

ΕΘΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΜΑΘΗΤΙΚΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ ΜΕΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ «Αριστοτέλης- CYFIT»



Πιλοτική φάση εφαρμογής - αποτελέσματα

Σεμινάρια Φυσικής Αγωγής
Σεπτέμβριος 2023

Φανή-Άννα Ποϊριάζη-Μαυρίδου
Συντονίστρια Έργου «Αριστοτέλης»
Αριθμός διαγωνισμού: Μ.Ε. 04/2020

«ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ» - ΓΙΑΤΙ;

Κυβερνητική Πολιτική

- ❑ Πρόληψη και καταπολέμηση παιδικής παχυσαρκίας
- ❑ Απόφαση Υπουργικού Συμβουλίου 86.841, ημερομηνίας 13/02/2019
- ❑ Ανοιχτός Ευρωπαϊκός Διαγωνισμός για Αγορά Υπηρεσιών Εμπειρογνομώνων
- ❑ Κατακυρώθηκε Ιανουάριο 2022 στο Πανεπιστήμιο FREDERICK με Επιστημονικό Υπεύθυνο τον Πρόεδρο ΣΕΦΑΑ του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης

ΥΠΑΝ

- ❑ Στρατηγικός Σχεδιασμός 2024-2026 «βελτίωση ποιότητας ζωής των πολιτών μέσω της παιδείας, του πολιτισμού και του αθλητισμού και ενδυνάμωση της νεολαίας.»
- ❑ Σύσταση Συμβουλίου της Ευρώπης «προώθηση φυσικής δραστηριότητας για τη βελτίωση της υγείας σε όλους τους τομείς»
- ❑ Συστάσεις Παγκοσμίου Οργανισμού Υγείας
- ❑ Πλαίσιο παρακολούθησης εφαρμογής πολιτικής HEPA των Κρατών Μελών μέσω του Δικτύου Εθνικών Σημείων Επαφής HEPA

«ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ» - ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΤΟΧΟΣ



Figure 3 European map indicating the 30 countries (filled in black) for which Eurofit data on children and adolescents aged 9–17 years were available.

Μεγάλη και έγκυρη βάση δεδομένων αναφορικά με τη φυσική κατάσταση του συνόλου του μαθητικού πληθυσμού Μέσης Εκπαίδευσης, σύγκριση δεδομένων με διεθνή πρότυπα, επιστημονική και ερευνητική αξιοποίηση

ΧΡΟΝΟΔΙΑΓΡΑΜΜΑ



Β' φάση



- **7 σχολεία**
- **Οκτώβριος/
Νοέμβριος 2022**

50% σχολείων
**Οκτώβριος/
Νοέμβριος 2023**

100% σχολείων
**Οκτώβριος/
Νοέμβριος 2024**

ΚΩΔΙΚΟΣ	A/A	ΕΠΑΡΧΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ σχ. χρ. 2023-2024
2005	1	Λύκειο Κύκκου Β'
2006	2	Λύκειο Απ. Μάρκου
2010	3	Λύκειο Παλιομετόχου
2011	4	Λύκειο Αγ. Γεωργίου (Λακατάμιας)
2012	5	Λύκειο Λατσιών
2014	6	Λύκειο Ιδαλίου
2101	7	Γυμν. Αγλαντζιάς
2103	8	Γυμν. Παλουριώτισσας
2104	9	Γυμν. Ακρόπολης
2106	10	Γυμν. Έγκωμης
2107	11	Γυμν. Αρχ. Μακαρίου Γ' (Πλατύ)
2108	12	Γυμν. Αγ. Δομετίου
2110	13	Γυμν. Αγ. Βασιλείου
2115	14	Γυμν. Λατσιών
2117	15	Γυμν. Αγ. Ιωάννη Χρυσοστόμου
2119	16	Περιφ. Γυμν. Α' Λευκωσίας-Νήσου
2120	17	Γυμν. Αγ. Βαρβάρας Λευκωσίας
2124	18	Γυμν. Κοκκινοτριμιθιάς
2001	19	Παγκύπριο Γυμν.
	20	Α' ΤΕΣΕΚ Λυκωσίας
	21	ΤΕΣΕΚ Μακάριος Γ' Λευκωσίας



**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ**



ΕΠΑΡΧΙΑ ΠΑΦΟΥ		
6004	1	Λύκειο και ΤΕΣΕΚ Πόλης Χρυσοχούς
6005	2	Λύκειο και ΤΕΣΕΚ Έμπας
6006	3	Λύκειο Γεροσκήπου
6051	4	Γυμν. Πολεμίου (Εξατάξιο)
6101	5	Γυμν. Α' Αγίου Θεοδώρου
6104	6	Γυμν. Γεροσκήπου
6105	7	Γυμν. Έμπας (Περιφερ.)
6106	8	Γυμν. Παναγίας Θεοσκεπάστης
	9	ΤΕΣΕΚ Πάφου

ΕΠΑΡΧΙΑ ΛΑΡΝΑΚΑΣ σχολ. χρονιά 2023-2024

4002	1	Λύκειο Αγ. Γεωργίου Λάρνακας
4001	2	Παγκύπριο Λύκειο Λάρνακας
4006	3	Λύκειο Αραδίππου
4051	4	Γυμν. Λευκάρων (Εξατάξιο)
4102	5	Ευρυβιάδειο Γυμν.
4104	6	Γυμν. Λιβαδιών
4106	7	Γυμν. Βεργίνας
4108	8	Γυμν. Κιτίου
4109	9	Γυμν. Αθηνένου
	10	ΤΕΣΕΚ Λάρνακας

ΕΠΑΡΧΙΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ σχολ.χρονιά 2023-2024

3001	1	Λύκειο Παραλιμνίου
3103	2	Γυμν. Δερύνειας (Εξατάξιο)
3102	3	Γυμν. Κοκκινοχωριών
	4	Περιφερειακή Γεωργική, ΤΕΣΕΚ ΑΜΜ-Αυγόρου
	5	ΤΕΣΕΚ Παραλιμνίου



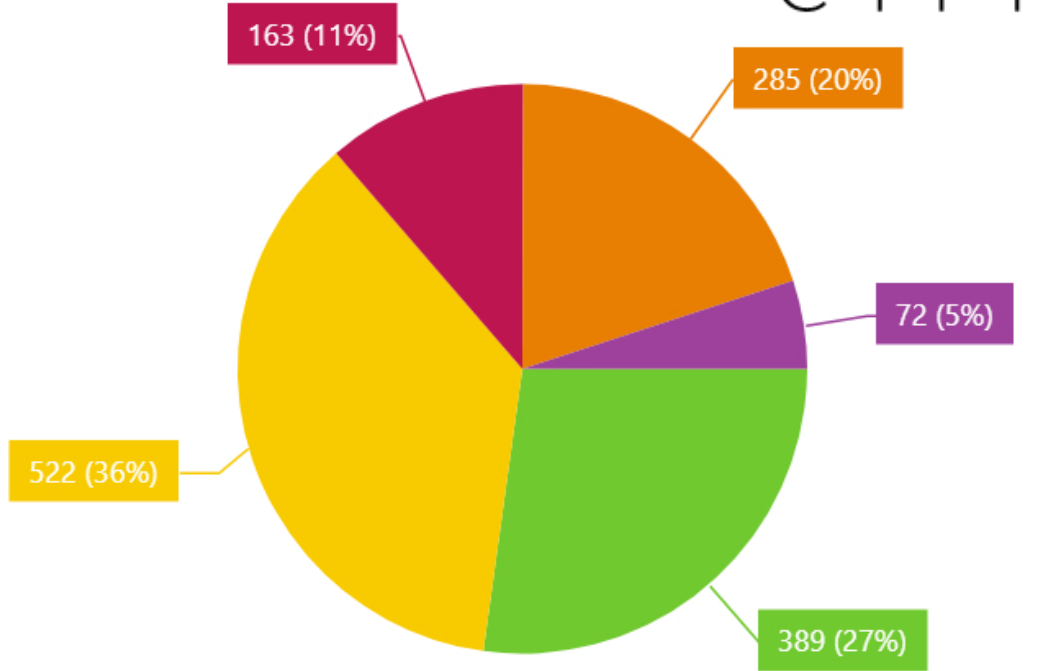
ΣΤΟΧΟΙ ΑΝΑΛΥΣΗΣ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΠΙΛΟΤΙΚΗΣ ΦΑΣΗΣ

- ❑ Νόρμες εκατοστημορίων κυπριακού μαθητικού πληθυσμού τόσο για τις δοκιμασίες ΦΚ όσο και τους ανθρωπομετρικούς δείκτες
- ❑ Σύγκριση ευρημάτων με αντίστοιχες νόρμες εκατοστημορίων διεθνών επιστημονικών δεδομένων
- ❑ Σύγκριση ευρημάτων κυπριακού πληθυσμού με διεθνή πρότυπα αναφοράς (cut-off points) που σχετίζονται με την υγεία

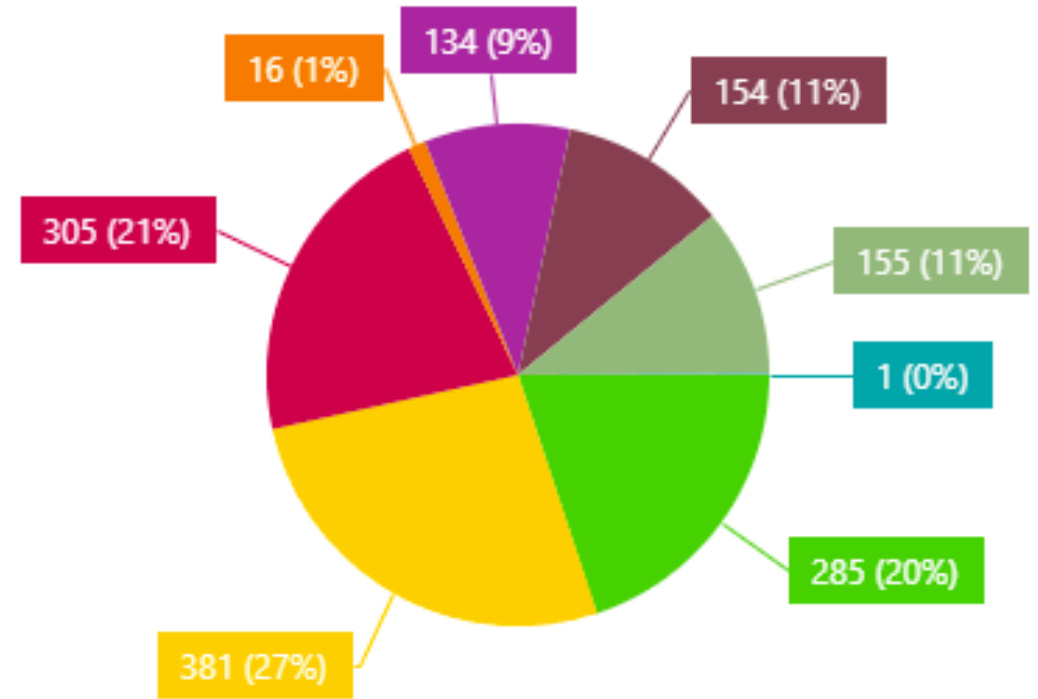


ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

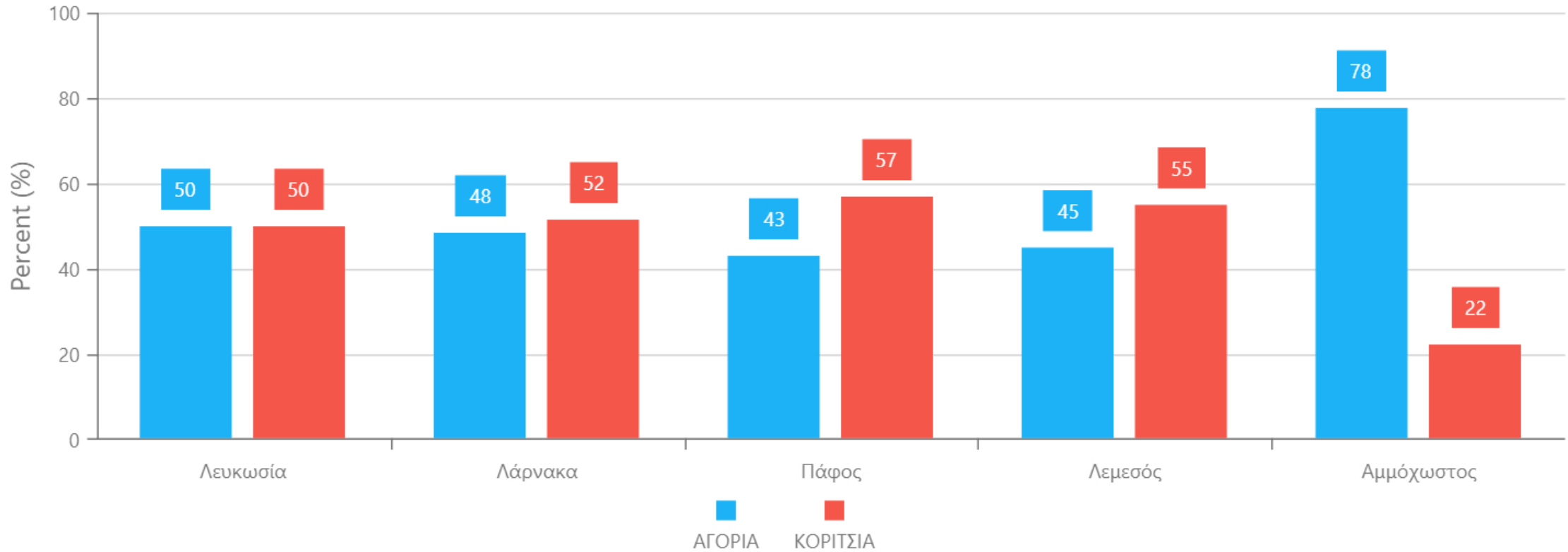
- Επιμόρφωση – θεωρητική και πρακτική – εκπαιδευτικών ΦΑ
- Μετρήσεις ΦΚ
- Μετρήσεις σωματικού βάρους και ύψους
- Μετρήσεις περιφέρειας μέσης
- Διεθνή ηλεκτρονικά ερωτηματολόγια για διατροφικές συνήθειες KIDMET και επίπεδα φυσικής δραστηριότητας IPAQ
- Καταχώρηση δεδομένων στην ηλεκτρονική πλατφόρμα CyFit από τους εκπαιδευτικούς ΦΑ



■ Λευκωσία
 ■ Λάρνακα
 ■ Πάφος
 ■ Λεμεσός
 ■ Αμμόχωστος



■ 12 ■ 13 ■ 14 ■ 15
■ 16 ■ 17 ■ 18 ■ 19



Πίνακας 3. Ανάλυση περιγραφικής στατιστικής αποτελεσμάτων δοκιμασιών ΦΚ και ανθρωπομετρικών χαρακτηριστικών όλου του πληθυσμού

Τεστ	Ελάχιστη Τιμή Minimum	Μέγιστη Τιμή Maximum	Μέση Τιμή Mean	Διάμεσος Median	Επικρατούσα Τιμή Mode	Τυπική Απόκλιση Standard Deviation
Τεστ ισορροπίας (Προσπάθειες)	1	62	12,78	12	12 (64)	7,18
Μετακίνηση χεριού (ss:ms)	01:00	30:03	12:42	12:02	12:00 (6)	02:86
Δίπλωση από την εδραία θέση (cm)	1	48	20,66	21,00	24 (42)	8,65
Άλμα σε μήκος χωρίς φόρα (cm)	40	223	135,62	134,50	130 (43)	28,21
Αναδιπλώσεις από ύπια κατάκλιση (Προσπάθειες)	1	46	15,81	15,00	15 (92)	5,16
Παλινδρομο τρέξιμο ταχύτητας 10 X 5 m (mm:ss:ms)	00:13:01	00:39:01	00:23:59	00:23:09	00:23:00 (5)	00:03:20
Κάμψεις (Προσπάθειες)	0	69	18,54	18,00	20 (140)	9,76
Δύναμη χειρός (kg)	3,42	115,35	24,45	24,4	25,45 (11)	7,14
Παλινδρομο τρέξιμο αντοχής (Vo2max)	23,58	53,10	34,86	34,30	28,45 (79)	5,26
ΔΜΣ	14,24	258,40	22,79	21,32	16,02 (4)	14,03
Περιφέρεια μέσης	74,5	125,00	71,81	70,00	67 (39)	10,54



Figure 3 European map indicating the 30 countries (filled in black) for which Eurofit data on children and adolescents aged 9–17 years were available.

European normative values for physical fitness in children and adolescents aged 9–17 years: results from 2 779 165 Eurofit performances representing 30 countries

Grant R Tomkinson,^{1,2} Kevin D Carver,¹ Frazer Atkinson,¹ Nathan D Daniell,² Lucy K Lewis,^{2,3} John S Fitzgerald,¹ Justin J Lang,⁴ Francisco B Ortega^{5,6}

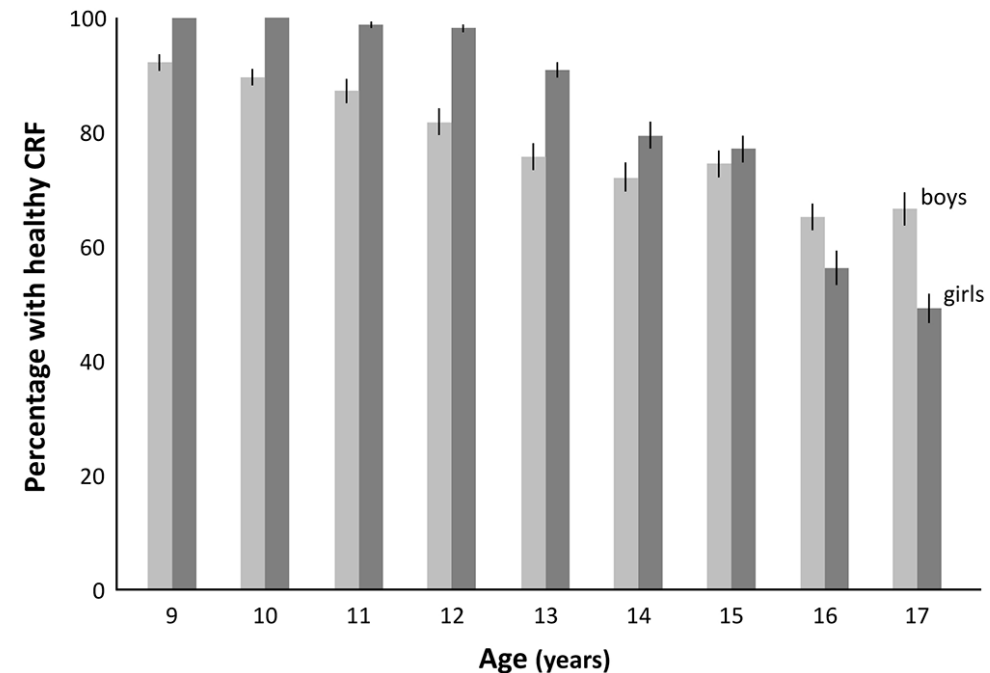


Figure 5 Percentage of European children and adolescents aged 9–17 years meeting the new international criterion-referenced standards of 42 mL/kg/min (boys, light grey bars) and 35 mL/kg/min (girls, dark grey bars) for healthy CRF. The thin black vertical lines show the 95% CIs. CRF, cardiorespiratory fitness.

ΕΚΑΤΟΣΤΗΜΟΡΙΑ - ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ (FLAMINGO TEST)

ΑΓΟΡΙΑ												
Ηλικία	Αρ. Μαθ	P5	P10	P20	P30	P40	P50	P60	P70	P80	P90	P95
12	58	22.4	20	18	15.4	15	13	11	11	9	7	5.6
13	84	24	22	18	16	14	12	11	9	8	6	5
14	76	27.2	22	17	15.2	14	13	11	9.8	7.2	5	5
15	164	20.2	19	17	15	15	13	11	10	9	6.6	5
16	190	21	20	17	13	12	11	10	8	7	4	4
17	122	20	18	16	13	12	10	9	8	6	4	3
ΚΟΡΙΤΣΙΑ												
12	76	28.6	22.6	18	15.9	13.2	12	12	10	8	5	3.35
13	70	24	22	18	16	14	12.5	12	11	8	7	6
14	79	21.45	19.8	15.8	13.7	11.6	10	9	8	7	6	5
15	121	25.8	20	18	15.8	12.4	11	9	7.2	5	4	3.2
16	191	24.3	24	18.2	16	13	11	9.6	8	5	3.4	3
17	183	26.25	22	18	16	14	12	11	9	7	5	4

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ ΕΠΙ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΤΗΣ ΠΙΛΟΤΙΚΗΣ ΦΑΣΗΣ

- Σχεδόν σε όλες τις δοκιμασίες η πλειοψηφία των τιμών της Κύπρου βρίσκεται εντός των πλαισίων των ευρωπαϊκών νορμών
- Οι μεσαίες τιμές της Κύπρου P50 είναι χαμηλότερες από τις αντίστοιχες της Ευρώπης
- Οι χειρότερες επιδόσεις της Κύπρου P10 είναι χειρότερες από τις χειρότερες της Ευρώπης σχεδόν σε όλες τις δοκιμασίες ΦΚ
- Τα αγόρια έχουν καλύτερες επιδόσεις από τα κορίτσια
- Φαίνεται ότι έχουμε πολύ δυνατά αγόρια αφού σε κάποιες ηλικίες τα αποτελέσματα τους είναι καλύτερα από τους καλύτερους της Ευρώπης της ίδιας ηλικίας



ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΠΙΛΟΤΙΚΗΣ ΦΑΣΗΣ
ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΕΚΑΤΟΣΤΗΜΟΡΙΩΝ ΜΕ ΕΥΡΩΠΑΙΚΕΣ ΝΟΡΜΕΣ

Cyfit platform



Ευχαριστούμε
για την προσοχή σας!

