



SPORTO VISA KLAŠE 2015./2016.

FIZISKĀS SAGATAVOTĪBAS TESTĒŠANAS REZULTĀTI

Z.Galeja

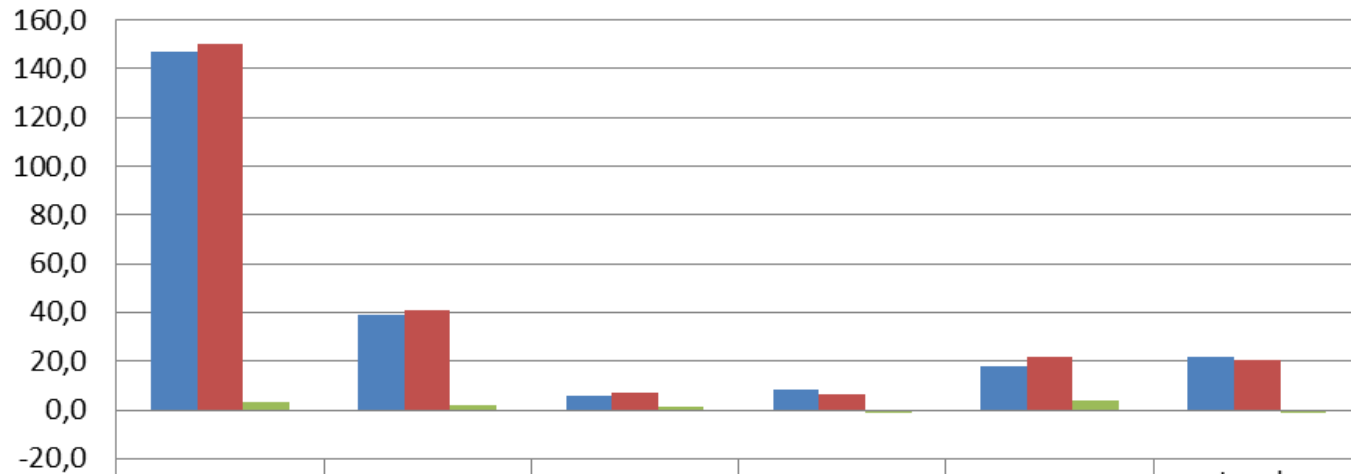
DAUGAVPILS 2015./2016. (19 bērni)



| | augums (cm) | svars (kg) | lokanība (cm) | Līdzsvars (kļūdas) | vēderprese (reizes) | atspoles skrējiens (sek.) |
|--------------|-------------|------------|---------------|--------------------|---------------------|---------------------------|
| ■ 1.pārbaudē | 141,6 | 36,8 | 4,0 | 10 | 19 | 23,76 |
| ■ 2.pārbaudē | 145,0 | 38,5 | 5,0 | 7 | 24 | 22,53 |
| ■ dinamika | 3,4 | 1,66 | 1 | -3 | 5 | -1,23 |

Datu apkopojums bērniem, kuriem rezultāti ir abās pārbaudēs

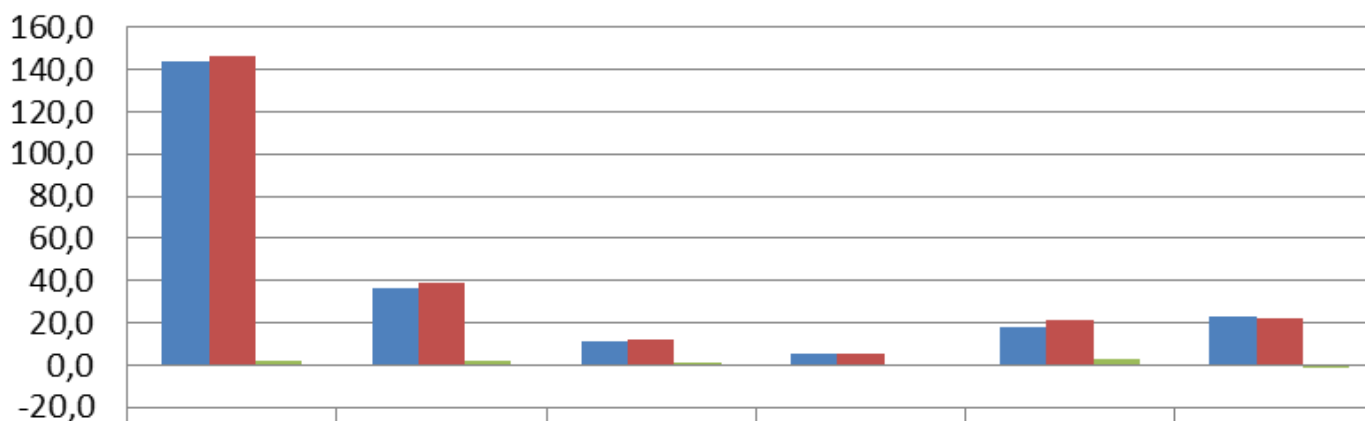
JELGAVA 2015./2016. (27 bērni)



| | augums (cm) | svars (kg) | lokanība (cm) | Līdzsvars (kļūdas) | vēderprese (reizes) | atspoles skrējieni (sek.) |
|--------------|-------------|------------|---------------|--------------------|---------------------|---------------------------|
| ■ 1.pārbaudē | 147,1 | 39,2 | 5,9 | 8 | 18 | 21,52 |
| ■ 2.pārbaudē | 150,2 | 41,2 | 7,1 | 7 | 22 | 20,57 |
| ■ dinamika | 3,1 | 2 | 1,1 | -1 | 4 | -0,95 |

Datu apkopojums bērniem, kuriem rezultāti ir abās pārbaudēs

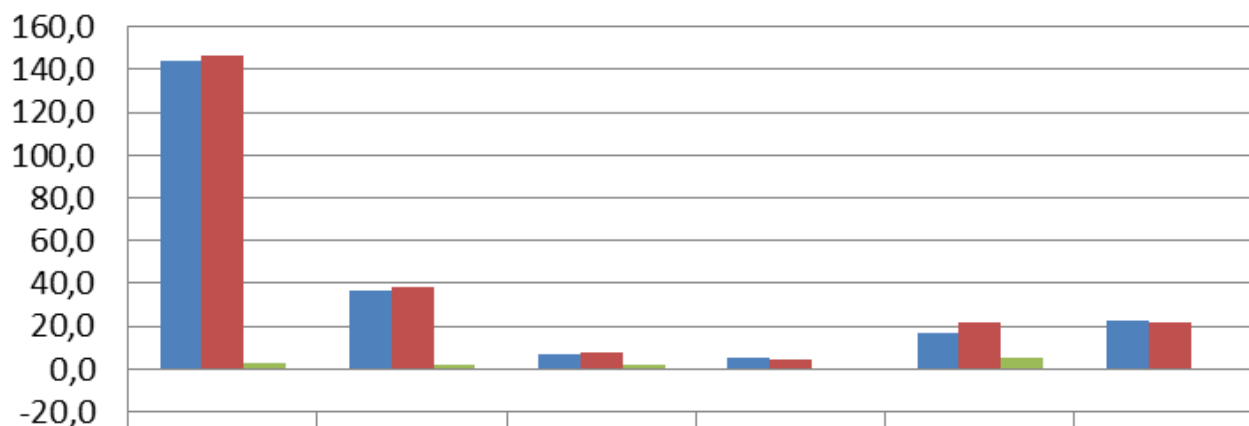
LIEPĀJA 2015./2016. (20 bērni)



| | augums (cm) | svars (kg) | lokanība (cm) | Līdzsvars (kļūdas) | vēderprese (reizes) | atspoles skrējieni (sek.) |
|------------|-------------|------------|---------------|--------------------|---------------------|---------------------------|
| 1.pārbaudē | 144,2 | 36,8 | 11,0 | 5 | 18 | 23,24 |
| 2.pārbaudē | 146,0 | 39,0 | 12,0 | 5 | 21 | 22,31 |
| dinamika | 1,7 | 2,2 | 1 | 0 | 3 | -0,93 |

Datu apkopojums bērniem, kuriem rezultāti ir abās pārbaudēs

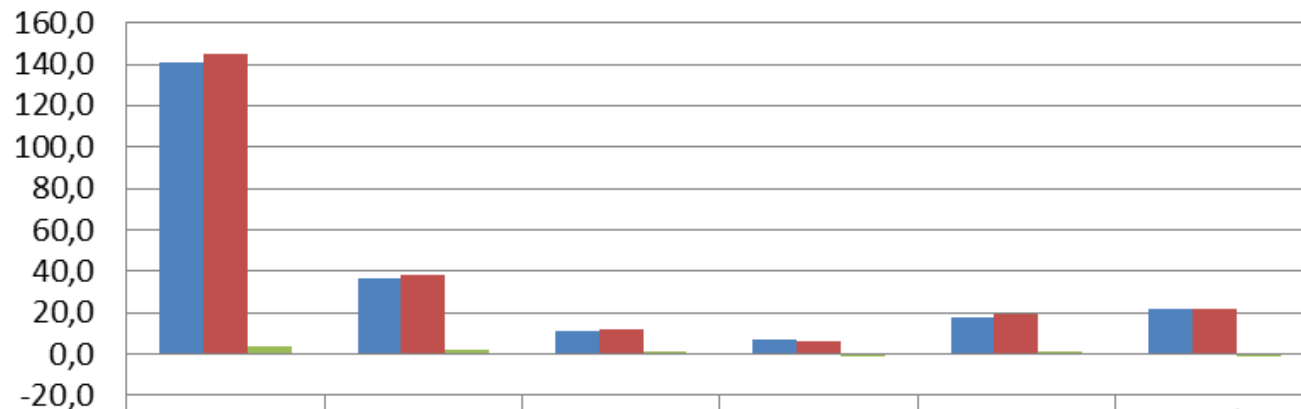
RĪGA 2015./2016. (21 Bērns)



| | augums (cm) | svars (kg) | lokanība (cm) | Līdzsvars (kļūdas) | vēderprese (reizes) | atspoles skrējieni (sek.) |
|--------------|-------------|------------|---------------|--------------------|---------------------|---------------------------|
| ■ 1.pārbaudē | 143,9 | 36,4 | 6,5 | 5 | 17 | 22,62 |
| ■ 2.pārbaudē | 146,9 | 38,1 | 8,0 | 4 | 22 | 21,58 |
| ■ dinamika | 3 | 1,7 | 1,5 | -1 | 5 | -1,04 |

Datu apkopojums bērniem, kuriem rezultāti ir abās pārbaudēs

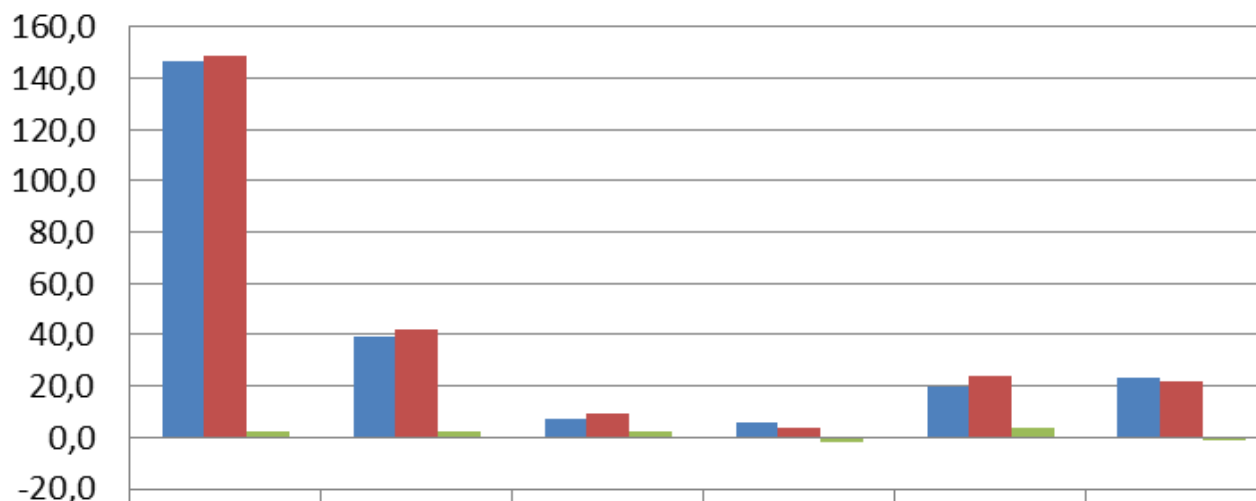
VALMIERA 2015./2016. (18 bērni)



| | augums (cm) | svars (kg) | lokanība (cm) | Līdzsvars (kļūdas) | vēderprese (reizes) | atspoles skrējieni (sek.) |
|--------------|-------------|------------|---------------|--------------------|---------------------|---------------------------|
| ■ 1.pārbaudē | 141,2 | 36,5 | 10,9 | 7 | 18 | 22,13 |
| ■ 2.pārbaudē | 145,2 | 38,6 | 12,1 | 6 | 19 | 21,78 |
| ■ dinamika | 4 | 2,1 | 1,2 | -1 | 1 | -0,35 |

Datu apkopojums bērniem, kuriem rezultāti ir abās pārbaudēs

VENTSPILS 2015./2016. (29 bērni)



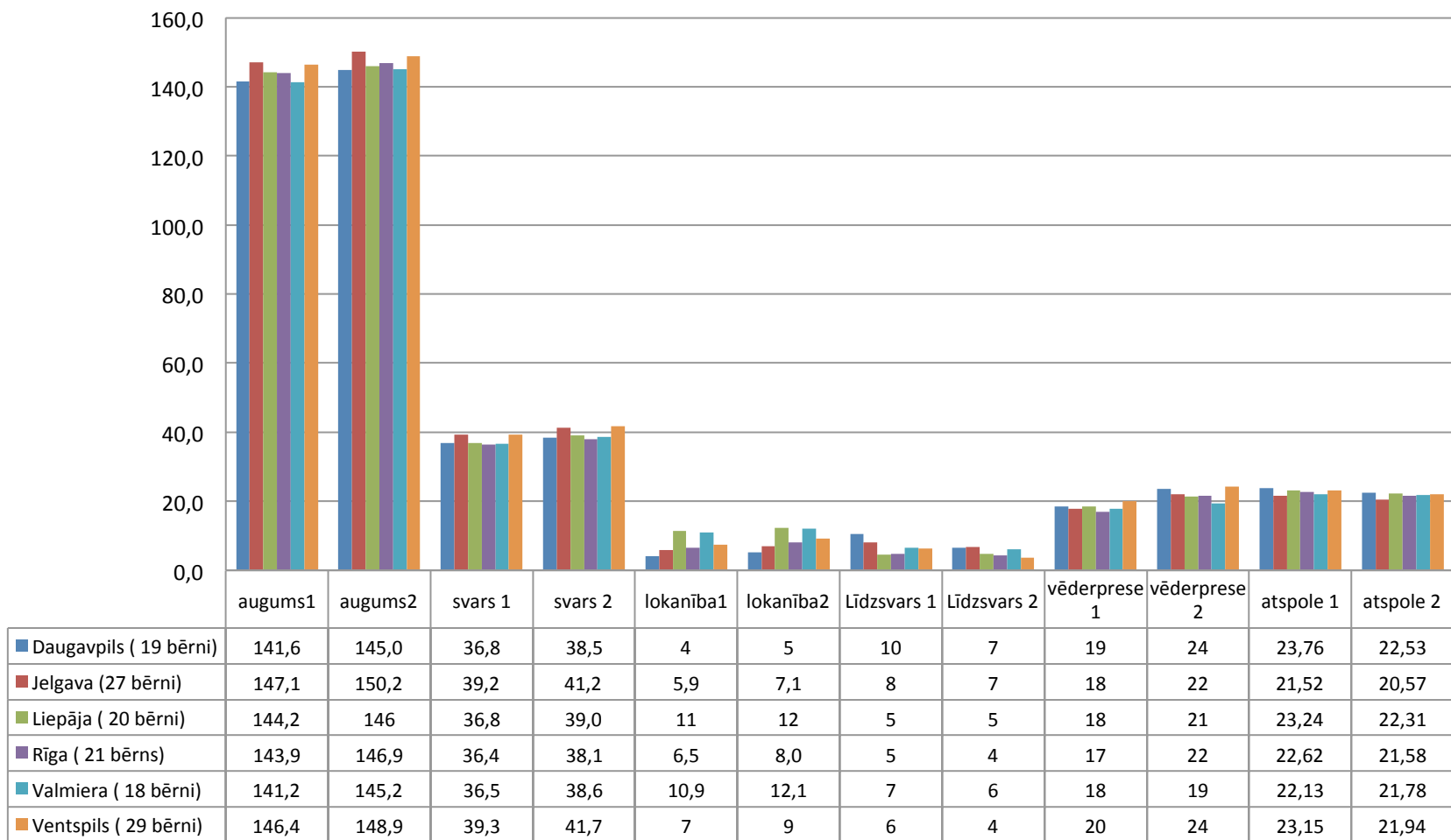
| | augums (cm) | svars (kg) | lokanība (cm) | Līdzsvars (kļūdas) | vēderpresē (reizes) | atspoles skrējiens (sek.) |
|------------|-------------|------------|---------------|--------------------|---------------------|---------------------------|
| 1.pārbaudē | 146,4 | 39,3 | 7,0 | 6 | 20 | 23,15 |
| 2.pārbaudē | 148,9 | 41,7 | 9,0 | 4 | 24 | 21,94 |
| dinamika | 2,6 | 2,3 | 2 | -2 | 4 | -1,21 |

Datu apkopojums bērniem, kuriem rezultāti ir abās pārbaudēs

KOPSAVILKUMS

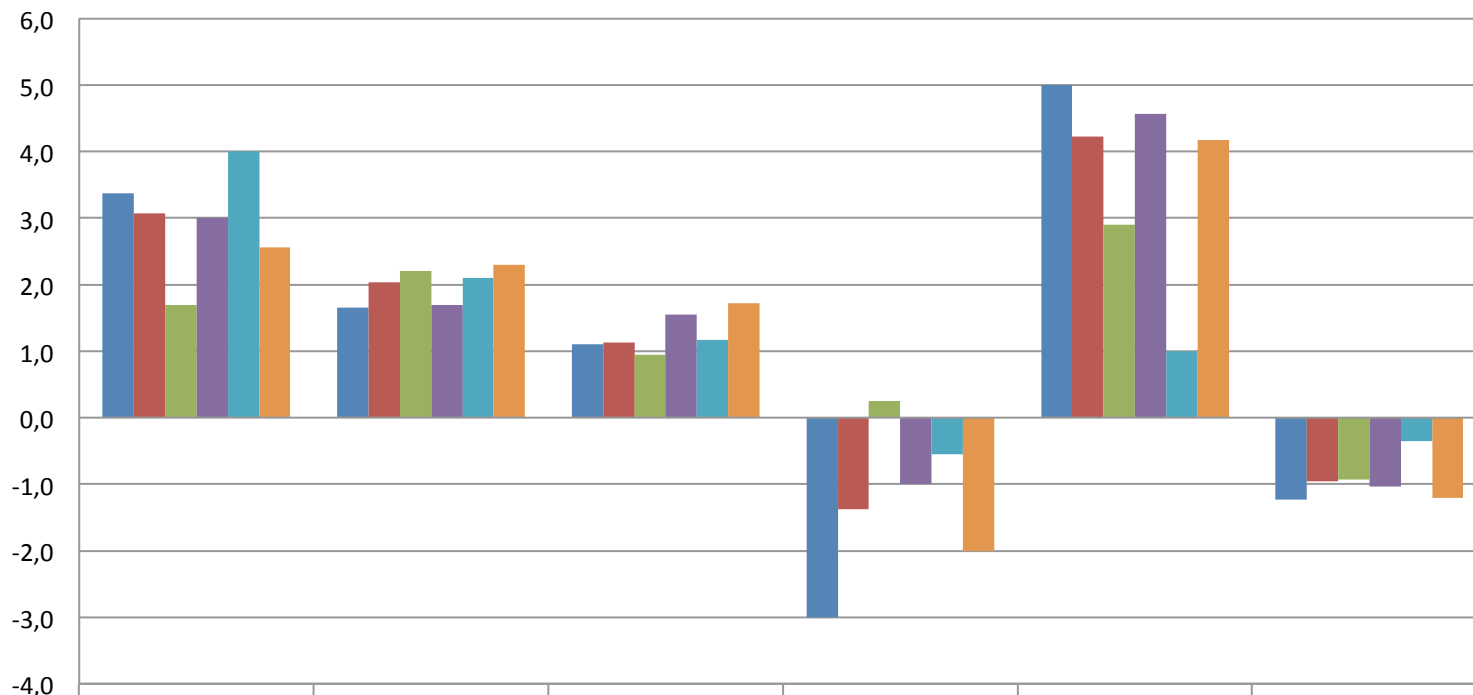
- 2015./2016 mācību gadā 6 Latvijas skolās tika notestēti 157 bērni, uz abām testēšanas reizēm ieradās 134 bērni, līdz ar to tālāk izdarītie secinājumi ir par šiem 134 bērniem.
- Abās testēšanas reizēs bērniem tika novērtēti antropometriskie parametri: augums, svars un fizisko sagatavotību raksturojošie parametri: statiskais līdzsvars, lokanība, spēka izturība – vēdera muskulatūrai, ātrums un veiklība.

REZULTĀTU KOPSAVILKUMS 2015./2016.



DATI APKOPOTI BĒRNIEM, KURIEM IR REZULTĀTI ABĀS PĀRBAUDĒS

REZULTĀTU IZMAIŅAS 2015./2016.



| | Auguma izmaiņas (cm) | Svara izmaiņas (kg) | Lokanības izmaiņas (cm) | Līdzsvara izmaiņas (kļūdas) | Vēderpreses izmaiņas (reizes) | Atspoles skrēj. izmaiņas (sek.) |
|--------------------------|----------------------|---------------------|-------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| ■ Daugavpils (19 bērni) | 3,4 | 1,66 | 1 | -3 | 5 | -1,23 |
| ■ Jelgava (27 bērni) | 3,1 | 2,0 | 1,1 | -1 | 4 | -0,95 |
| ■ Liepāja (20 bērni) | 1,7 | 2,2 | 1 | 0 | 3 | -0,93 |
| ■ Rīga (21 bērns) | 3 | 1,7 | 1,5 | -1,0 | 5 | -1,04 |
| ■ Valmiera (18 bērni) | 4 | 2,1 | 1,2 | -1 | 1 | -0,35 |
| ■ Ventspils (29 bērni) | 2,6 | 2,3 | 2 | -2 | 4 | -1,21 |

DATI APKOPOTI BĒRNIEM (134), KURIEM IR REZULTĀTI ABĀS PĀRBAUDĒS

SECINĀJUMI

- Izvērtējot iegūtos testēšanas rezultātus, kuros tika apkopoti 134 bērnu dati, redzams, ka visos vērtējamajos parametros ir vērojamas gan pozitīvas, gan negatīvas izmaiņas kā arī izmaiņas nav notikušas. Izvērtējot rezultātus secinām, ka :
- LOKANĪBAS testā - rezultāts palielinājies 86 bērniem, rezultāts pasliktinājies 16 bērniem, bet 32 bērniem rezultāts palicis nemainīgs. Būtiski atzīmēt, ka šī testa rezultātu pozitīvā tendence ir tā, ka rezultāti pozitīvi mainījušies bērniem, kuriem māc. gada sākumā šinī testā bija 0 cm.
- LĪDZSVARA testā - rezultāts palielinājies 89 bērniem, rezultāts pasliktinājies 34 bērniem, bet 11 bērniem rezultāts palicis nemainīgs. Arī pie šī testa rezultātu analīzes svarīgi atzīmēt, ka pieļaujamo kļūdu skaits samazinās, protams, vajadzētu atzīmēt, ka šo testu izpildot bērns ir svarīgi koncentrēties uz uzdevumu, kas dažkārt bija praktiski neiespējami, jo vai nu zālē pēkšņi parādījās nepiederīgas personas un sāka spēlēt bumbu vai arī klasesbiedri atradās ļoti tuvu.
- VĒDERPRESES testā - 117 bērniem rezultāts palielinājies, rezultāts pasliktinājies tikai 8 bērniem, bet rezultāts palicis nemainīgs 9 bērniem.
- ATSPOLĒS SKRĒJIENA testā - rezultātu uzlabojuši 98 bērni, rezultāts pasliktinājies 36 bērniem. Pie šī testa rezultātiem būtiski atzīmēt, ka liela nozīme ir apavu kvalitātei, kas apmēram 50% gadījumu bija ar slīdīgu zoli.