

ŠPORTNO VZGOJNI KARTON

Analize zbranih podatkov omogočajo ugotavljanje sprememb telesnih značilnosti ter gibalnih sposobnosti šolske populacije na nacionalni ravni, kar služi kot strokovna osnova pri oblikovanju nadaljnje strategije razvoja športne vzgoje na vzgojno-izobraževalnem področju in širše.

S pomočjo obdelanih podatkov lahko svetujemo učencem, ki to želijo, o njihovem telesnem in gibalnem razvoju. Skozi proces svetovanja lahko učenci sami ali s pomočjo strokovnjakov ocenijo raven svojih gibalnih sposobnosti in telesnih značilnosti, si oblikujejo svoje programe vadbe ter dobijo nasvete o vključevanju v različne športne dejavnosti.

Evidenca podatkov vsebuje ime in priimek, spol, rojstni datum ter podatke o:

- ATV telesni višini - dolžinski razsežnosti telesa
- ATT telesni teži - voluminoznosti telesa
- AKG kožni gubi nadlahti - voluminoznosti telesa
- DPR dotikanju plošče z roko - hitrosti izmeničnih gibov
- DTM skoku v daljino z mesta - eksplozivni moči
- PON premagovanju ovir nazaj - koordinaciji gibanja telesa
- DT dviganju trupa - mišični vzdržljivosti trupa
- PRE predklonu na klopici - gibljivosti
- VZG vesi v zgibi - mišični vzdržljivosti ramenskega obroča in rok
- TEK 60 teku na 60 m - šprinterski hitrosti
- TEK 600 teku na 600 m - vzdržljivosti v submaksimalnem kontinuiranem (dalj časa trajajočem) naprežanju.