

2021 – 2022 m. m. atliktų mokinių fizinio pajėgumo testų rezultatai

Siekiant keisti jaunimo požiūrį ir juos labiau sudominti fiziniu aktyvumu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministras 2019 m. spalio 8 d. įsakymu Nr. V-1153 patvirtino Mokinių, besimokančių pagal pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, fizinio pajėgumo nustatymo tvarkos aprašą. Tuo tikslu 2021–2022 mokslo metais buvo vertinamas mokinių fizinis pajėgumas. Mokykloje fizinio pajėgumo nustatymas turi būti vykdomas ne rečiau kaip vieną kartą per mokslo metus (nuo vasario iki gegužės mėnesio) visiems pagrindinio ir vidurinio ugdymo programos mokiniams, kurie priklauso **pagrindinei** fizinio ugdymo grupei. Mokinių fizinio ugdymo grupė yra nurodoma Vaiko sveikatos pažymėjime (forma Nr.027-1/a), kai mokinys privalomai tikrinasi sveikatą prieš mokslo metų pradžią.

Mokinių fizinio pajėgumo testų rezultatai pažymiais nevertinami, negali būti naudojami mokinių ir mokyklų reitingavimui. Mokinių fizinio pajėgumo testų rezultatai netraktuojami kaip mokiniui privalomos įvykdyti normos. Kiekvienos mokinio fizinės ypatybės priskyrimas nurodytai zonai yra skirtas gerinti mokinio fizinį pajėgumą fizinio aktyvumo priemonėmis bei didinti mokinio suvokimą apie galimas grėsmes jo sveikatai.

Mokinių fizinio pajėgumo nustatymą atlieka mokytojas ir priskiria mokinių fizinio pajėgumo testų rezultatus vienai iš šių fizinio pajėgumo zonų:

1. „Sveikatai palankus“, kuri rodo gerą, sveikatai palankų fizinį pajėgumą;
2. „Reikia tobulėti“, kuri rodo, kad mokiniui reikia tobulinti savo fizinės ypatybės siekiant sveikatai palankaus fizinio pajėgumo;
3. „Sveikatos rizika“, kuri rodo mokinio sveikatai kylančią riziką dėl jo fizinio pajėgumo lygio.

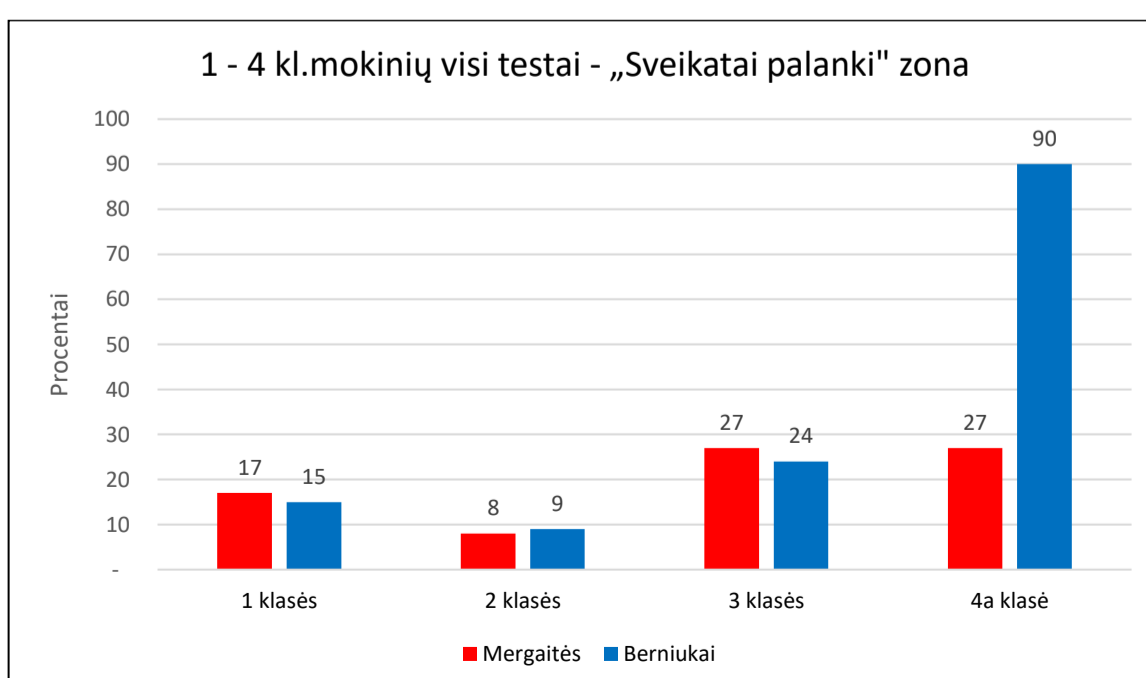
Už mokinių fizinio pajėgumo testų atlikimo kokybę atsako mokytojas.

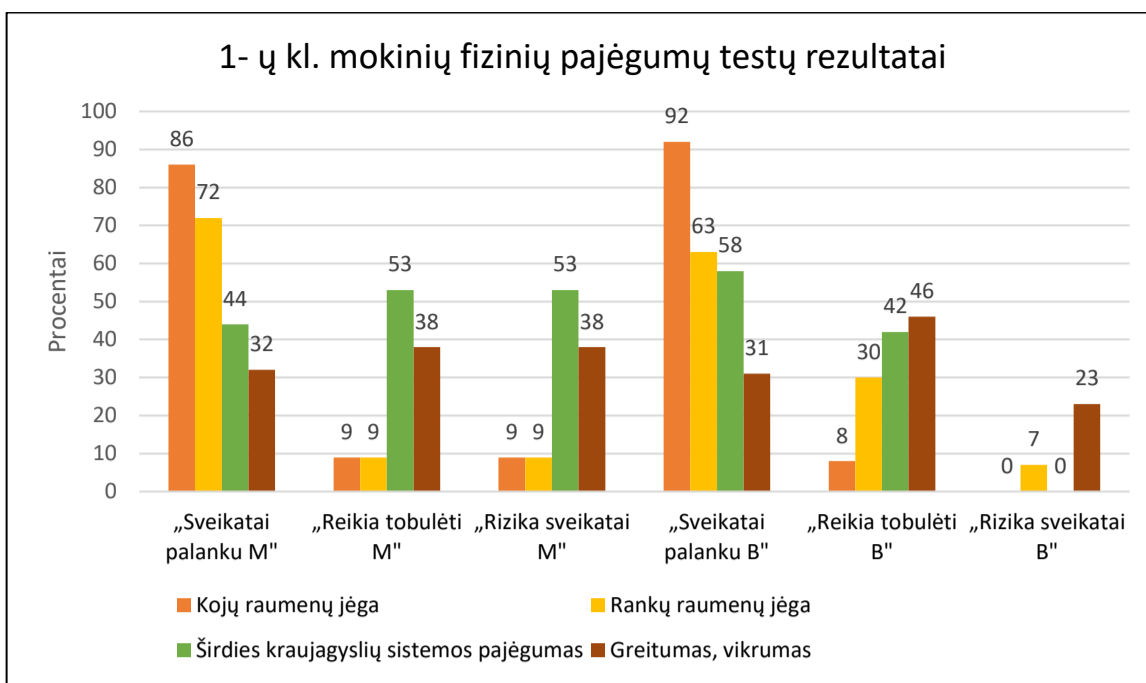
Visuomenės sveikatos specialistas atlieka fizinio pajėgumo rezultatų analizę ir teikia rekomendacijas mokyklos bendruomenės nariams. Individualias rekomendacijas mokiniui ir jo tėvams (globėjams, rūpintojams) dėl mokinio fizinio pajėgumo gerinimo ugdant atitinkamas fizinės ypatybės teikia visuomenės sveikatos specialistas kartu su mokytoju, atsižvelgdami į individualias mokinio ypatybes bei jo sveikatos būklę:

1. jei mokinio fizinio pajėgumo rezultatai priskiriami „Sveikatai palankus“ ir „Reikia tobulėti“ zonoms, tokią informaciją tėvams (globėjams) teikia mokytojas;
2. jei bent vienos mokinio fizinės ypatybės rezultatas priskirtas „Sveikatos rizikos“ zonai, teikia visuomenės sveikatos specialistas. Taip pat gali būti organizuojamas individualus mokinio, tėvų, mokytojo ir visuomenės sveikatos specialisto susitikimas, kuriame aptariamos galimos rizikos mokinio sveikatai bei rekomendacijos atitinkamai (-oms) fizinei (-ėms) ypatybei (-ėms) gerinti.

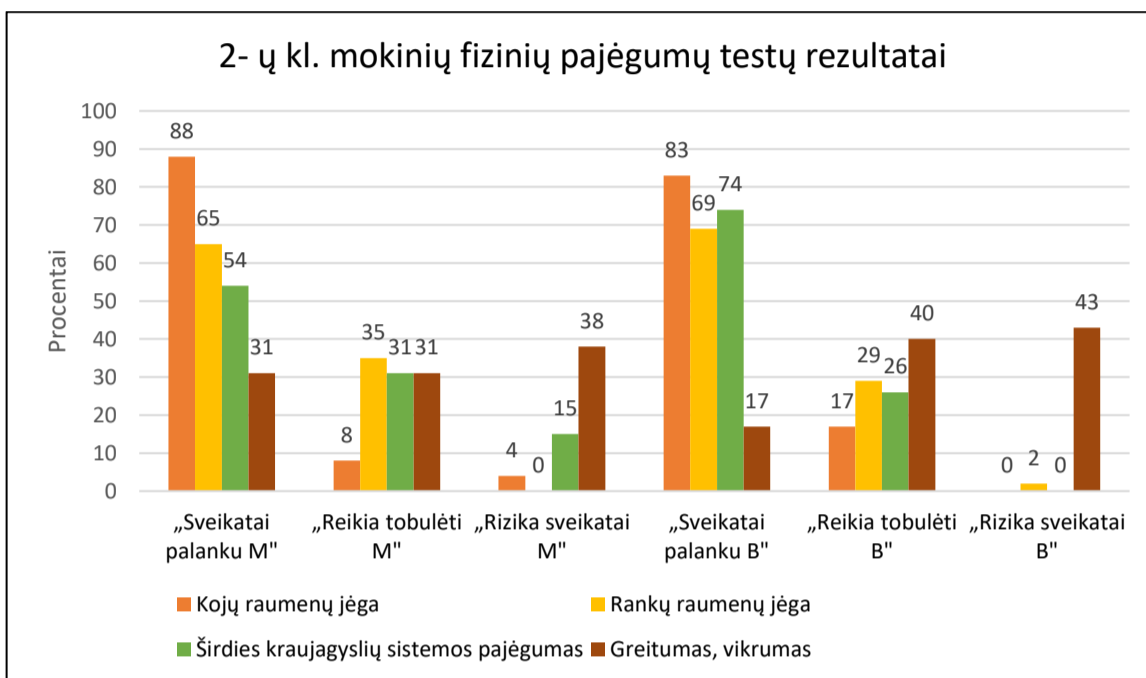
FIZINIO PAJĖGUMO TESTŲ REZULTATAI 2021 – 2022 M. M.
PRADINIS UGDYMAS

Fizinė ypatybė	Kojų raumenų jėga		Rankų raumenų jėga		Širdies kraujagyslių sistemos pajėgumas		Greitumas, vikrumas	
	Vnt.	%	Vnt.	%	Vnt.	%	Vnt.	%
Testas	Šuolis į tolį iš vietos		Teniso kamuoliuko metimas		6 minučių bėgimas		10 x 5bėgimas šaudykle	
Vertinimas	Vnt.	%	Vnt.	%	Vnt.	%	Vnt.	%
1 kl. mergaitės								
Iš viso surinko „Sveikatai palankus“	30	86	23	72	14	44	11	32
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	3	9	3	9	17	53	13	38
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	2	5	6	19	1	3	10	30
1 kl. berniukai								
Iš viso surinko „Sveikatai palankus“	24	92	17	63	14	58	8	31
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	2	8	8	30	10	42	12	46
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	2	7	0	0	6	23
2 kl. mergaitės								
Iš viso surinko „Sveikatai palankus“	23	88	17	65	14	54	8	31
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	2	8	9	35	8	31	8	31
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	1	4	0	0	4	15	10	38
2 kl. berniukai								
Iš viso surinko „Sveikatai palankus“	29	83	24	69	26	74	6	17
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	6	17	10	29	9	26	14	40
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	1	2	0	0	15	43
3 kl. mergaitės								
Iš viso surinko „Sveikatai palankus“	25	76	24	73	24	73	16	49
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	7	21	8	24	8	24	7	21
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	1	3	1	3	1	1	10	30
3 kl. berniukai								
Iš viso surinko „Sveikatai palankus“	29	88	27	84	22	69	10	30
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	4	12	5	16	6	19	4	12
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	0	0	4	12	19	58
4a kl. mergaitės								
Iš viso surinko „Sveikatai palankus“	11	73	11	69	6	40	5	33
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	4	27	5	31	7	47	9	60
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	0	0	2	13	1	7
4a kl. berniukai								
Iš viso surinko „Sveikatai palankus“	9	90	8	80	10	100	10	10
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	1	10	2	20	0	0	0	0
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	0	0	0	0	0	0

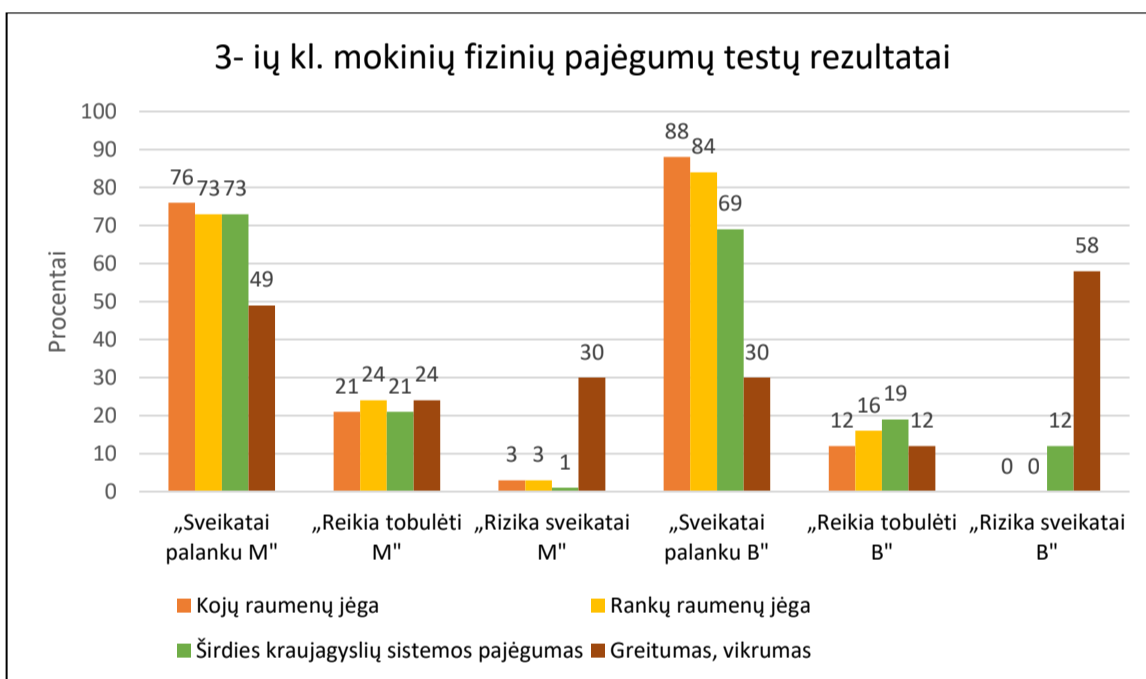




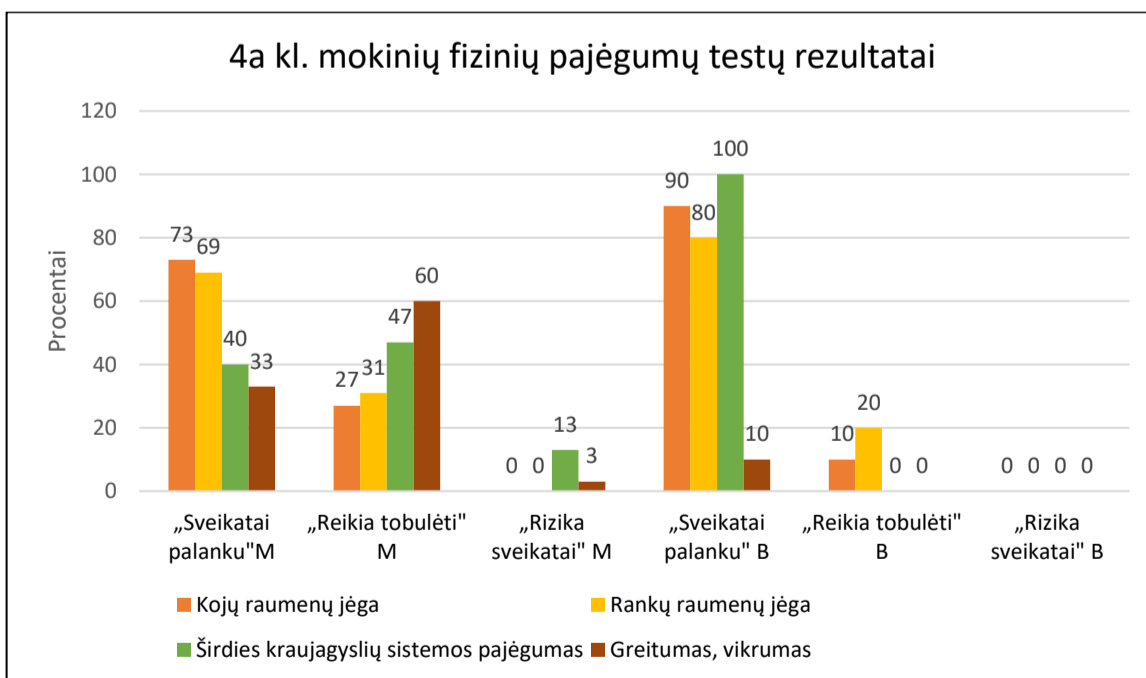
M – mergaitės, B – berniukai



M – mergaitės, B – berniukai



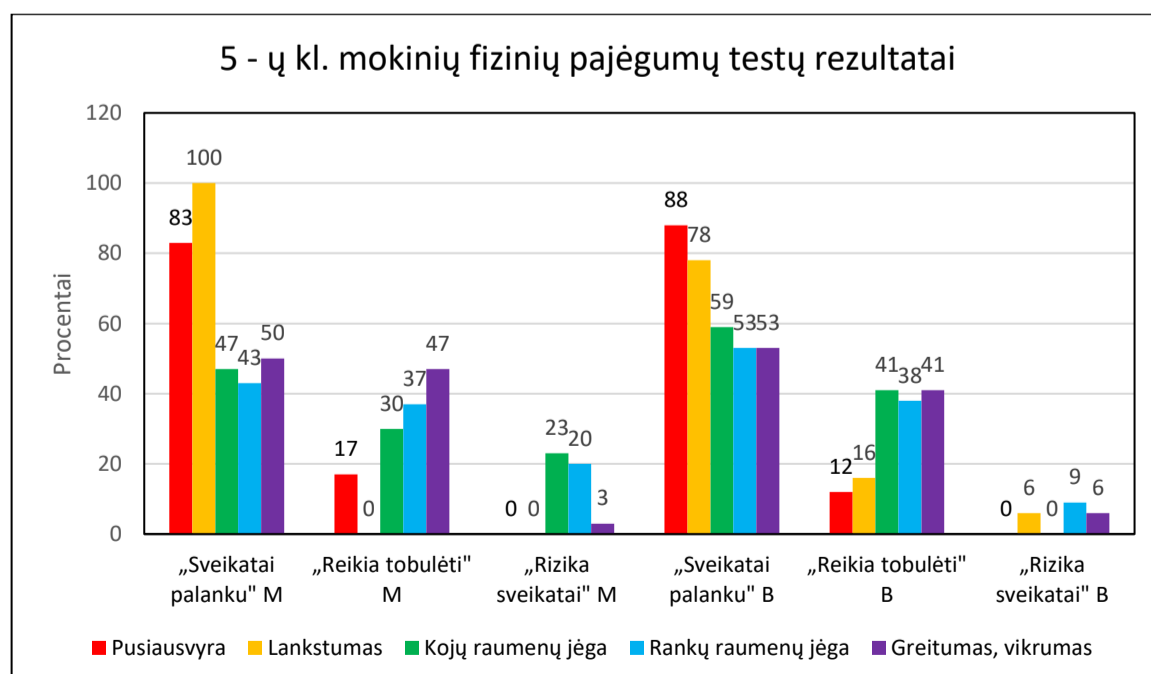
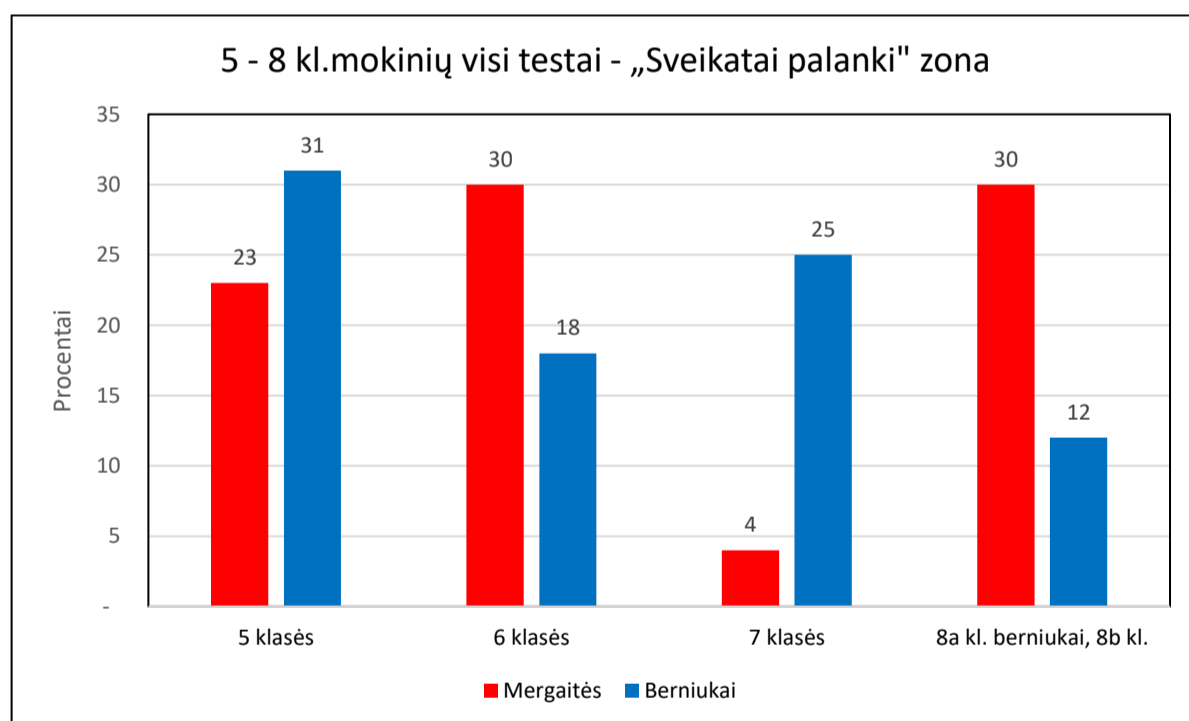
M – mergaitės, B – berniukai



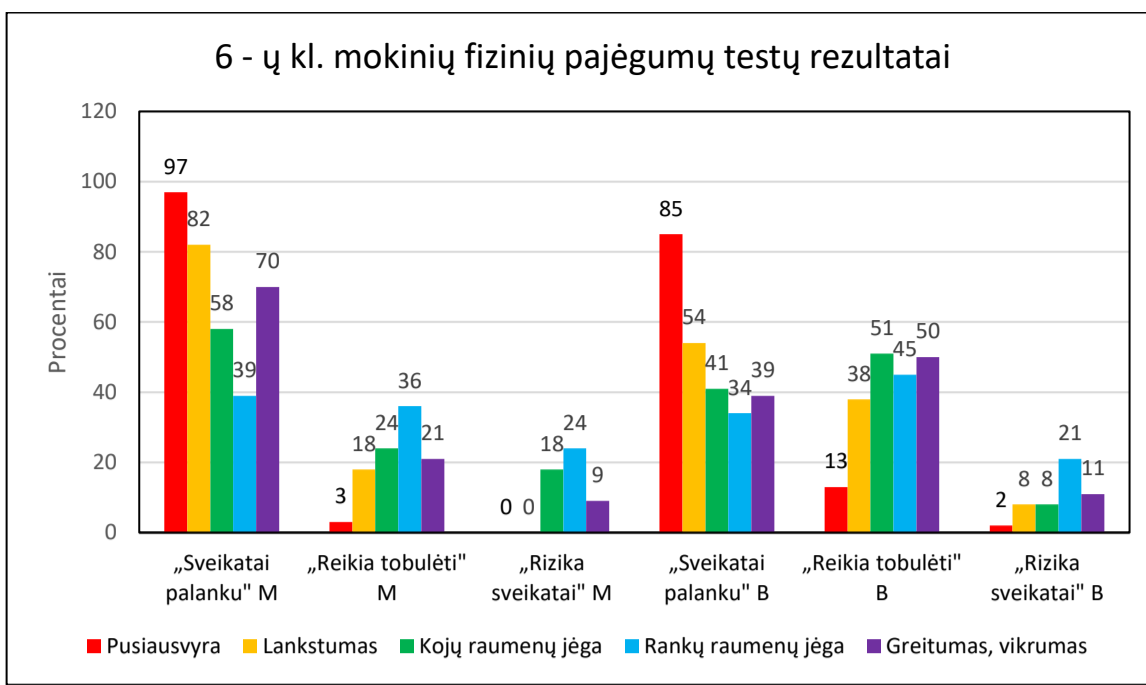
M – mergaitės, B- berniukai

FIZINIO PAJĖGUMO TESTŲ REZULTATAI 2021 – 2022 M. M.
PAGRINDINIS UGDYMAS

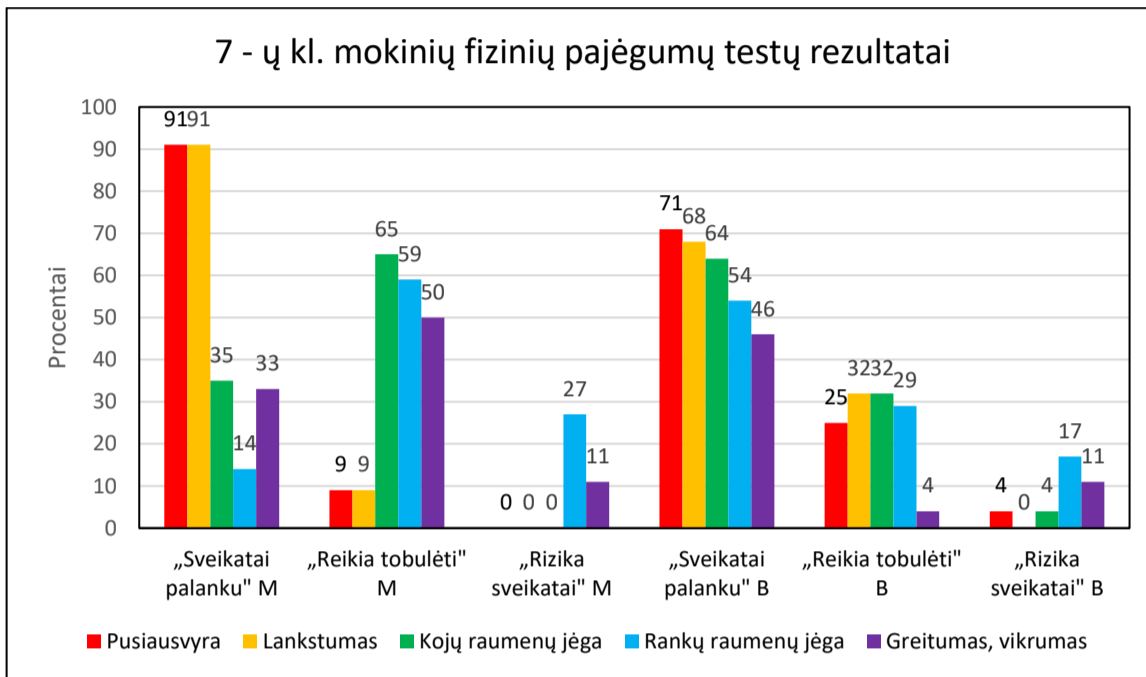
Fizinė ypatybė	Pusiausvyra		Lankstumas		Kojų raumenų jėga		Rankų raumenų jėga		Greitumas, vikrumas	
Testas	Flamingas		Sėstis ir siekti		Šuolis į tolį iš vietos		Kybojimas sulenktomis rankomis		10 x 5 bėgimas šaudykle	
Vertinimas	Vnt.	%	Vnt.	%	Vnt.	%	Vnt.	%	Vnt.	%
5 kl. mergaitės										
Iš viso surinko „Sveikatai palanku“	25	83	30	100	14	47	13	43	15	50
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	5	17	0	0	9	30	11	37	14	47
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	0	0	7	23	6	20	1	3
5 kl. berniukai										
Iš viso surinko „Sveikatai palanku“	28	88	25	78	19	59	17	53	17	53
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	4	12	5	16	13	41	12	38	13	41
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	2	6	0	0	3	9	2	6
6 kl. mergaitės										
Iš viso surinko „Sveikatai palanku“	32	97	27	82	19	58	13	39	23	70
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	1	3	6	18	8	24	12	36	7	21
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	0	0	6	18	8	24	3	9
6 kl. berniukai										
Iš viso surinko „Sveikatai palanku“	33	85	21	54	16	41	13	34	15	39
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	5	13	15	38	20	51	17	45	19	50
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	1	2	3	8	3	8	8	21	4	11
7 kl. mergaitės										
Iš viso surinko „Sveikatai palanku“	21	91	20	91	8	35	3	14	7	33
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	2	9	2	9	15	65	13	59	14	67
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	0	0	0	0	6	27	0	0
7 kl. berniukai										
Iš viso surinko „Sveikatai palanku“	20	71	19	68	15	64	15	54	13	46
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	7	25	9	32	9	32	8	29	12	43
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	1	4	0	0	4	4	5	17	3	11
8b kl. mergaitės										
Iš viso surinko „Sveikatai palanku“	10	100	8	80	6	60	6	60	7	70
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	0	0	2	20	3	30	1	10	3	30
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	0	0	1	10	3	30	0	0
8 kl. berniukai										
Iš viso surinko „Sveikatai palanku“	18	72	16	64	8	33	11	44	14	58
Iš viso surinko „Reikia tobulėti“	7	28	6	24	16	67	14	56	10	42
Iš viso surinko „Rizika sveikatai“	0	0	3	12	0	0	0	0	0	0



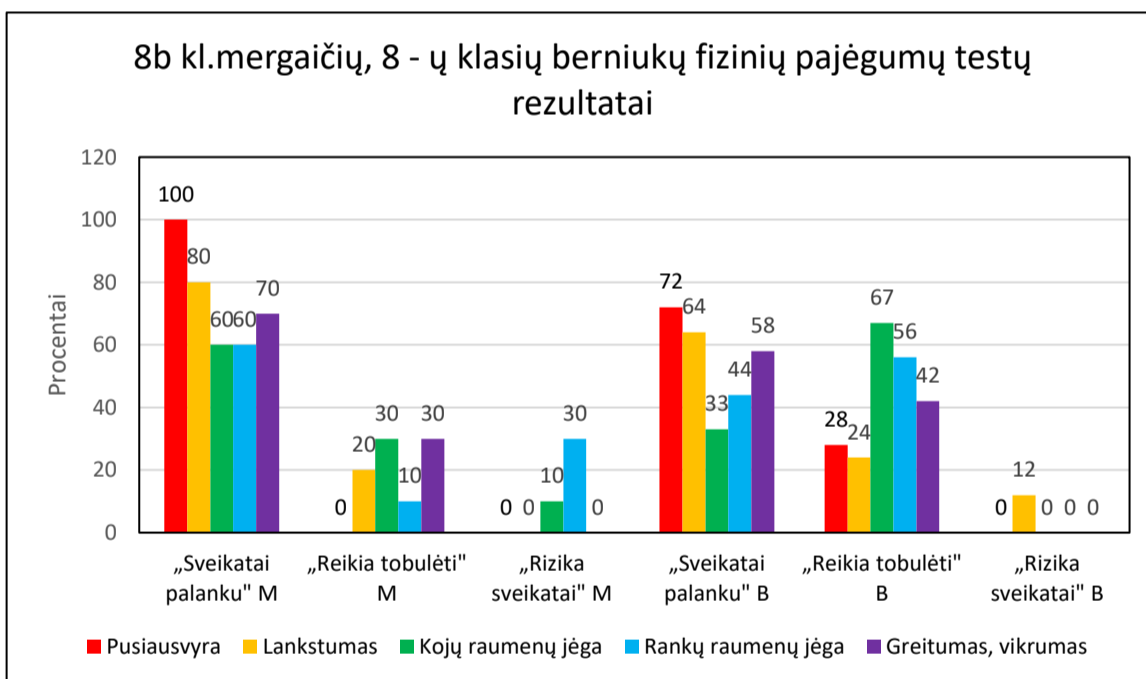
M – mergaitės, B - berniukai



M – mergaitės, B – berniukai



M – mergaitės, B – berniukai



M – mergaitės, B - berniukai