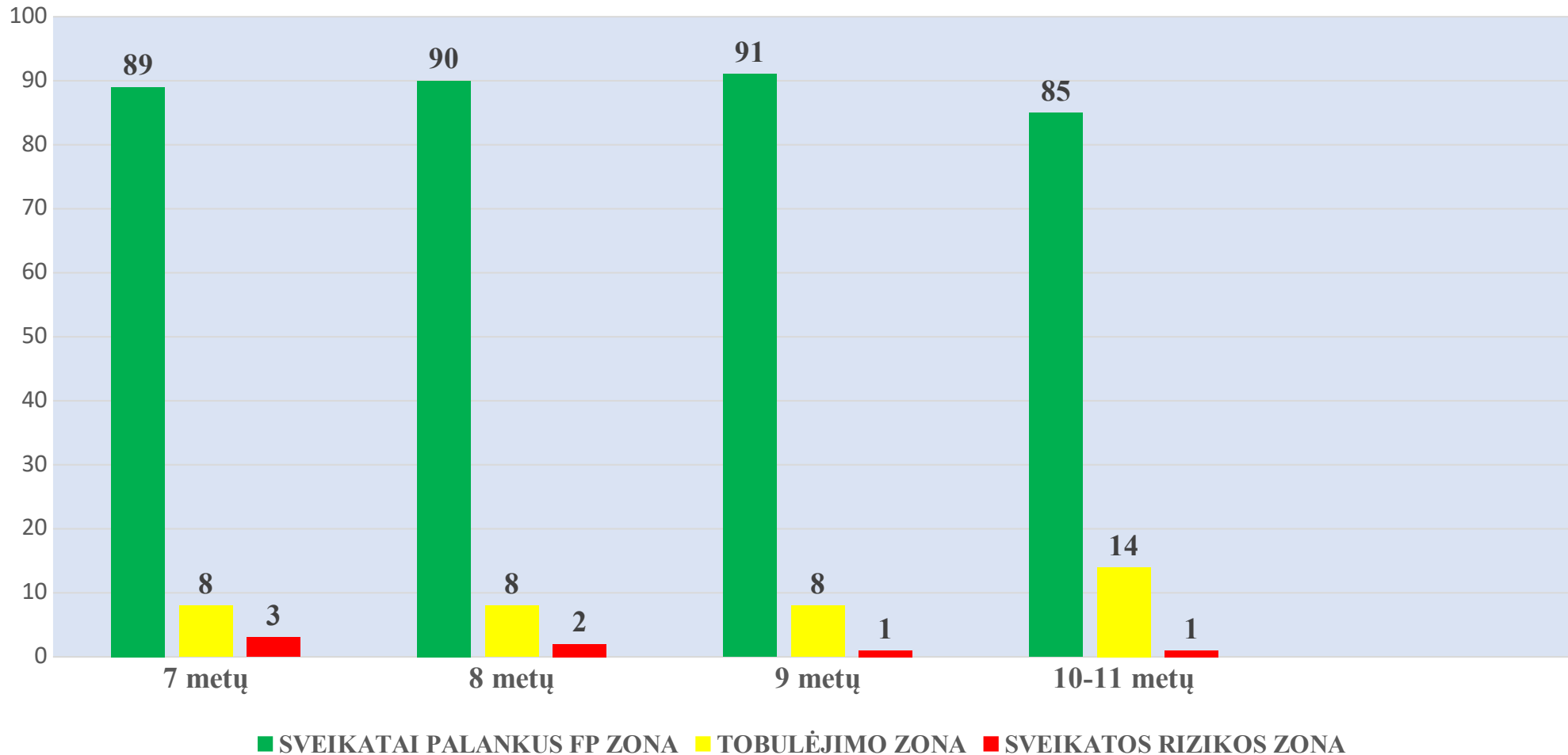
Šuolio iš vietos į tolį (kojų raumenų jėgai nustatyti). testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas 2023 m. m. /berniukų/



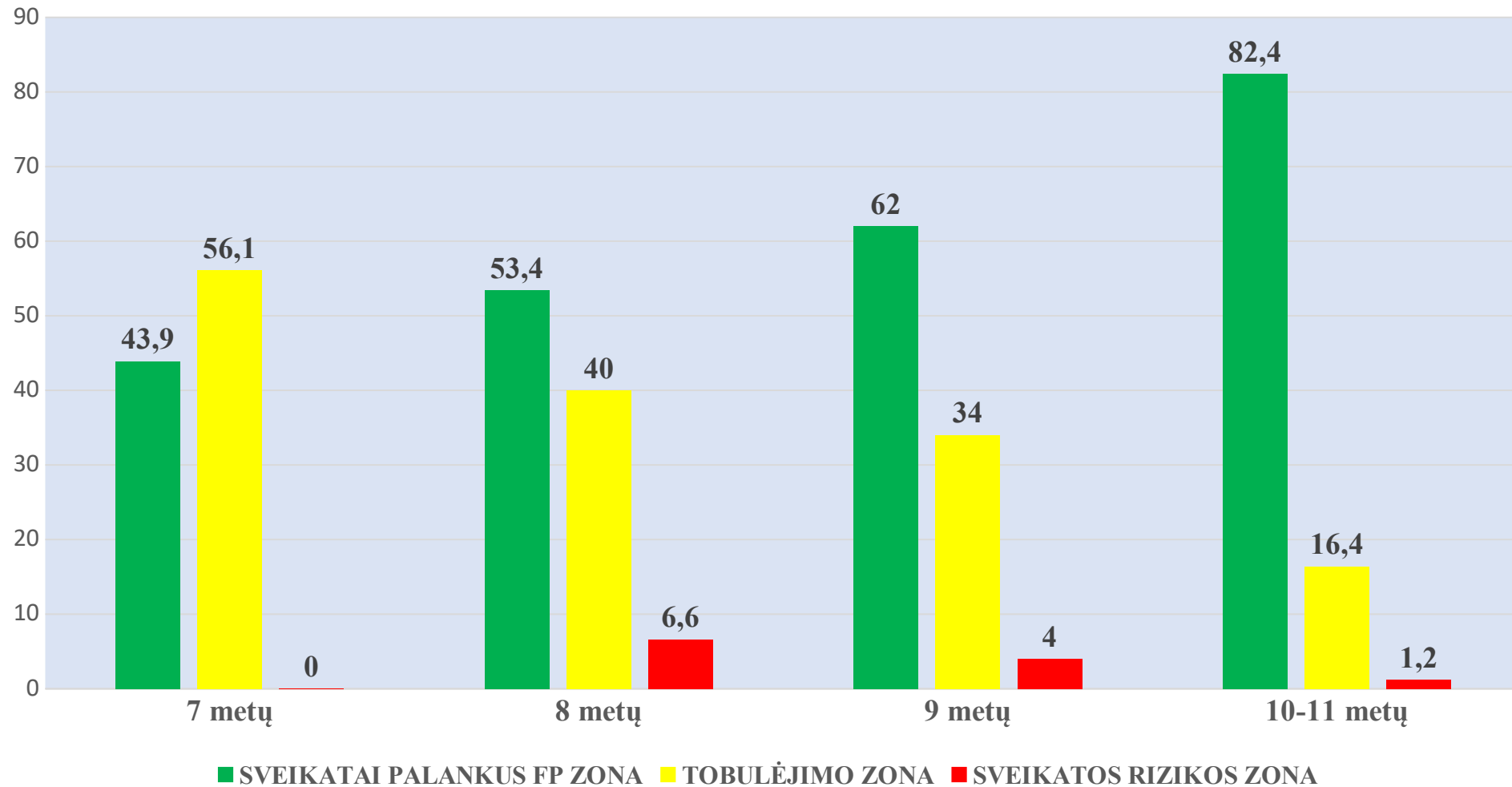
Teniso kamuoliuko metimo (rankų raumenų jėgai nustatyti) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas 2023 m. m. / berniukų/



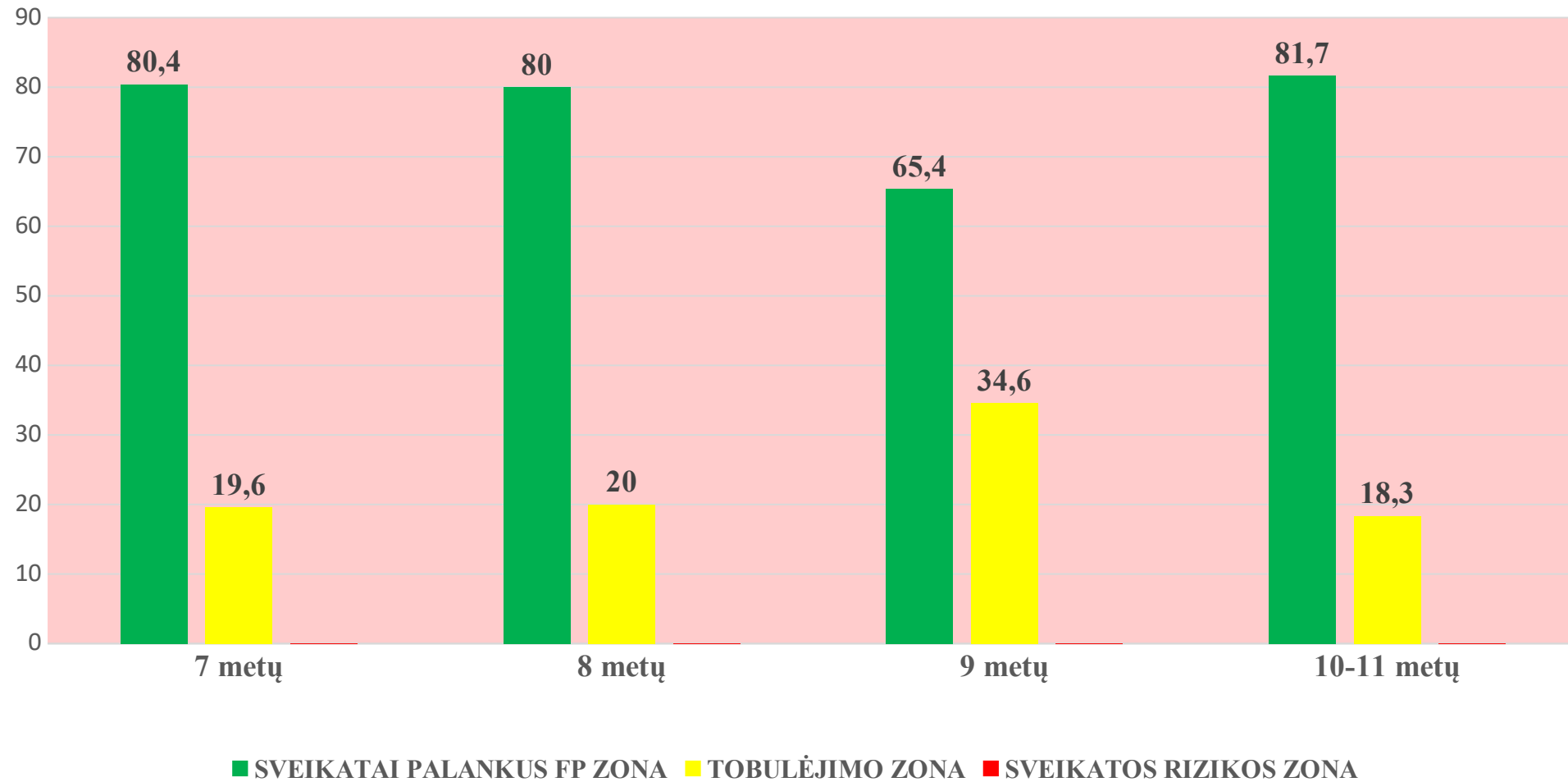
10 x 5 m bēgimo šaudykle (greitumui, vikrumui nustatyti) testo rezultātu pasiskirstymas pagal zonas 2023 m. m. / bērniuku/



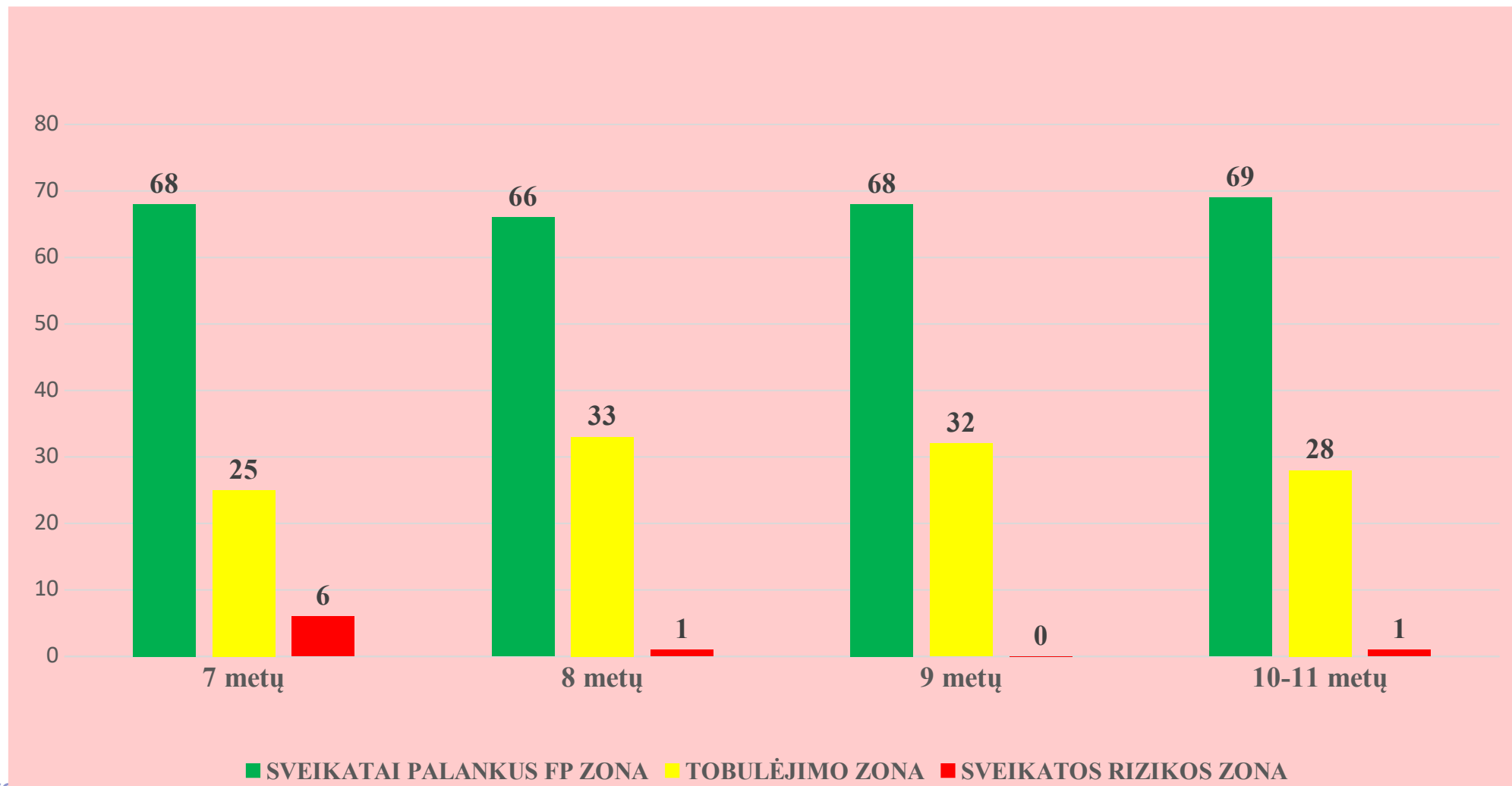
**„6 minučių bėgimas“ (širdies ir kraujagyslių sistemos pajėgumui nustatyti) . testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas 2023 m. m.
/ berniukų/**



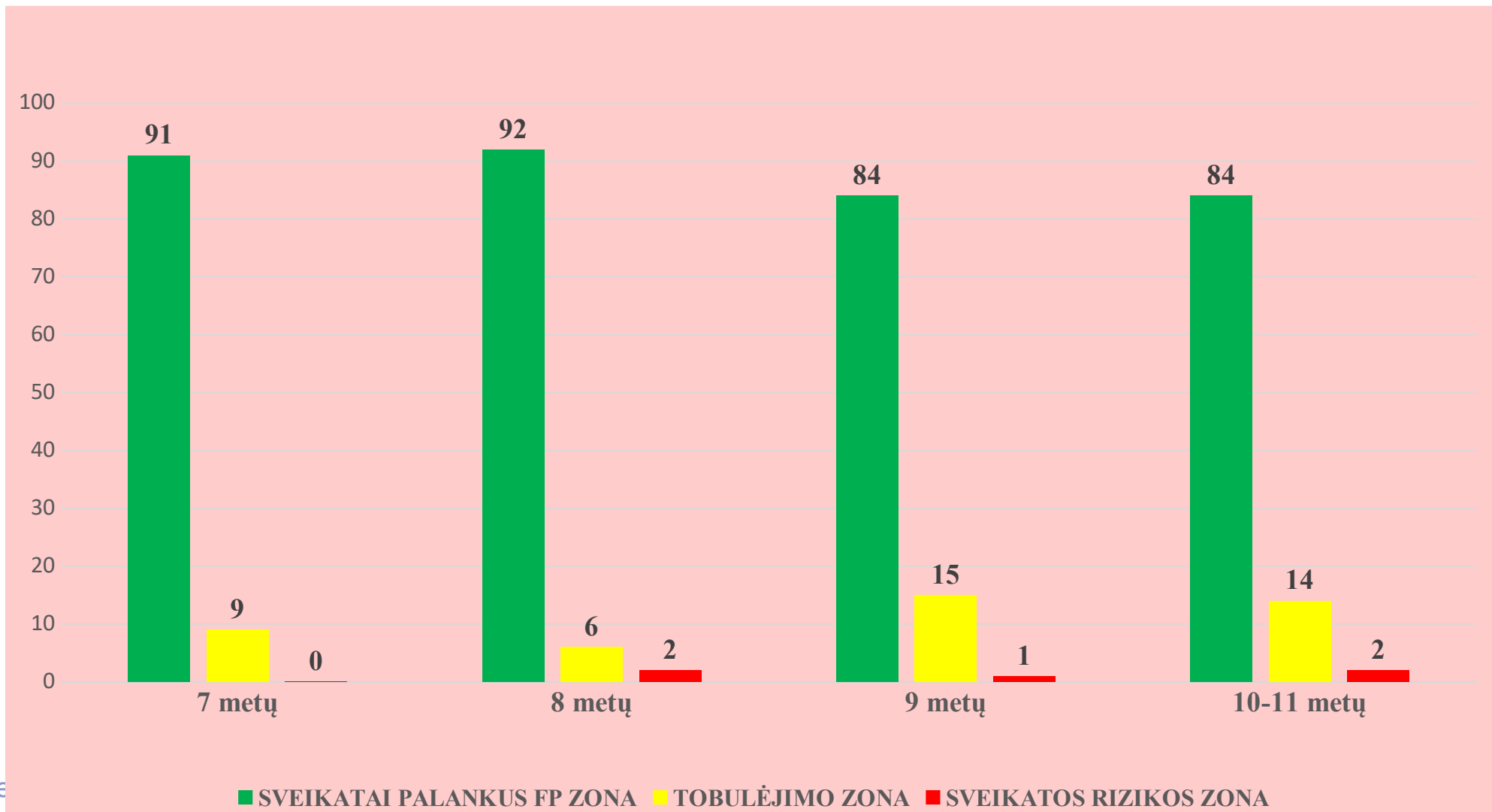
Šuolio iš vietos į tolį (kojų raumenų jėgai nustatyti). testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas 2023 m. m. / mergaičių/



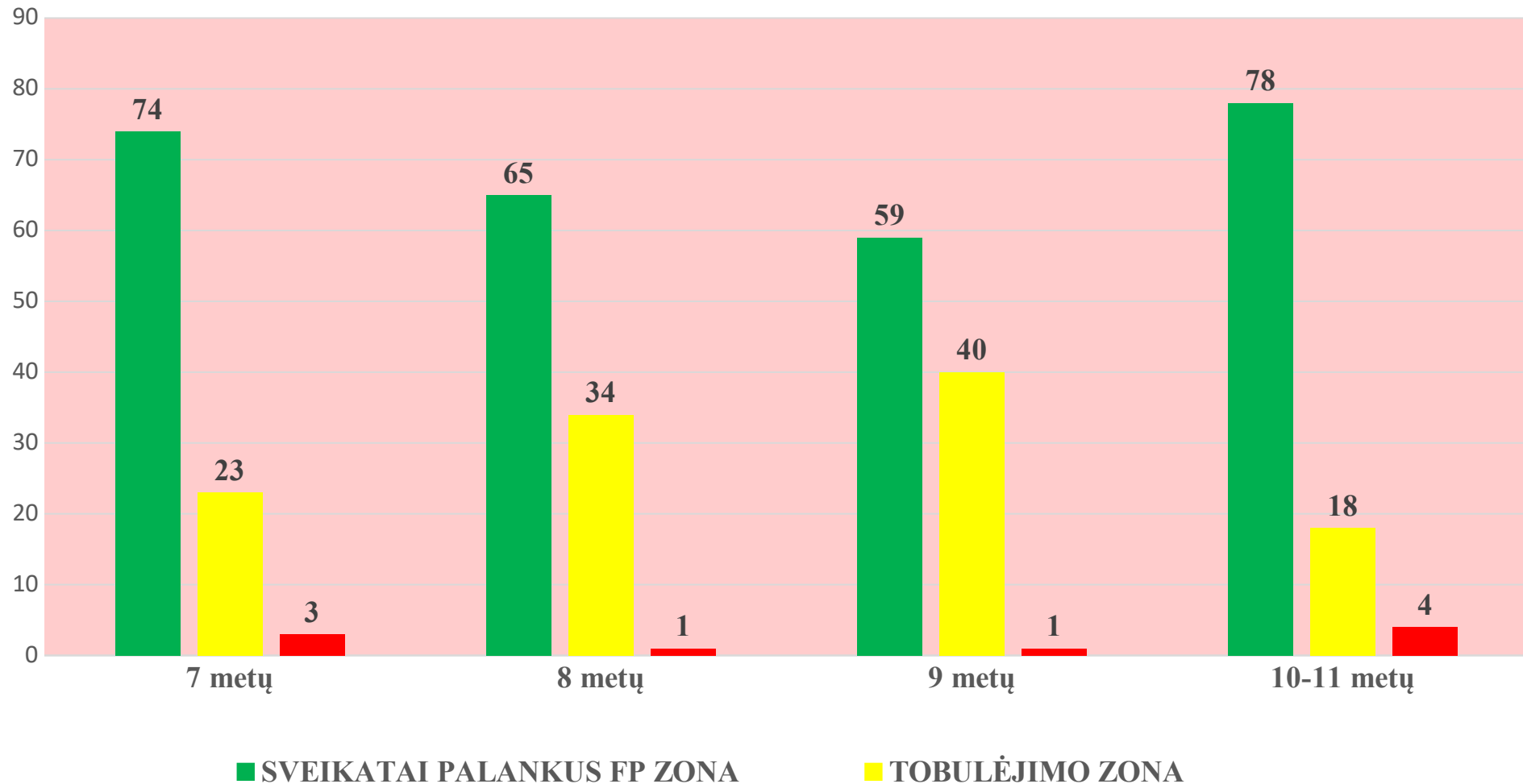
Teniso kamuoliuko metimo (rankų raumenų jėgai nustatyti) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas 2023 m. m. / mergaičių/



10 x 5 m bēgimo šaudykle (greitumui, vikrumui nustatyti) testo rezultātu pasiskirstymas pagal zonas 2023 m. m / mergaičių/

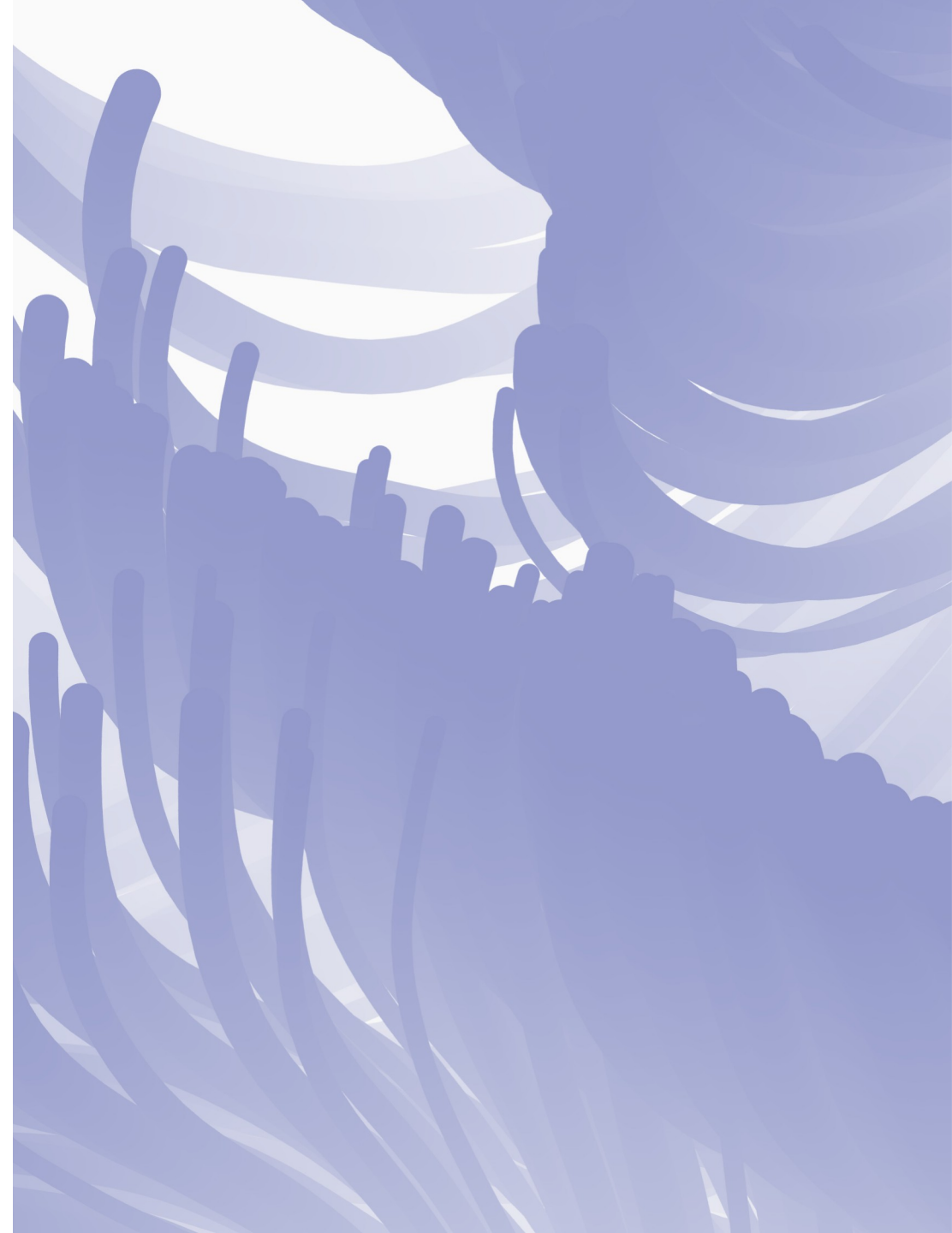


6 minučių bėgimo (širdies ir kraujagyslių sistemos pajėgumui nustatyti) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas 2023 m. m. /mergaičių/

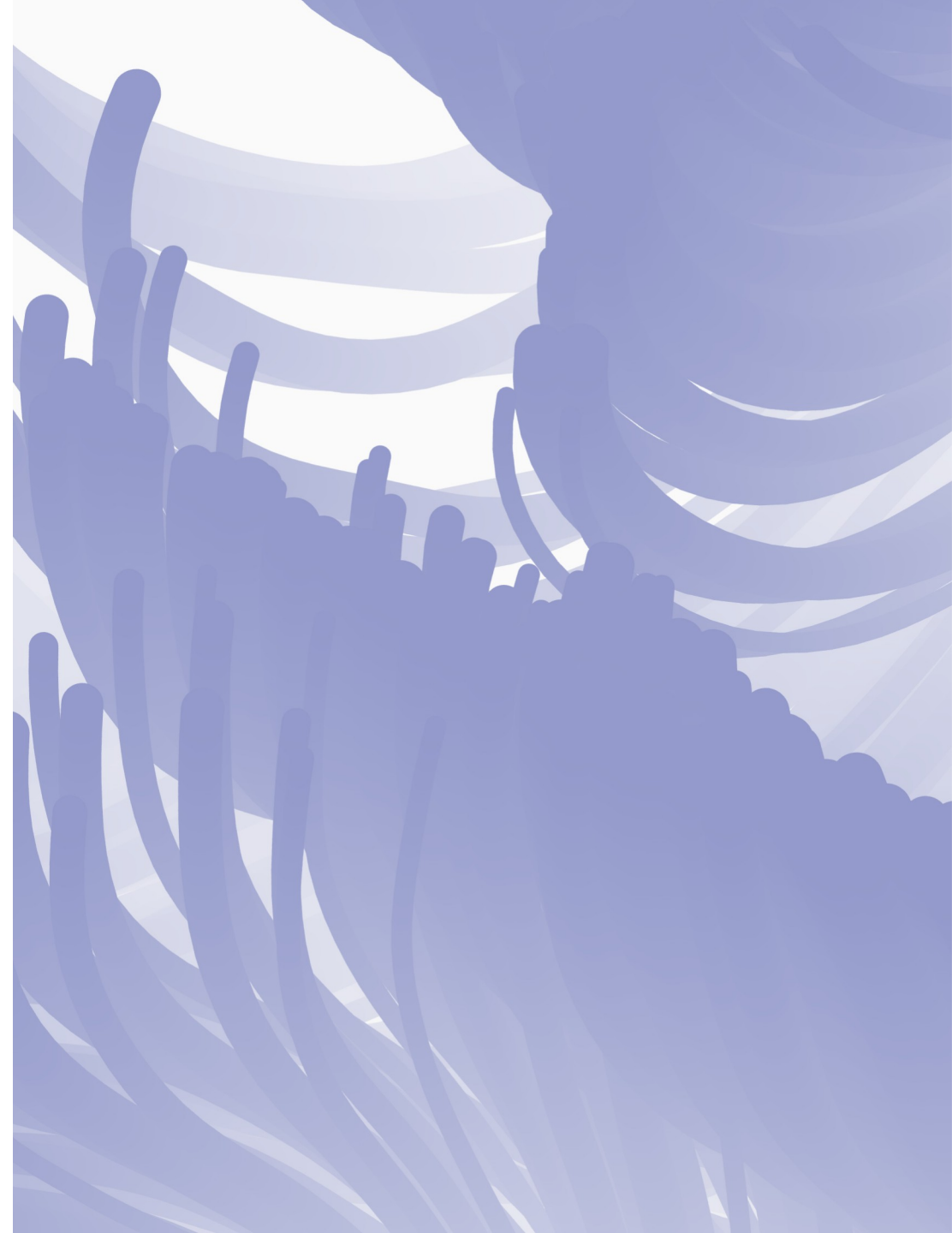


Mokinių fizinio pajėgumo testavimo duomenys rodo, kad dauguma atitinka sveikatai palankios zonos rezultatus. Kiek prastesni rezultatai berniukų 6 min bėgimo- didesnis skaičius mokinių yra tobulėjimo zonos ribose.

Rizika mokinių fizinio pajėgumo rezultatams įžvelgiu dėl su amžiumi ilgėjančio laiko praleidimo prie ekranų. Mažėja laiko skirto fiziniam aktyvumui. Manau, teigiamų rezultatų duotų didesnis šeimos įsitraukimas į bendras fiziškai aktyvias veiklas.



GYVENTI SVEIKA, O
SVEIKAI GYVENTI
IŠMOKSIME





KLAIPĖDOS MIESTO
VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS

MUS RASITE:

Taikos pr. 76, Klaipėda

Tel. (8 46) 234796

El. p. info@sveikatosbiuras.lt

www.sveikatosbiuras.lt

www.facebook.com/biuras