



KLAIPĖDOS MIESTO  
VISUOMENĖS  
SVEIKATOS BIURAS

# Klaipėdos „Universa Via“ tarptautinės mokyklos fizinio pajėgumo testavimo duomenų analizė 2024 m.

Visuomenės sveikatos specialistė  
Edita Runelė

# Fizinio pajėgumo testavimas

- Fizinio pajėgumo testavimas mokykloje atliekamas vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. spalio 8 d. įsakymu Nr. V-1153 „Dėl mokinių, besimokančių pagal pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, fizinio pajėgumo nustatymo tvarkos aprašo patvirtinimo“.
- Universa Via tarptautinėje mokykloje fizinio pajėgumo testavime dalyvavo 144 mokiniai.



# Testuojamų mokinių skaičius pagal amžiaus grupę

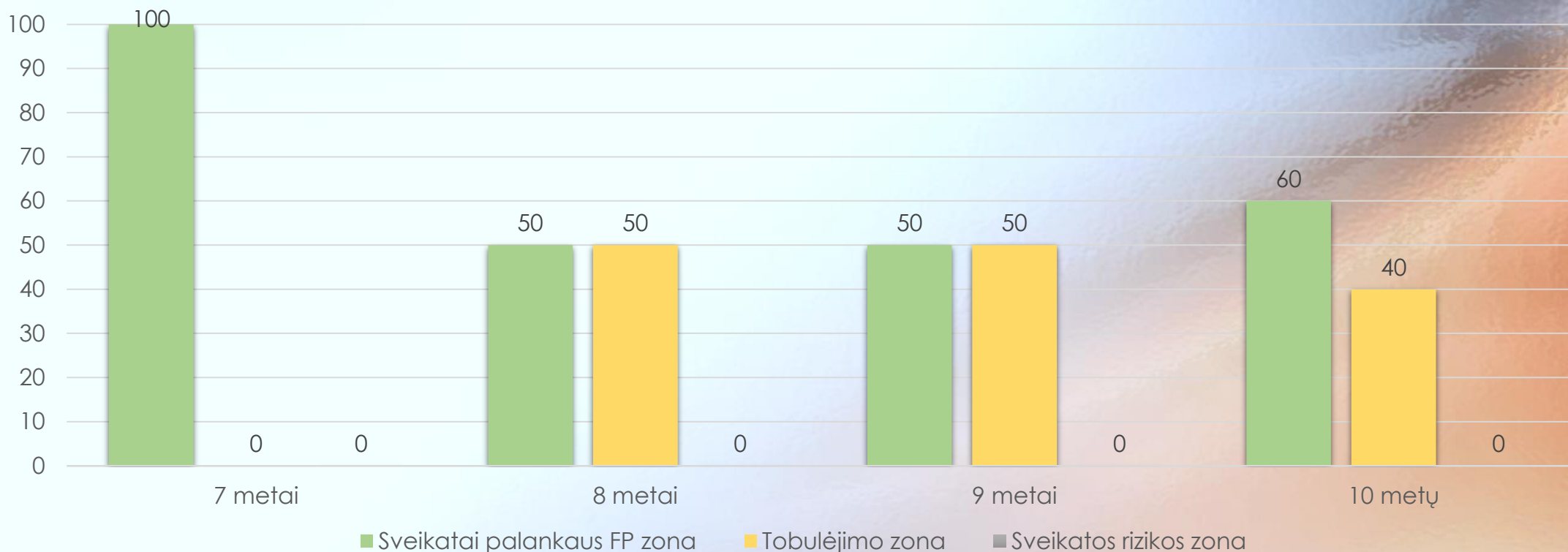
Amžius	Vaikų skaičius
7	3
8	4
9	11
10	18
11	12
12	28
13	20
14	11
15	17
16	9
17	11



# Pradinio ugdymo mokinių fizinio pajėgumo testų analizė (berniukų)

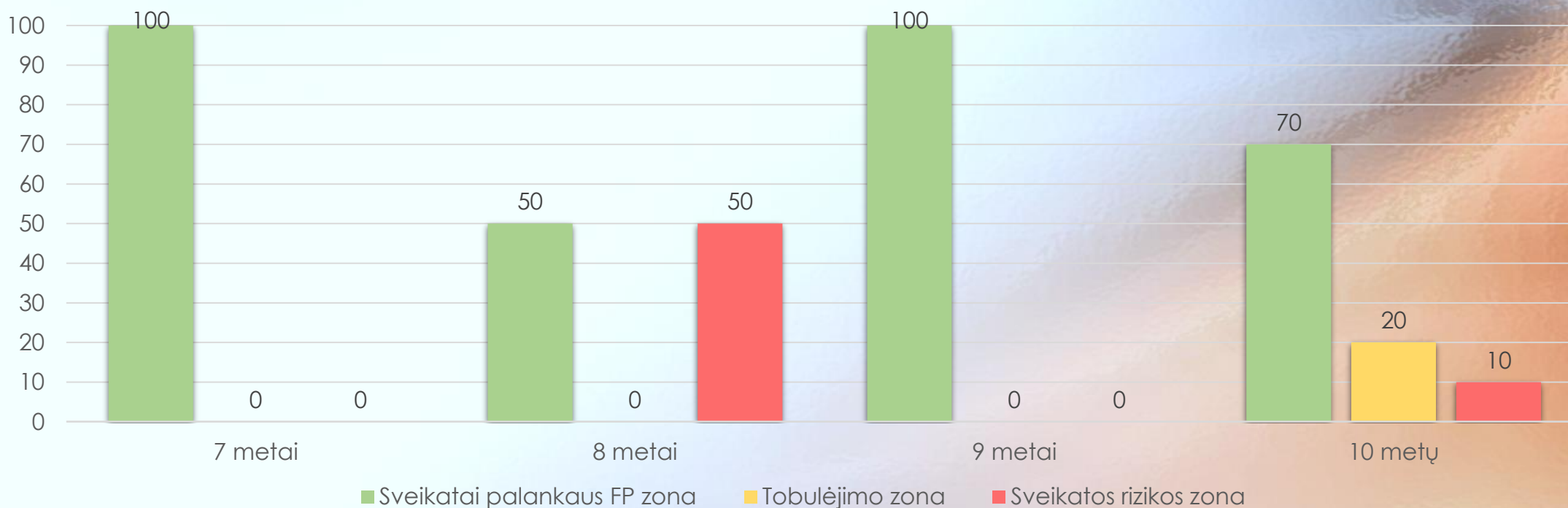


# Šuolio iš vietos į tolį (cm) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



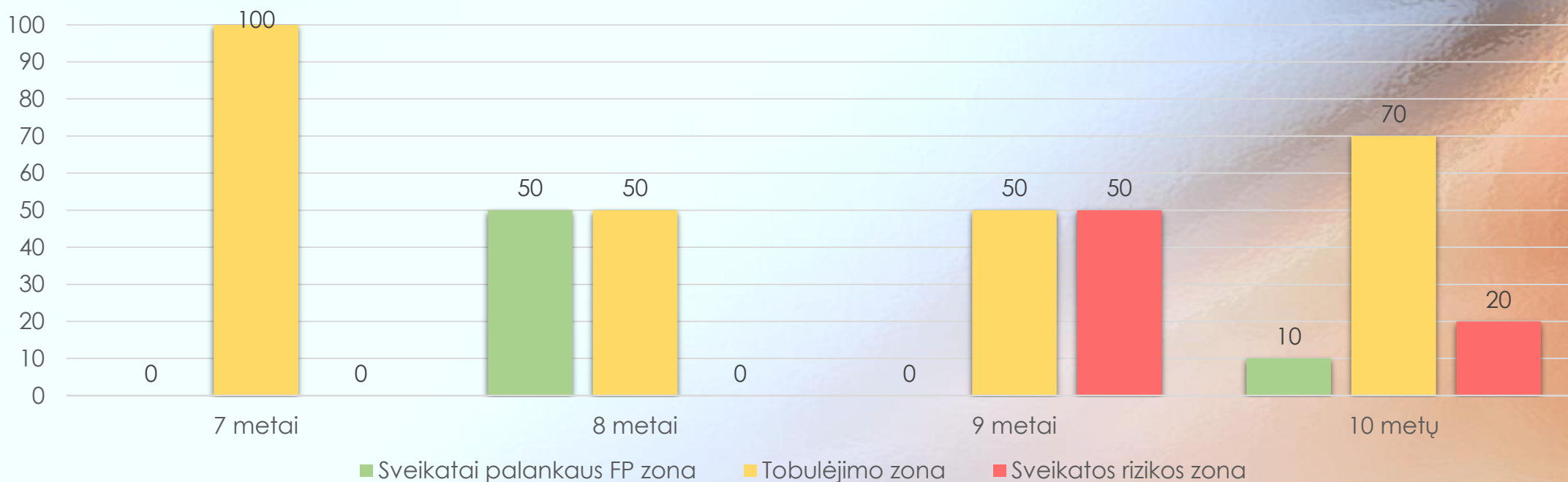
Didžiausia dalis berniukų, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 7 ir 10 metų, į tobulėjimo zoną – 8 ir 9 metų, o į sveikatos rizikos zoną nepateko nei vienas pradinio ugdymo berniukas.

# Teniso kamuoliuko metimo (m) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



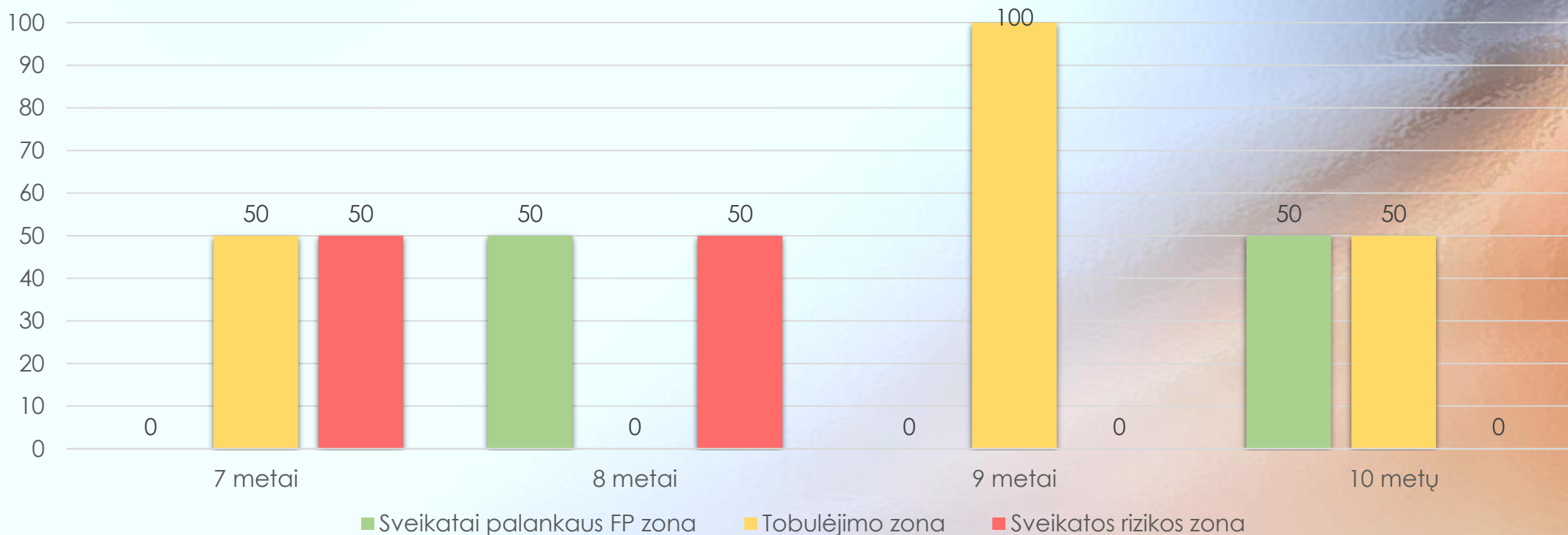
Didžiausia dalis berniukų, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 7 ir 9 metų, į tobulėjimo zoną – 10 metų, o į sveikatos rizikos zoną 8 metų berniukai.

# 10 x 5 m. bėgimo šaudykle (s) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis berniukų, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 8 metų, į tobulėjimo zoną didžiausia dalis pateko 7 metų amžiaus berniukai. Rizikos zonoje didžiausią dalį sudarė 9 metų berniukai.

# 6 min. bėgimo (m) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



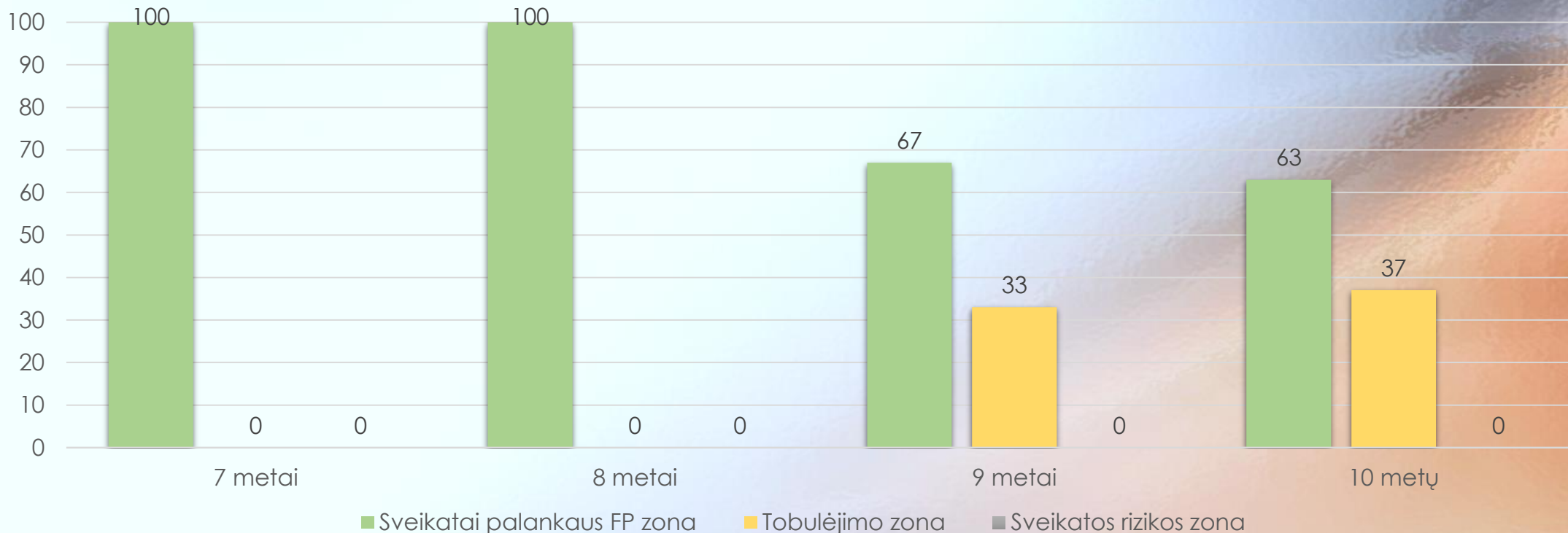
Didžiausia dalis berniukų, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 8 ir 10 metų, į tobulėjimo zoną – 9 metų, o į sveikatos rizikos zoną daugiausiai pateko 7 ir 8 metų berniukai.





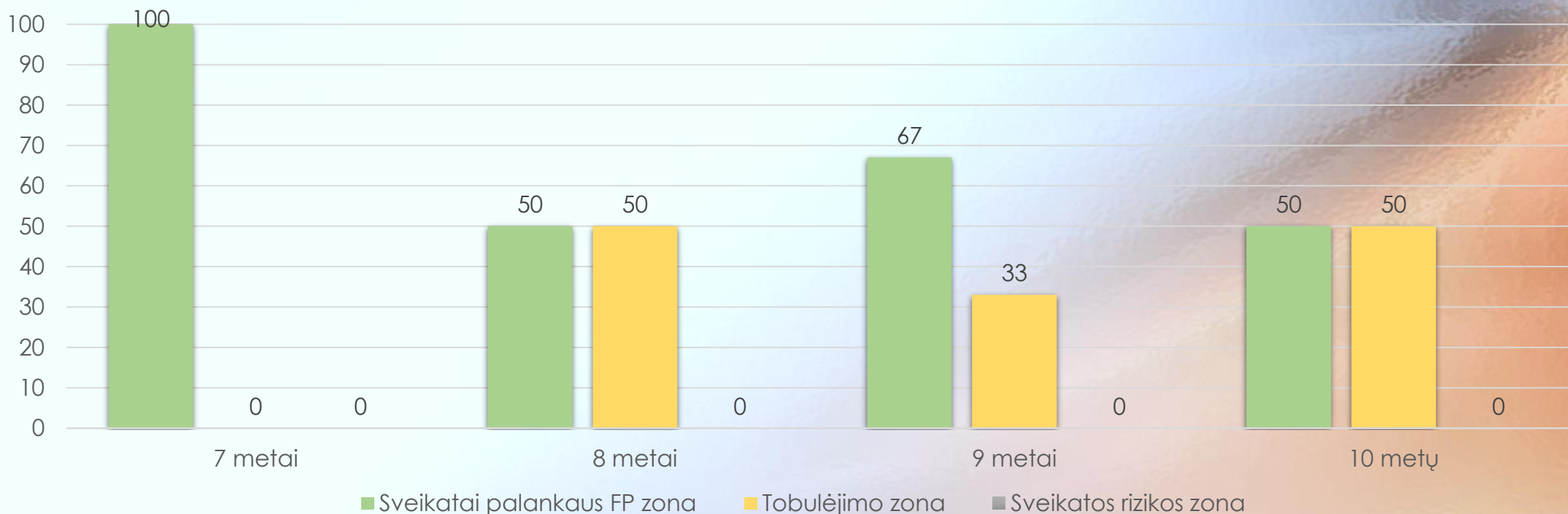
# Pradinio ugdymo mokinių fizinio pajėgumo testų analizė (mergaičių)

# Šuolio iš vietos į tolį (cm) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



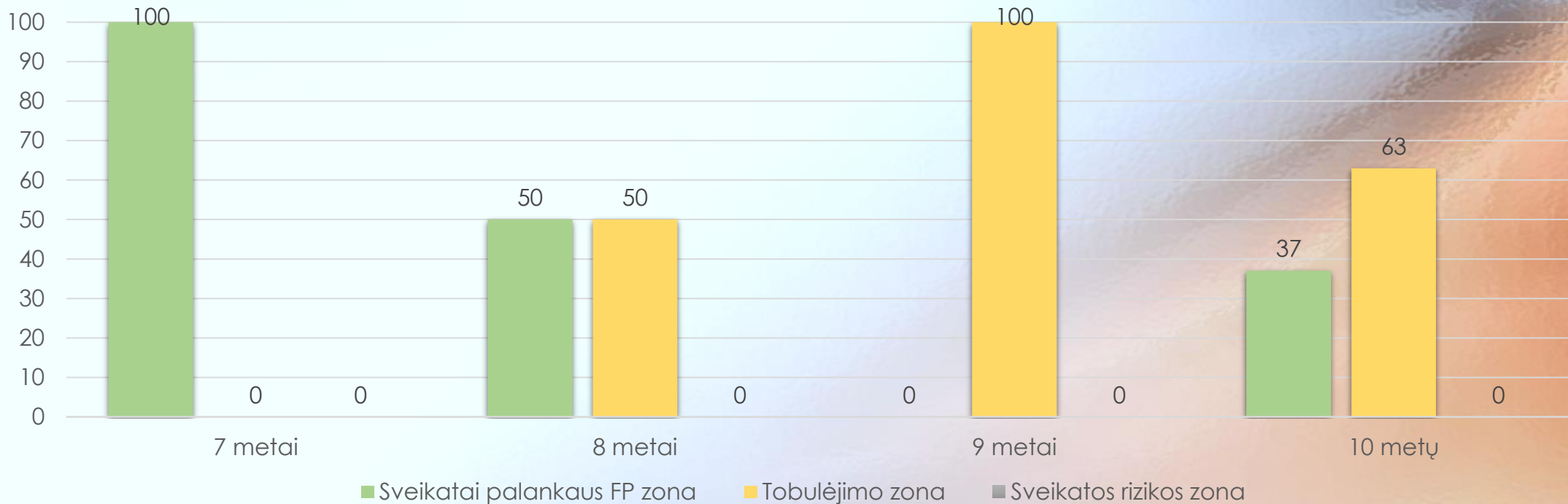
Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 7 ir 8 metų, į tobulėjimo zoną – 10 metų, o į sveikatos rizikos zoną nepateko nei viena pradinio ugdymo mergaitė.

# Teniso kamuoliuko metimo (m) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 7 metų, į tobulėjimo zoną – 8 ir 10 metų, o į sveikatos rizikos zoną nepateko nei viena mergaitė.

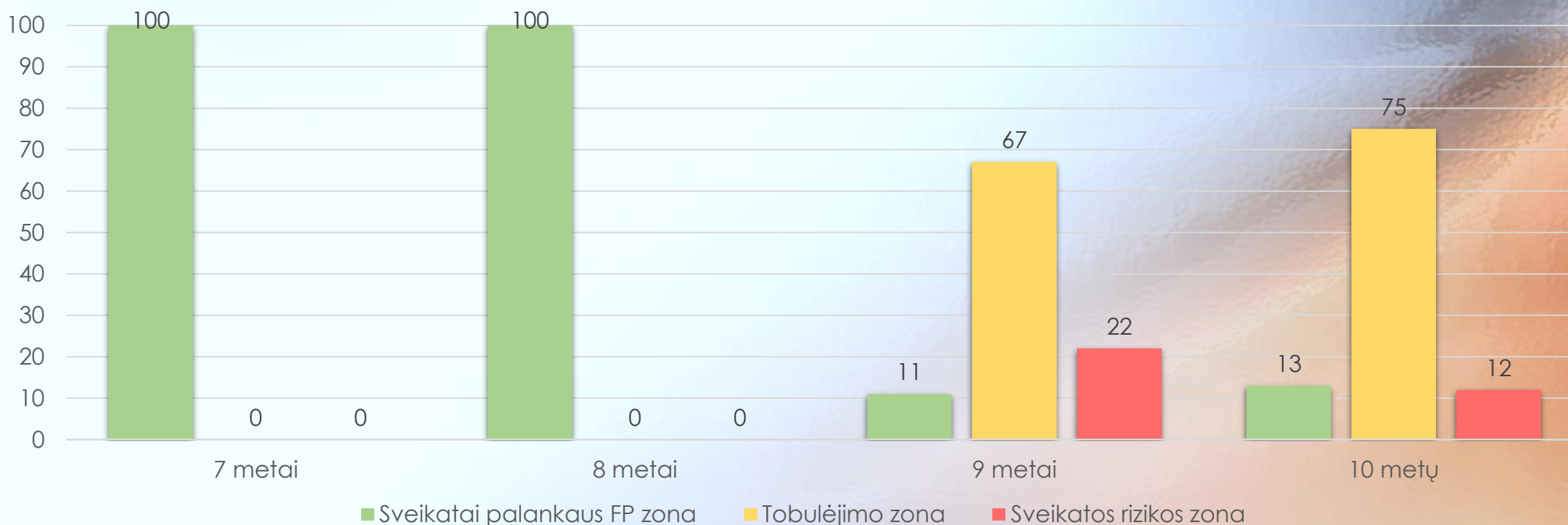
# 10 x 5 m. bėgimo šaudykle (s) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 7 metų, į tobulėjimo zoną – 9 metų, o į sveikatos rizikos zoną nepateko nei viena mergaitė.



# 6 min. bėgimo (m) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)

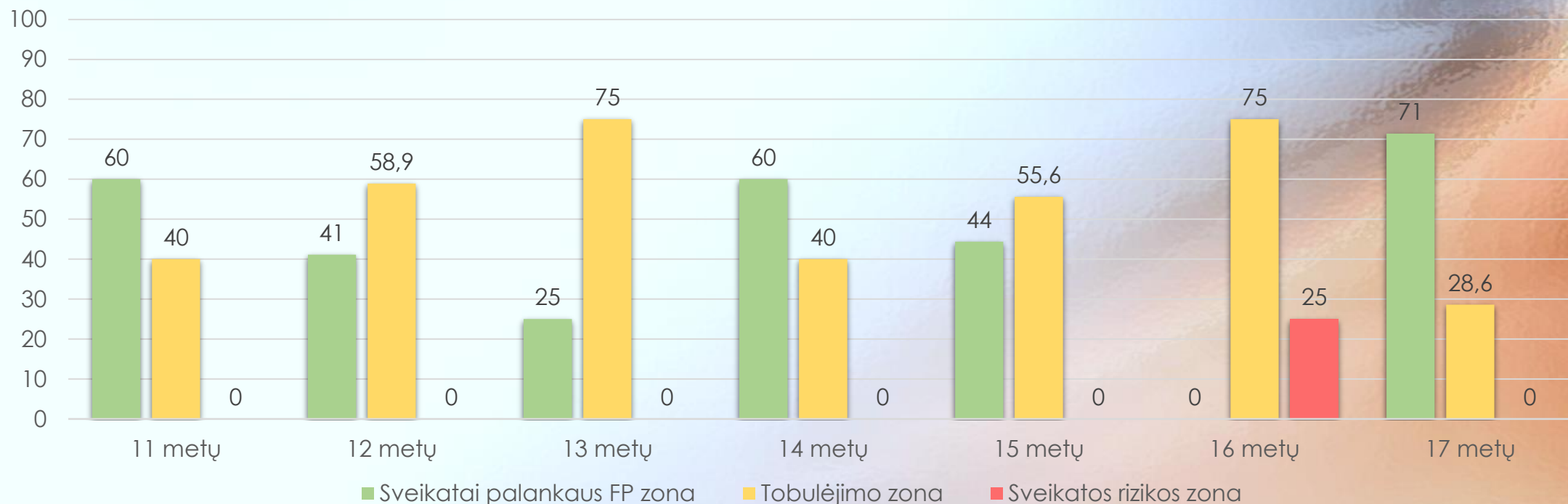


Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 7 ir 8 metų, į tobulėjimo zoną – 10 metų, o į sveikatos rizikos zoną – 9 metų mergaitės.



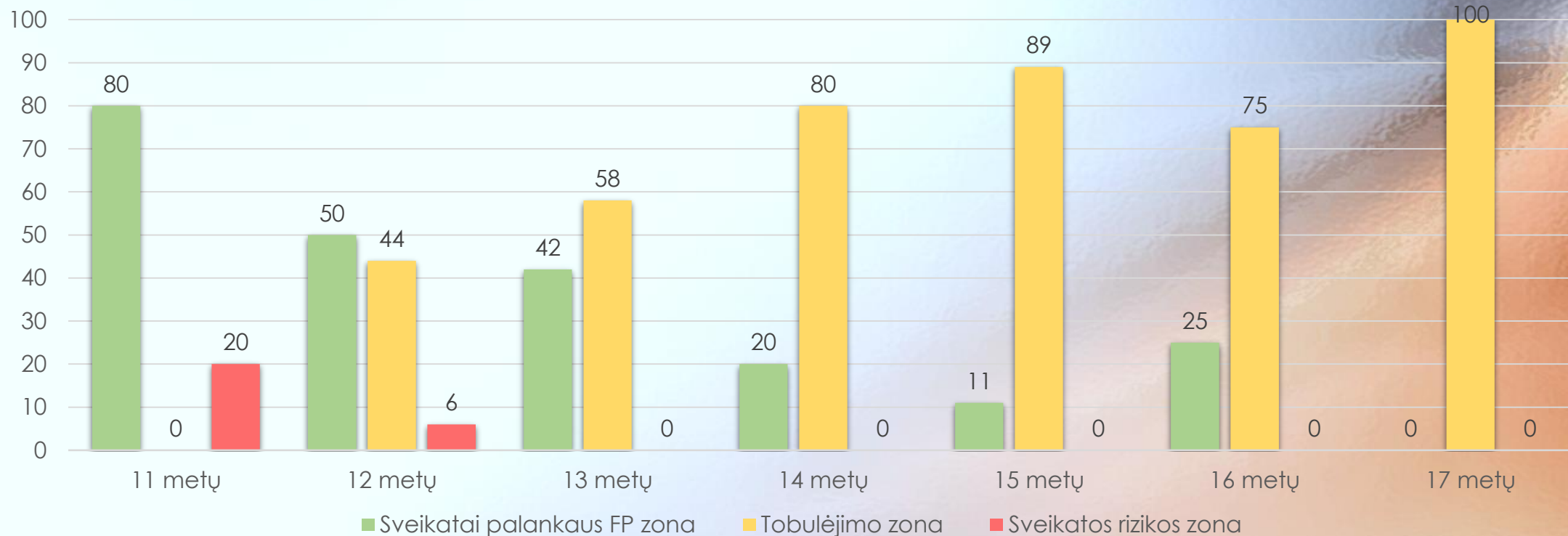
# Pagrindinio ir vidurinio ugdymo mokinių fizinio pajėgumo testų analizė (berniukų)

# „Flamingo“ (užlipimų ant buomelio sk./1min.) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis berniukų, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 17 metų, į tobulėjimo zoną – 13 ir 16 metų, o į sveikatos rizikos zoną 16 metų.

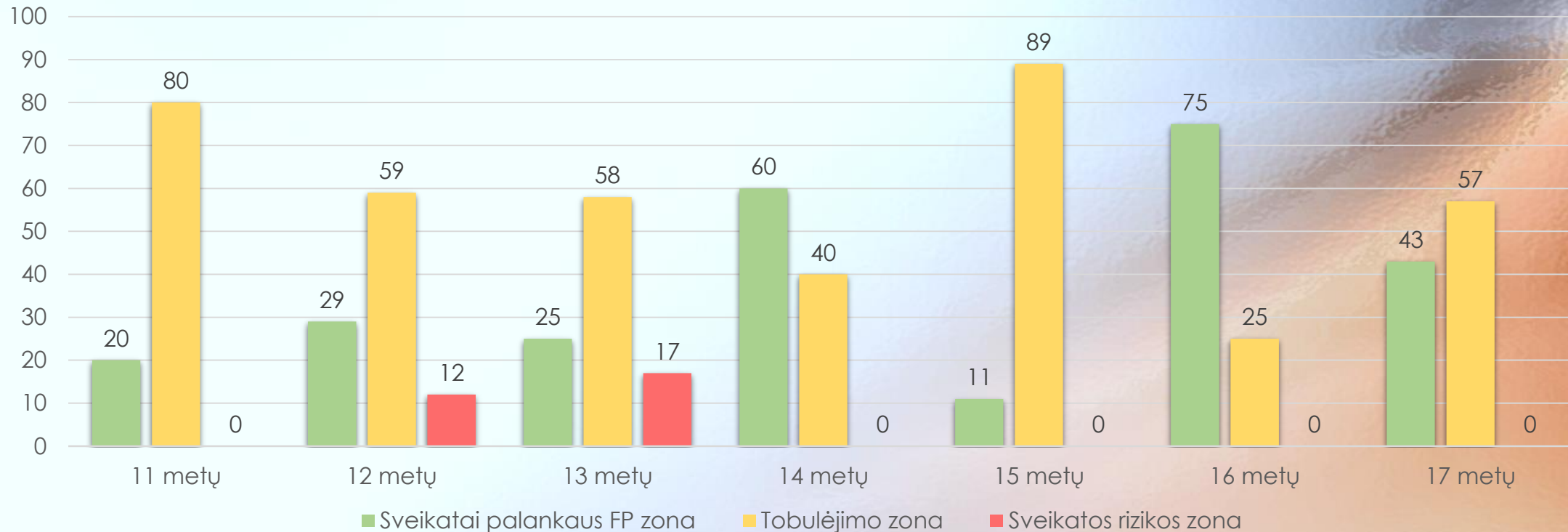
# Sėstis ir siekti (cm) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis berniukų, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 11 metų, į tobulėjimo zoną – 17 metų, o į sveikatos rizikos zoną 11 metų berniukai.

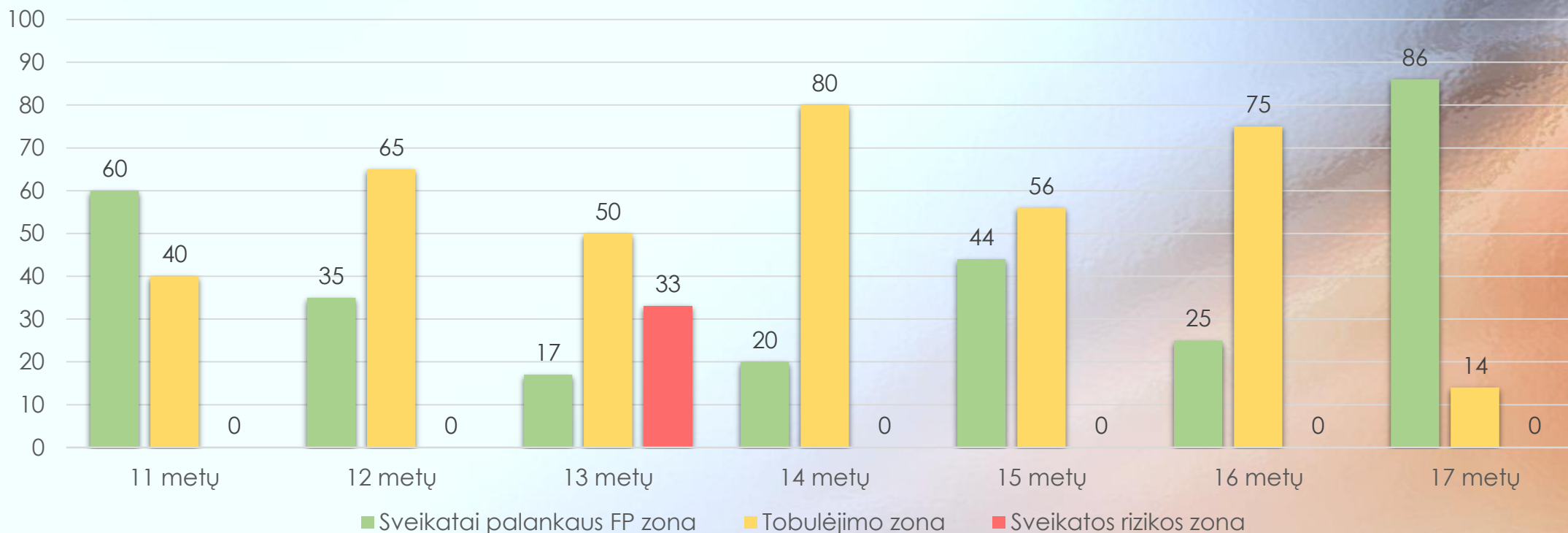


# Šuolis į tolį iš vietos (cm) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



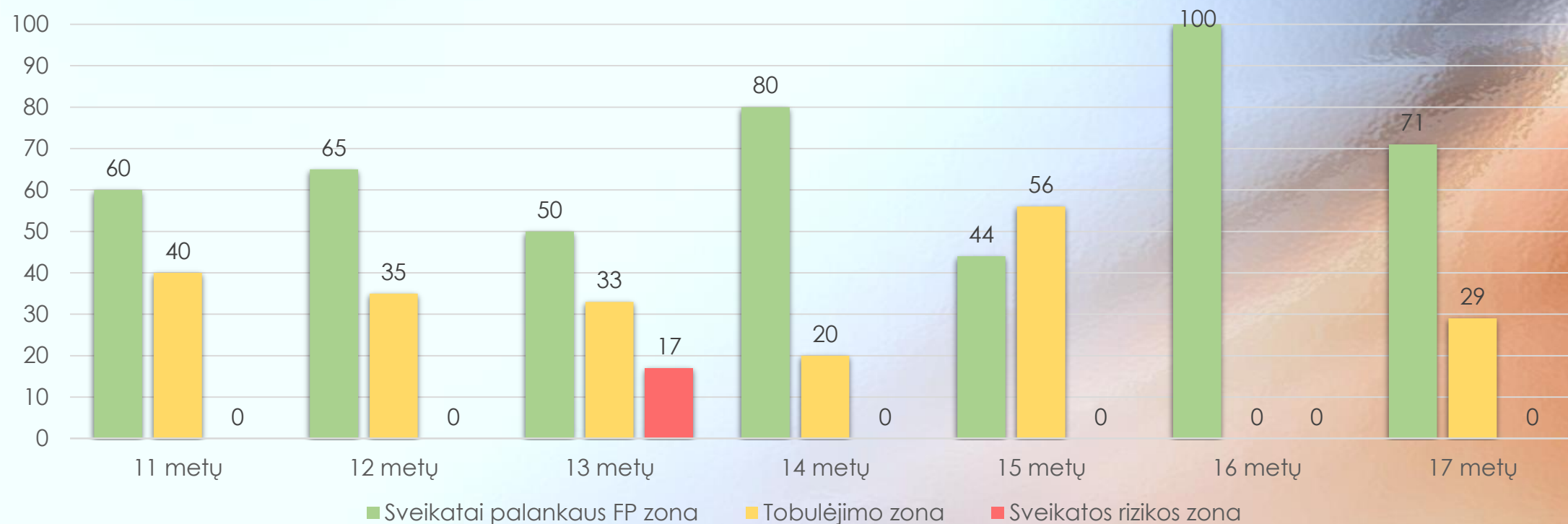
Didžiausia dalis, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 16 metų, į tobulėjimo zoną – 13 ir nedaug atsiliekančys 14 metų berniukai, o į sveikatos rizikos zoną 13 metų berniukai.

# Kybojimas sulenktomis rankomis (s) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis berniukų, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 17 metų, į tobulėjimo zoną – 14 metų ir nedaug atsiliekantys 16 metų, o į sveikatos rizikos zoną 13 metų.

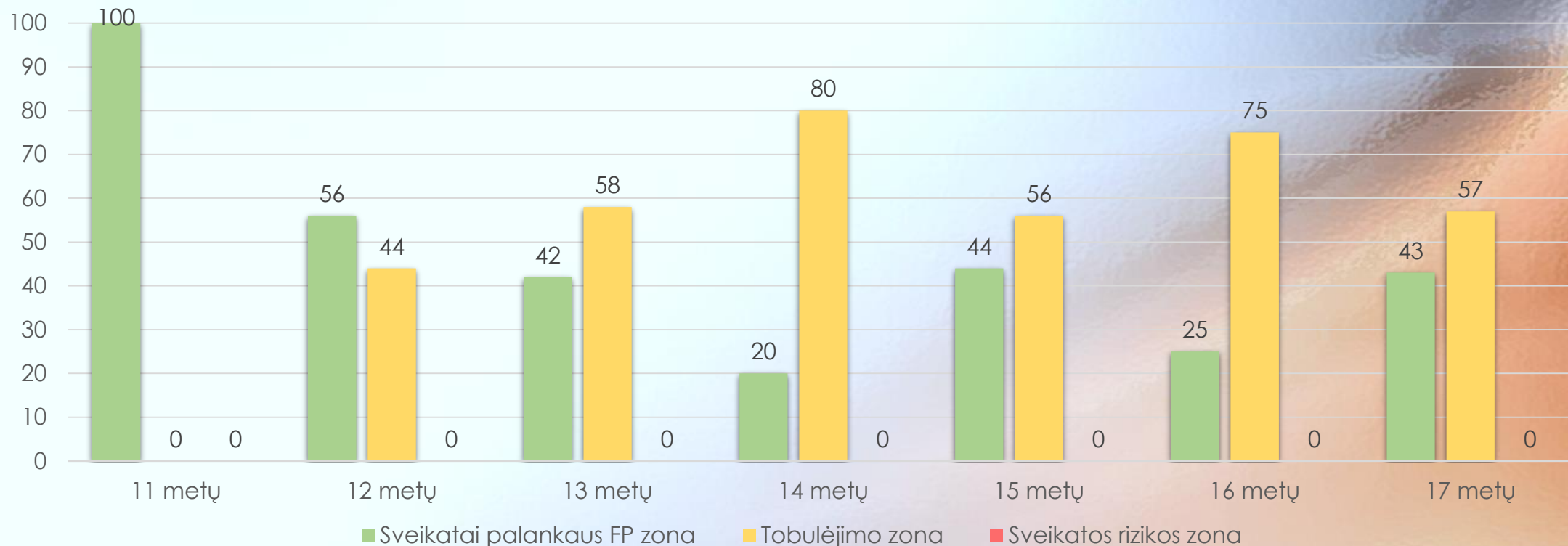
# 10x5 m bėgimas šaudykle (s) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis berniukų, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 16 metų, į tobulėjimo zoną – 15 metų, o į sveikatos rizikos zoną 13 metų berniukai.



## 20 m bėgimas šaudykle (min.) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



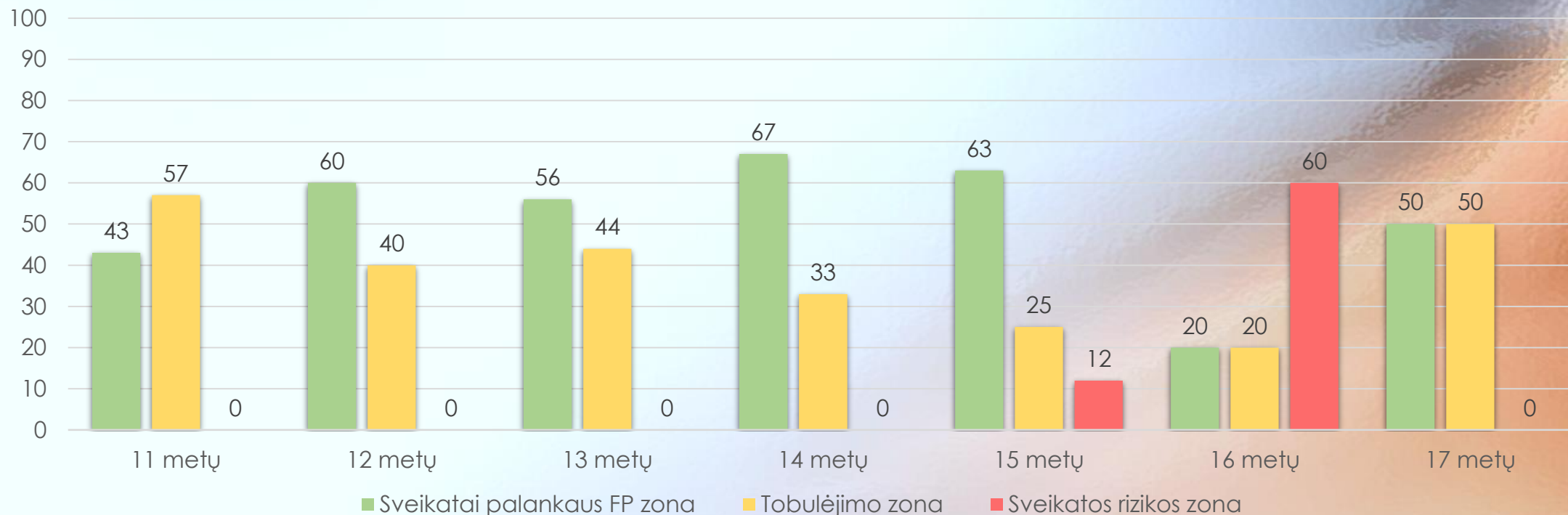
Didžiausia dalis berniukų, kurie pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 11 metų, į tobulėjimo zoną – 14 metų. Į sveikatos rizikos zoną nepateko nei vienas berniukas. Atkreipiamas dėmesys, kad 11 metų berniukai visi pateko į sveikatai palankaus FP zoną.





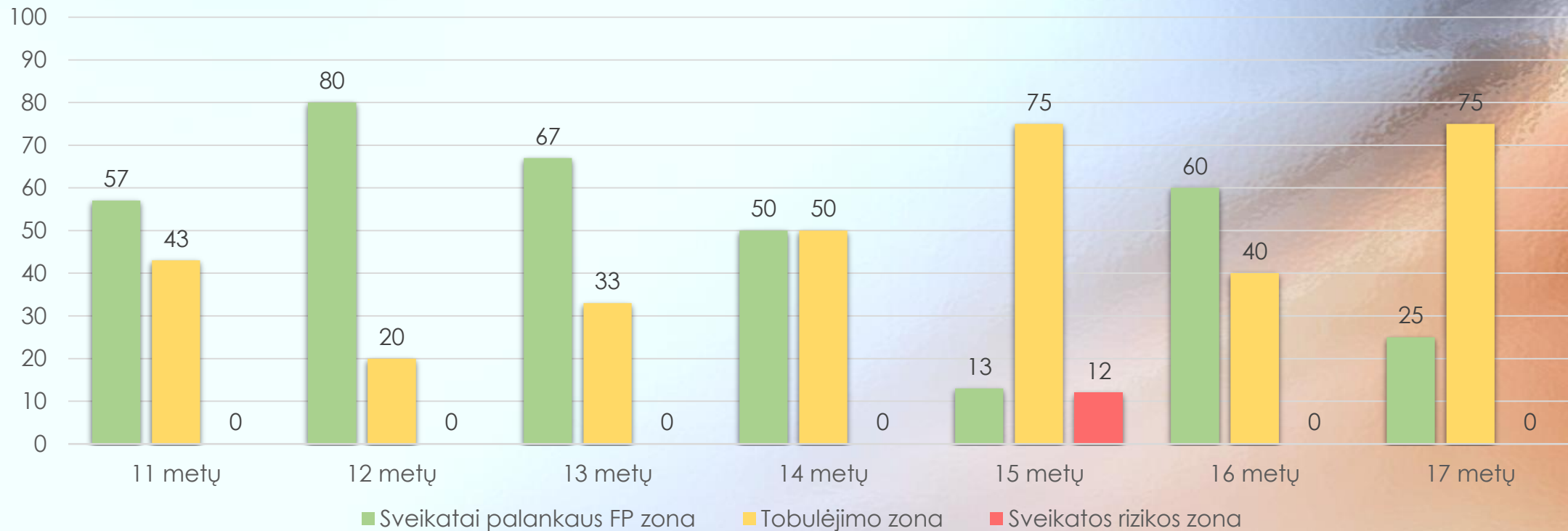
# Pagrindinio ir vidurinio ugdymo mokinių fizinio pajėgumo testų analizė (mergaičių)

# „Flamingo“ (užlipimų ant buomelio sk./1min.) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



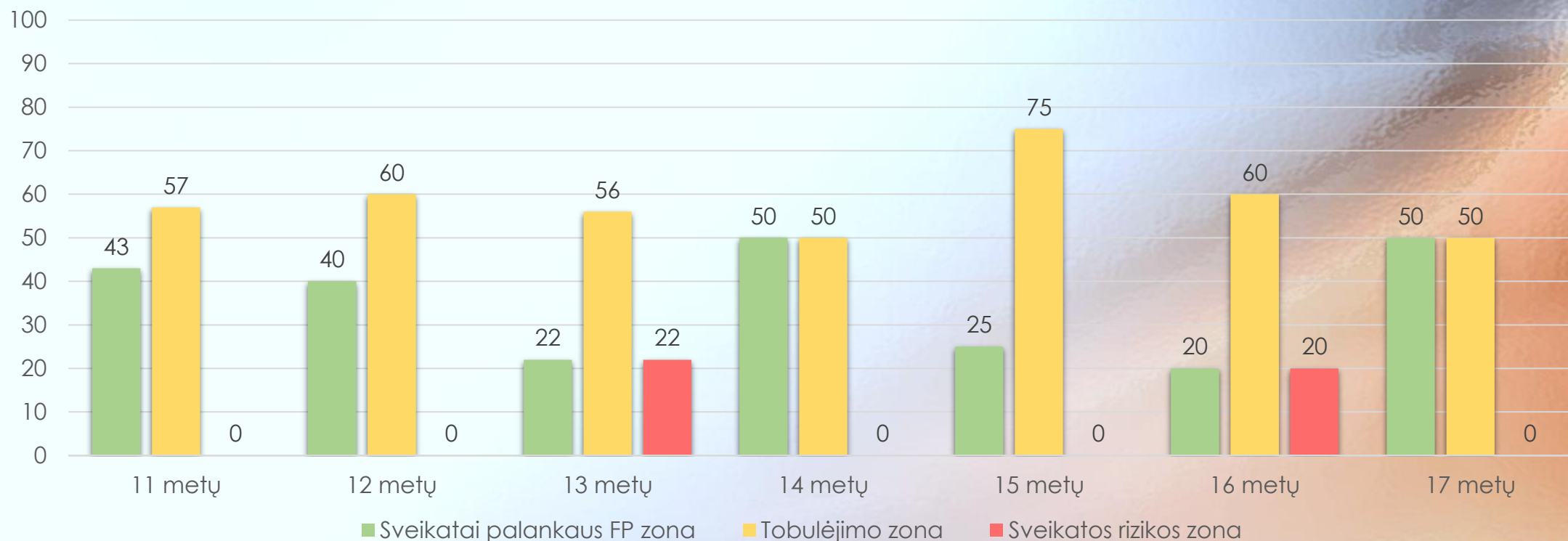
Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 14 metų ir nedaug atsiliekančios 15 metų, į tobulėjimo zoną – 11 metų, o į sveikatos rizikos zoną 16 metų.

# Sėstis ir siekti (cm) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 12 metų, į tobulėjimo zoną – 15 ir 17 metų, o į sveikatos rizikos zoną 15 metų mergaitės.

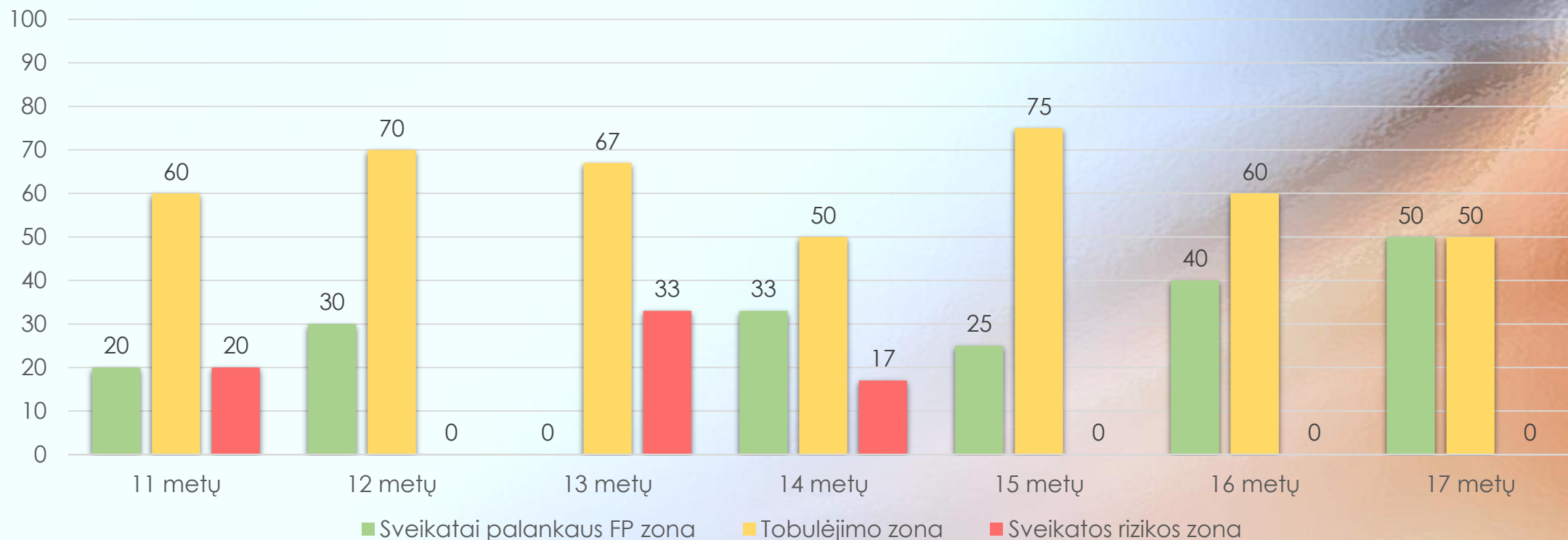
## Šuolis į tolį iš vietos (cm) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 14 ir 17 metų, į tobulėjimo zoną – 15 metų, o į sveikatos rizikos zoną 13 ir 16 metų.

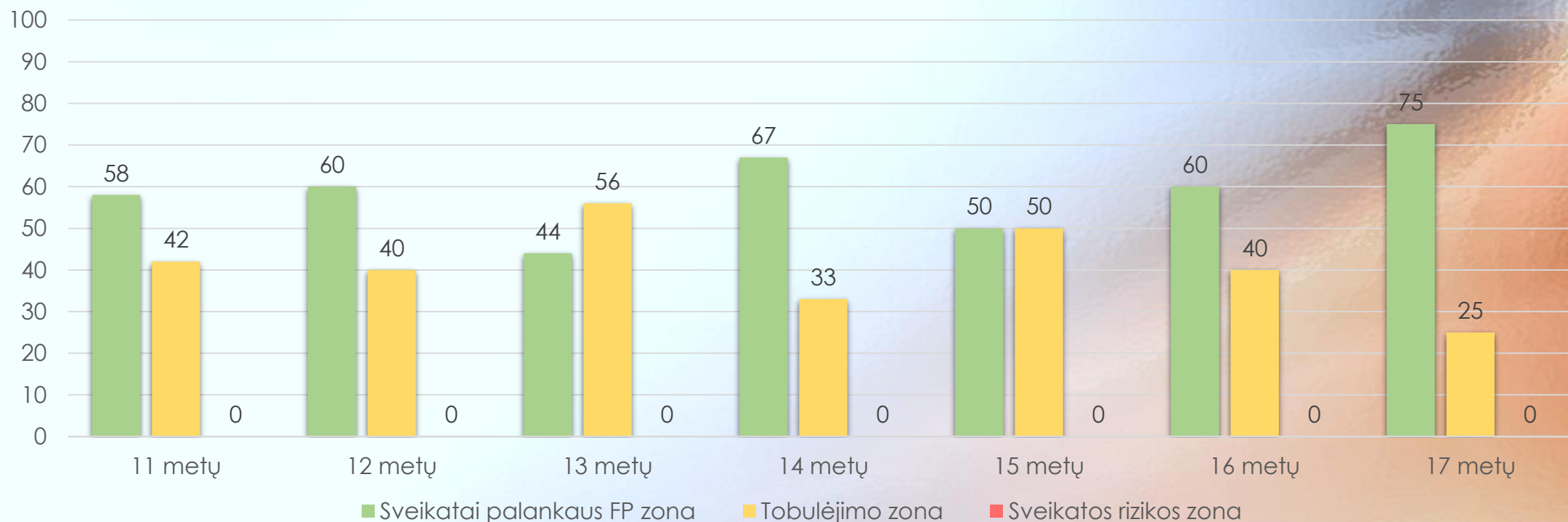


# Kybojimas sulenktomis rankomis (s) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



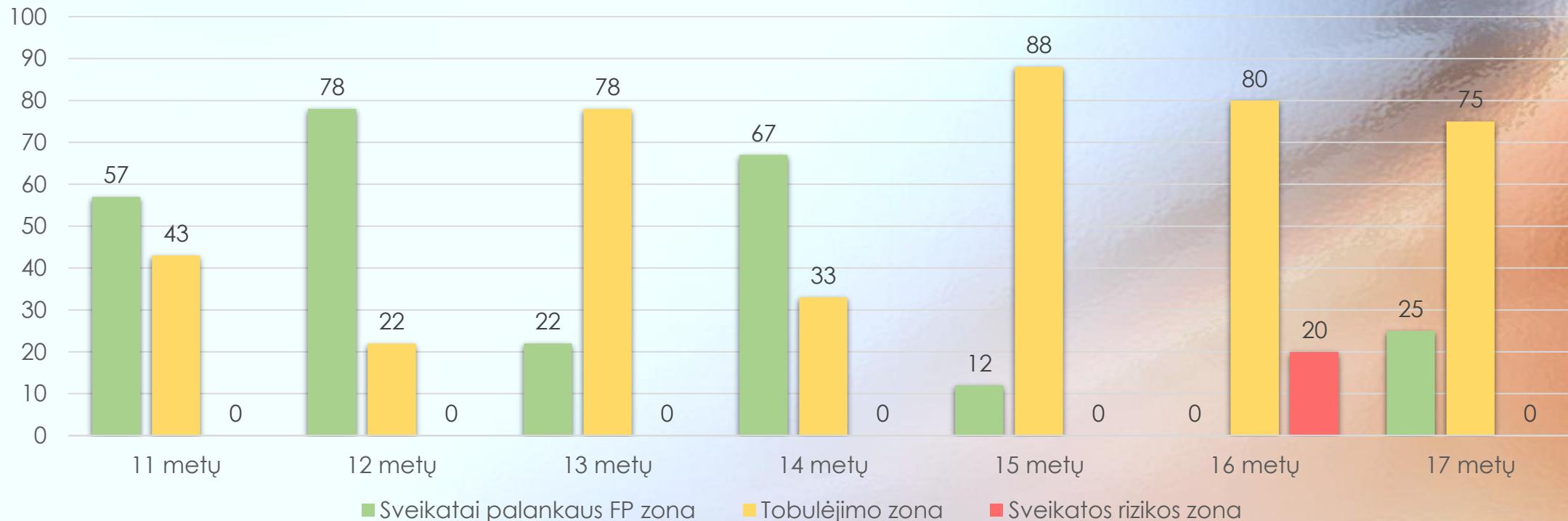
Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 17 metų, į tobulėjimo zoną – 1 metų, o į sveikatos rizikos zoną 13 metų mergaitės.

# 10x5 m bėgimas šaudykle (s) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 17 metų, į tobulėjimo zoną – 13 metų, o į sveikatos rizikos zoną nepateko nei viena mergaitė.

## 20 m bėgimas šaudykle (min.) testo rezultatų pasiskirstymas pagal zonas (proc.)



Didžiausia dalis mergaičių, kurios pagal šį testo įvertinimą pateko į sveikatai palankaus FP zoną yra 12 metų, į tobulėjimo zoną 15 metų mergaitės, o į sveikatos rizikos zoną daugiausiai pateko 16 metų.



# Apibendrinimas

- Iš viso fizinio pajėgumo testavime dalyvavo 144 mokiniai, iš kurių 75 berniukai ir 69 mergaitės.
- Atliekant fizinio pajėgumo testus į sveikatos rizikos zoną bendrai buvo patekta 42 kartus.

Analizuojant mokinių testus, kuomet mokinys nors vieną testą atliko žemiau normos ir pateko į sveikatos rizikos zoną buvo:

- 7 pradinių klasių berniukai;
- 9 pradinių klasių mergaitės;
- 12 pagrindinio ugdymo berniukų;
- 14 pagrindinio ugdymo mergaičių.

Mokiniam, patekusiam į sveikatos rizikos zoną, aptariamos galimos rizikos sveikatai bei rekomendacijos atitinkamoms fizinėms ypatybėms gerinti.





KLAIPĖDOS MIESTO  
VISUOMENĖS  
SVEIKATOS BIURAS

## MUS RASITE:

- Taikos pr. 76, Klaipėda
- Tel. (8 46) 234796
- El. p. [info@sveikatosbiuras.lt](mailto:info@sveikatosbiuras.lt)
- [www.sveikatosbiuras.lt](http://www.sveikatosbiuras.lt)
- [www.facebook.com/biuras](https://www.facebook.com/biuras)