



Százhalombattai Arany János Általános Iskola és Gimnázium

A 2025. évi kompetenciamérések eredményei és intézkedési terve

(minden vizsgált területre vonatkozóan)

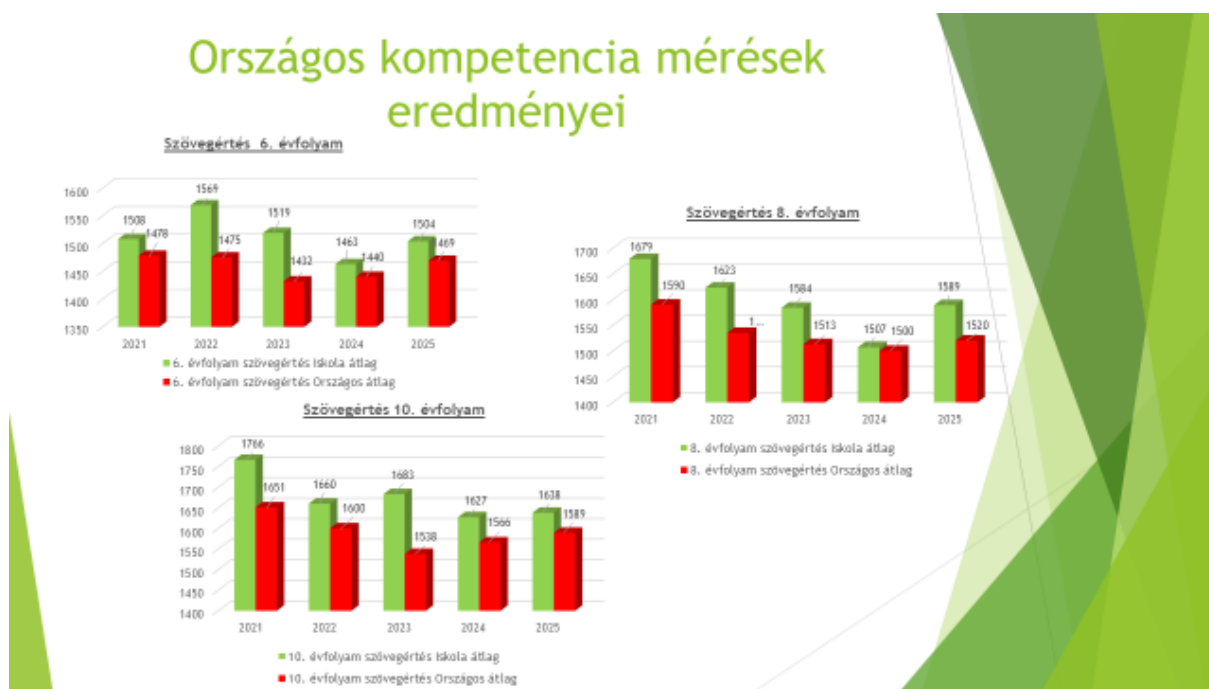
**Készítette: a Százhalombattai Arany János Általános Iskola és Gimnázium
intézményvezetésének javaslatai alapján**

**dr.Horváthné dr. Hidegh Anikó
főigazgató**

Kompetenciamérések elemzése, intézkedési tervek a 2025. évi mérések alapján

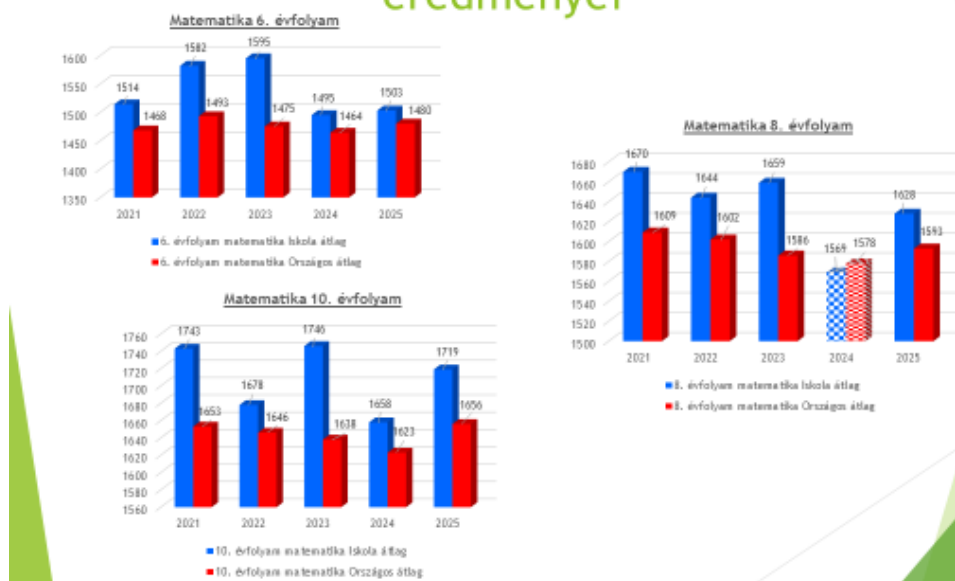
Az intézményi eredmények a 2025. évi mérések alapján

A szövegértés eredmények 2021- 2025. nem maradtak el az országos átlagtól, felette vannak. Ez megegyezik az iskolában zajló Kompetencia projekt indításával, és annak eredményeként lehet minősíteni a grafikonon látható értékeket. Erre büszkék vagyunk!



A matematika eredményeket 2021-től vizsgálva, 2024-ben a 8. évfolyamon maradtak kissé az országos eredmények alatt intézményi eredményeink. Erre intézkedési tervet dolgoztunk ki.

Országos kompetencia mérések eredményei



A 2025-ös országos kompetenciamérések elemzésekként készített dokumentum részletezett eredményei alapján megállapítható, hogy a szövegértés intézményi eredmények az országos átlag feletti szintet érték el. Mindezek mellett, a többi mért tantárgy esetében változók az eredmények, ami azt mutatja, hogy intézményi szinten, tantárgyaktól és évfolyamtól és tagozatoktól függetlenül szükség van a **SZÖVEGÉRTÉS** fejlesztésére.

Az évfolyamonkénti és az évfolyamonként történő képzési területek szerinti (általános iskola, gimnáziumi típusok) bontások eredményei további gondolkodásra és **fejlesztésre adnak indokot**.

A tantárgyak szerinti mérési eredmények az alábbiakban láthatók.

SZÖVEGÉRTÉS

HELYZETELEMZÉS

A telephelyi jelentésben megtekinthető eredmények alapján tanulóink teljesítménye:

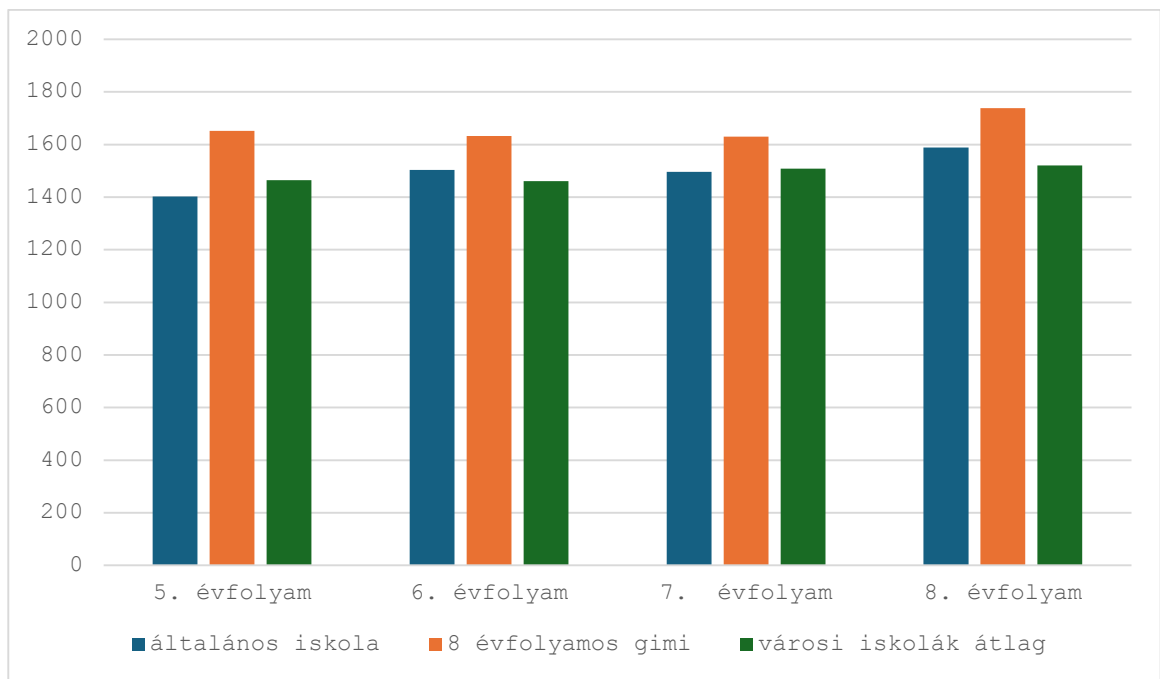
ÁTLAGEREDMÉNYEK

ÉVFOLYAM	KÉPZÉSI FORMA	INTÉZMÉNYBEN	ORSZÁGOSAN (városi iskolák)
5.	általános iskola	1402	1465
5.	8 évfolyamos gimn.	1652 ☺	1651
6.	általános iskola	1504 ☺	1461
6.	8 évfolyamos gimn.	1632 ☺	1622
7.	általános iskola	1496	1509
7.	8 évfolyamos gimn.	1630	1672
8.	általános iskola	1589 ☺	1520
8.	8 évfolyamos gimn.	1738 ☺	1683
9.	8 évfolyamos gimn.	1619	1732
9.	4 évfolyamos gimn.	1672 ☺	1658
10.	8 évfolyamos gimn.	1647	1738
10.	4 évfolyamos gimn.	1629	1663
11.	8 évfolyamos gimn.	1788 ☺	1770
11.	4 évfolyamos gimn.	1632	1692

Az iskolai eredményeink az országos átlag közelében vannak, nem ritkán meg is haladják azokat. Az általános iskolai szakaszban gyakran a városi iskolák statisztikai adataival hasonlítottunk össze, míg a gimnáziumi szakaszt a városi gimnáziumok adataival.

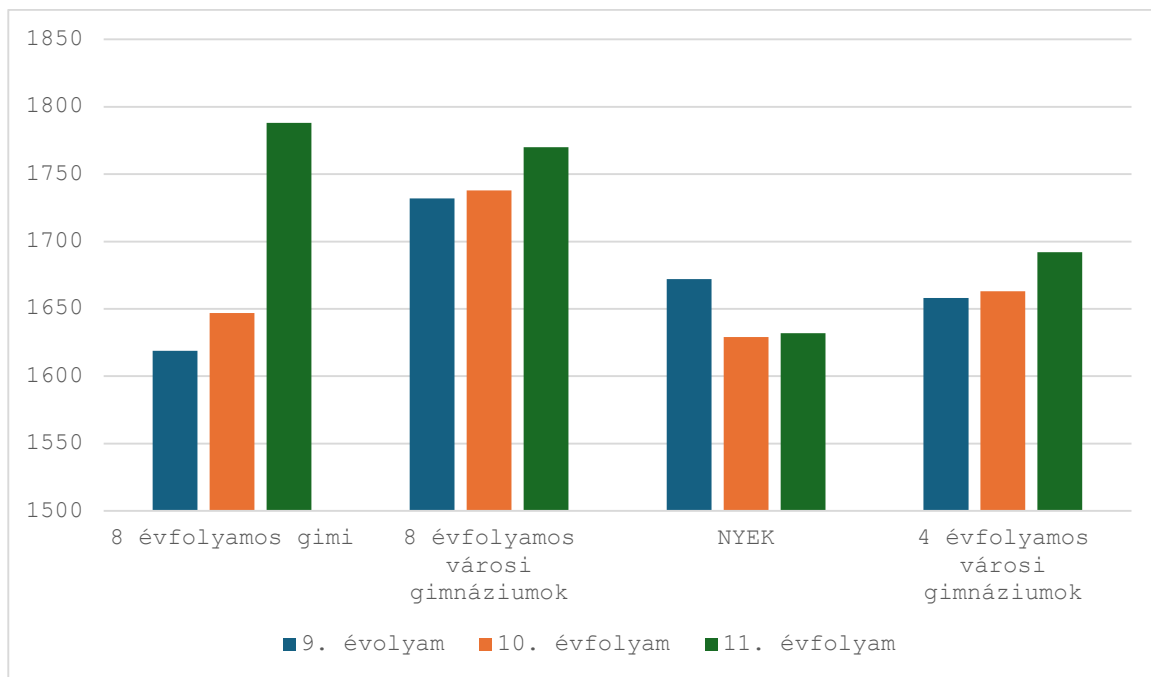
A diagramon látható, hogy a 8 évfolyamos gimnáziumunk diákjai jóval az országos átlag fölötti eredményekkel jutnak be a gimnáziumba, és az országos gimnáziumi eredményekhez képest nem mutatnak a 4 év alatt szignifikáns eltérést, a megfelelő módon fejlődnek a 4 év alatt.

Az általános iskola fejlődése is látható, a 7. évfolyam mutat egy kis stagnálást, ez az életkori sajátosságoknak tudható be. Az általános iskolai osztályaink a városi iskolákhoz képest gyengébb eredményekkel indulnak ötödikben, ami logikus, hiszen a legjobbakat addigra elszippantja a 8 évfolyamos gimnáziumunk, viszont az országos átlag fölött végeznek nyolcadikra, ami jól mutatja a tanárok fejlesztő munkájának az eredményeit.



A nagygymnáziumi osztályaink eredményein a motiválatlanság látszik a méréssel kapcsolatban, illetve esetenként a fegyelmezetlenség, ugyanis a sok nyelvvizsgát és emelt érettségít tevő, egyetemre bejutó diákunk eredménye az addig országos átlagot hozó eredménytől időnként kileng. Nem is csodáljuk, hogy az előrehozott érettségik és a nyelvvizsgák mellett nem szánnak energiát a kompetenciamérésre, és ez megmutatkozik az eredményeken. Így a kapott eredményeket ebből a szempontból sem nevezhetjük relevánsnak.

Bekerülési szintet tekintve a NYEK-es osztály közelebb van az országos átlaghoz, ám tizenegyedikek szépen kiegyenlítődnek a különbségek.



Idén romlottak a szövegértési eredmények országos szinten is. Tévedés ne essék, nem a gyerekek lettek butábbak, hanem a mérés kifogásolható. Mindössze arról van szó, hogy a számítógép képernyőjén olvasott szövegeket egészen más olvasási stratégiával kezeljük. A diákok egy hibrid világban élnek a szövegek szempontjából. Az online térben, ahol sokat olvasnak, hipertexteket kell értelmezniük, amelyek változatosak, ők választanak az elérési útvonalak közül, így ők választják meg a haladási irányt. Ráadásul ezek a szövegek rövid szakaszokból állnak, így nem követelnek hosszas figyelmet, félbehagyhatóak. Mindemellé általában ki kell szűrniük az olvasóknak a zavaró tényezőket (pl. felugró ablakokat, inadekvát reklámokat), és az egész színes, így jobban ébren tartja a figyelmüket. Ez együttesen azt okozza, hogy a diákok jobban tudják a nem odavaló dolgokat kiszűrni, de közben rövid, mozgalmas, önszerveződő szövegekhez vannak szokva, ezeket értelmezik jól.

A szövegértési feladatlapok lineáris szövegeket adnak nekik, amelyek pont az ellentétei a felvázoltaknak. Hosszú, koncentrált figyelmet igényelnek, sokkal kevesebb ingert nyújtanak, igénylik a behelyezkedést, a belső képalkotás meglétét, ráadásul a diákoknak meg kell érteniük azt is, amit a szöveg nem mond el, csak jelez. Ez amúgy is feladat a számukra, mert nem ilyen világ veszi őket körül, és közben mindezt átrakja a kompetenciamérés a képernyőre, amelyen a hipertexteket szokták olvasni, tehát eleve a nem elmélyült, hanem áttekintő stratégiával állnak neki a feladatnak. Nyilván ettől rosszabb lesz a figyelmük és a szövegértésük, és természetesen rosszabbak lesznek az eredményeik.

Ha még ehhez hozzávesszük az életszerűtlen és tömegével rájuk zúdított tananyagmennyiséget, amely szintén nem az elményülés megtapasztalását és elsajátítását segíti, akkor láthatjuk, hogy egészen mást várunk el a gyerekektől egy kompetenciamérésen, mint amire az iskola kötelezően és számonkérve készíti őket.

FEJLESZTÉSI LEHETŐSÉGEK

SZERVEZÉSI SZINTEN:

1. Mindenképpen szükséges 5. évfolyamtól az általános iskolai szakaszban a **csoportbontás**, mert az általános iskolai osztályokban jellemzően igen nagy a különbség a diákok képességeiben. Azok után, hogy a kisgimnáziumi osztályok beszippanthadják a legtehetségesebb gyerekeket, az általános iskola osztályaink elég vegyesek maradnak.
2. A tanulási nehézségekkel küzdők speciális csoportot alkotnak. Nagyban befolyásolja a szövegértési eredményeket egyes részképességek hiánya vagy gyengesége is, ez speciális kezelést igényel, a sima órai vagy otthoni gyakorlás nem oldja meg a problémát. Természetesen a lassabb feldolgozás vagy a kérdések nehéz értelmezése számukra kudarcélményeket szül, és kialakul egy tanult tehetetlenséggel és egy daccal fűszerezett motiválatlanság alapú ördögi kör. Ezért **nagyon fontos lenne valamennyi nehézségekkel küzdő diák egyéni fejlesztése a megfelelő szakember segítségével.**
3. A rengeteg tananyag miatt tanórai keretek között nem mindig van lehetőség vagy idő az alaposabb, hosszabb gyakoroltatásra, szükség lenne **fejlesztő tanszobára.**
4. Javasolnánk a fegyelmezettség iskolai szintű javítását. A diákok (főleg, de nem kizárólag a nagygimnáziumi szakaszban) nem tartják be a házirendet (öltözködés, telefonhasználat, iskola területének elhagyása), és ennek számos esetben az adott tanár kolléga bosszankodásán kívül egyáltalán nincsen következménye. Ez nyilván kihat az iskolai munkára is. Ha meghoztunk egy szabályrendszert, tartsuk is be, vagy gondoljuk át a szabályozást, de a következetlenség sokat árt az iskolai munkának, és ez pont azokon a helyzeteken érhető tetten, amelyre külső értékelés nem érkezik, tehát például egy kompetenciamérésen. **A megoldás nem a mérés értékelése, hanem a belső fegyelem megalapozása egy betartható és konzekvens szabályozással.**

TANTÁRGYKÖZILEG:

1. Szintén fontos a **szövegértési feladattípusok gyakoroltatása**, illetve több olyan típusfeladat beemelése az órákba, amelyek a kompetenciaméréseken előfordulnak, minden tantárgyból.
2. Sokszor a szövegértés bizonytalanságát nem olvasási problémák okozzák, hanem a sok vizuális tartalom miatt ki nem alakult belső képalkotás. Minden tantárgy tanításában fontos **belső képalkotást fejlesztő feladatokat** adnunk.
3. Szükséges nemcsak a magyarórákon, hanem minden tanórán fejleszteni a kifejezett szövegértési képességet, ehhez a tankönyvekben és a feladatbankban is vannak anyagok. A szövegértés mindenki közös ügye, mert az a tanulás alapja.
4. **Ismerjük meg azt az új generációt, akiket éppen nevelünk.** Ők egy másik, digitális világba születtek, ennek hátrányai (gyengébb koncentráció, magasabb ingerigény stb.) és előnyei (nagyobb lényeglátás, gyors reakciók, kreativitás stb.) is vannak. Használjuk ki az erős oldalukat, és igyekezzünk a gyengeségeiket megerősíteni!

TANTÁRGYON BELÜL:

1. A koncentráció hiánya az egyik jól megfigyelhető jelenség a mai fiatal generációnál, mert ingergazdag és gyors világban élnek. Legtöbbször rövid ideig képesek csupán az adott feladatokra fókuszálni. A tesztek megírása viszont hosszas figyelmet igényel, egymás után több szöveget kell elolvasniuk, értelmezniük, tehát mondhatjuk, ugyanazt a monoton tevékenységet kell hosszasan végezniük. Megoldás lehet a koncentráció növelésére, ha rugalmasabbak vagyunk mi, pedagógusok a tananyag feldolgozásában, számonkérésében is, leginkább az általános iskolai képzés keretén belül. **A kevesebb több** elvének szem előtt tartásával minden tagozaton jobb eredményeket érhetnénk el.
2. A tanulók motivátlansága magas. Az egész elvesztette a jelentőségét köszönhetően a sok felesleges mérésnek. Ennek következtében sokan csak túl akarnak lenni az egészen, és nem oldják meg képességeikhez mérten a feladatokat, így ezzel nem kapunk adekvát eredményeket. A 8.évfolyamosoknál plusz gondot jelent az is, hogy túl a központi írásbeli felvételin a tanév végi mérés őket még kevésbé motiválja. Mivel a kompetenciamérést nem értékeljük, így a külső motiváció eleve hiányzik, de nem jó megoldás annak az értékelése. **A tanulók belső motivációját kellene növelnünk**, a tantárgyhoz, az adott tanárhoz, és az olvasáshoz kapcsolódó pozitív attitűd kialakításával, ám ez olyan komplex változók függvénye, hogy nem biztos, hogy minden diáknál ki tudjuk alakítani.

3. A sok lexikális tudnivaló, adathalmazok tanítása helyett több kreativitást igénylő, játékosabb, mozgásos, produktumot előállító feladat megoldására kell lehetőséget adni az órákon. A valamikor meghatározott, a mai fiataloktól távol álló kánonra kisebb hangsúlyt fektetve – gondolunk itt a kötelező olvasmányokra –, alternatív, akár közösen kiválasztott, általuk kedvelt műveket együtt olvasva, hangoskönyv formájában hallgatva, filmfeldolgozásokat megtekintve lehetne az általános iskolás gyerekek **olvasási kedvét** visszahozni.
4. Lehetőséget kell adnunk minden tagozaton a **tanulói aktivitásra való építésre**: több szóbeli megnyilvánulásra, csoportmunkákra, beszámoló, kiselőadás, ppt készítésére, közös mese-, történetalkotására, írásban is minél több kreativitást igénylő és nem lexikális tudásra épülő feladat megoldására.
5. **Kilencediktől fölfelé a gimnazistáknál mindezzel párhuzamosan be kell emelnünk a hosszabb, ingerszegényebbnek tűnő, lineáris szövegek olvastatását a tanításba**, mert az iskola lassan az egyetlen helyszín, ahol ezekkel találkozhatnak, és ha nagyregény-rajongóvá nem is válnak, szükségük lesz arra a típusú figyelemre az egyetemi pályafutásuk során, amelyet ezekkel a szövegekkel megszerezhetnek.

Mindezek a módszerek – melyeket természetesen lehetőségeinkhez mérten bőven alkalmazunk is – hozzásegíthetik a tanulókat, hogy bővüljön a szókincsük, koncentráltabb legyen a figyelmük, fejlődjön a belső képalkotásuk, megmaradjon a motiváltságuk a tanulás iránt. Mindezek fontosak a szövegértési és a szövegalkotási képességük fejlődéséhez is.

Matematika

Helyzetelemzés

A 2025. évi országos kompetenciamérés matematika eredményeinek elemzése alapján megállapítható, hogy intézményünk összesített eredményei kedvező képet mutatnak, hiszen a legtöbb évfolyamon eléri vagy meghaladják az országos átlagot. Az eredmények ugyanakkor jelentős különbségeket mutatnak az egyes képzési formák között.

Az általános iskolai képzésben tanuló diákok teljesítménye több évfolyamon az országos, valamint a hasonló városi iskolák átlagától is elmarad, míg a 8 évfolyamos gimnáziumi képzés eredményei következetesen az országos és a hasonló gimnáziumok átlaga fölött alakulnak. A 4 évfolyamos gimnáziumi képzés eredményei változatosabb képet mutatnak: egyes

évfolyamokon eléri vagy meghaladják az országos átlagot, más évfolyamokon azonban fejlesztést indokolnak.

A 2024-es eredményekhez viszonyítva kedvező tendencia figyelhető meg a gimnáziumi évfolyamokon, különösen a 9–11. évfolyamon, ahol jelentős fejlődés tapasztalható. Az általános iskolai képzésben ugyanakkor továbbra is szükség van célzott pedagógiai beavatkozásokra az alapkompétenciák fejlesztése érdekében.

Az eredményeket befolyásoló tényezők

Az eredmények elemzése és a matematikát tanító pedagógusok tapasztalatai alapján több olyan tényező azonosítható, amely befolyásolja a tanulók kompetenciamérésen nyújtott teljesítményét.

Az egyik legfontosabb probléma az alapvető számolási készségek bizonytalansága. Az alpműveletek automatizáltságának hiánya jelentősen lassítja a feladatmegoldást, így kevesebb idő jut a problémák értelmezésére és ellenőrzésére.

További nehézséget jelent, hogy a tanulók többsége elsősorban algoritmusok alkalmazásában magabiztos, ugyanakkor kevésbé képes matematikai ismereteit új, hétköznapi vagy összetettebb problémaszituációkban alkalmazni. A kompetenciamérés azonban elsősorban ezt a transzferképességet vizsgálja.

A pedagógusok tapasztalatai szerint a tanulók időgazdálkodása is fejlesztésre szorul. Gyakran túl sok időt töltenek egy-egy feladattal, emiatt a mérés végére nem marad elegendő idejük valamennyi feladat megoldására.

Az eredményeket a koncentráció fenntartásának nehézsége, a hosszabb figyelmet igénylő feladatokkal szembeni türelmetlenség, valamint a kompetenciamérés iránti motiváció hiánya is befolyásolja. Mindezek különösen az általános iskolai évfolyamokon jelennek meg hangsúlyosan.

Fejlesztési célok

Az intézkedési terv célja az általános iskolai matematikai kompetenciák fejlesztése, valamint a gimnáziumi képzésben elért eredmények megőrzése és továbbfejlesztése.

A fejlesztések középpontjában olyan matematikai tudás kialakítása áll, amelyet a tanulók nemcsak rutinfeladatokban, hanem új helyzetekben, problémamegoldó feladatok során is eredményesen tudnak alkalmazni.

Intézkedési terv

Az alapvető számolási készségek fejlesztése

Az 5–8. évfolyamon rendszeresen beépítjük a tanórákba az alpműveletek gyorsaságát és pontosságát fejlesztő rövid feladatsorokat. Cél, hogy a tanulók számolási rutinja javuljon, ezáltal több figyelmet fordíthassanak a problémák értelmezésére.

Az alkalmazható matematikai tudás fejlesztése

A tanórákon nagyobb hangsúlyt kapnak a kompetenciaméréshez hasonló, életszerű problémák, valamint a többféle megoldási utat kínáló feladatok. Tudatosan fejlesztjük a becslés, az ellenőrzés és a matematikai érvelés képességét.

Időgazdálkodás fejlesztése

Rendszeresen alkalmazunk időkerethez kötött feladatmegoldást, hogy a tanulók megtanulják munkájuk ütemezését, és kialakuljon a mérési helyzetekhez szükséges tempó.

Digitális kompetencia fejlesztése

A matematikaórákon fokozatosan növeljük a digitális felületen megoldandó feladatok arányát, hogy a tanulók rutint szerezzenek a számítógépes kompetenciamérés sajátosságaiban.

Differenciált fejlesztés

A tanév elején végzett diagnosztikus mérések alapján célzott felzárkóztatást biztosítunk a lemaradó tanulók számára, miközben a tehetséggondozás is kiemelt feladat marad.

A pedagógiai gyakorlat fejlesztése

A matematika munkaközösség rendszeresen elemzi a kompetenciamérések eredményeit, megosztja a bevált módszereket.

Várható eredmények

Az intézkedések megvalósításától azt várjuk, hogy javul a tanulók számolási biztonsága, problémamegoldó gondolkodása és időgazdálkodása, ezáltal nő az alkalmazható matematikai tudás szintje. Kiemelt cél az általános iskolai évfolyamok eredményeinek közelítése az országos átlaghoz, valamint a gimnáziumi képzés magas színvonalának megőrzése. A fejlesztések hosszú távon nem csupán a kompetenciamérés eredményeiben, hanem a matematika tantárgyi teljesítményében és a tanulók önálló gondolkodásának fejlődésében is megjelenhetnek.

Digitális kultúra

Helyzetelemzés

A 2025. évi digitális kultúra kompetenciamérés eredményei alapján megállapítható, hogy intézményünk összesített teljesítménye országos viszonylatban kedvező. Az intézményi átlag a legtöbb évfolyamon eléri vagy meghaladja az országos átlagot, ugyanakkor az egyes képzési formák között jelentős különbségek figyelhetők meg.

Az általános iskolai képzésben tanulók eredményei több évfolyamon az országos és a hasonló városi általános iskolák átlaga alatt maradnak, míg a gimnáziumi képzésben a tanulók teljesítménye stabilan az országos átlag felett alakul. A 8 évfolyamos gimnázium eredményei kiemelkedően jók, ugyanakkor a saját kategóriáján belül még mutatkozik fejlesztési lehetőség. A 4 évfolyamos gimnázium eredményei változó képet mutatnak, de több évfolyamon kedvező javulás figyelhető meg az előző tanévhez képest.

Az eredményeket befolyásoló tényezők

A digitális kultúra kompetenciamérés eredményeit több tényező együttesen alakítja.

A tantárgy sajátossága, hogy a tanulók jelentős része a digitális eszközök mindennapi használata ellenére nem minden esetben rendelkezik tudatos digitális problémamegoldó képességgel. A kompetenciamérés ugyanakkor nem az informatikai rutinműveleteket, hanem azok alkalmazását, az információk értelmezését és a digitális környezetben történő problémamegoldást vizsgálja.

Az eredményeket befolyásolja a tanulók motivációja is. Tapasztalataink szerint a kompetenciamérés iránti elköteleződés alacsonyabb, mivel a mérés nem kapcsolódik közvetlen tantárgyi értékeléshez. Ez különösen a középiskolai évfolyamokon befolyásolhatja a tényleges tudásszintet tükröző teljesítményt.

Az általános iskolai képzésben az eltérő előzetes digitális ismeretek és a tanulócsoportok heterogenitása is hozzájárul az eredmények nagyobb szórásához.

Fejlesztési célok

Az intézkedési terv célja az általános iskolai évfolyamok digitális kompetenciáinak fejlesztése, valamint a gimnáziumi képzésben elért eredmények megőrzése.

A fejlesztés középpontjában a digitális problémamegoldás, az információk értelmezése, valamint a kompetenciaméréshez hasonló feladattípusok rendszeres alkalmazása áll.

Intézkedési terv

Kompetenciaalapú feladatok rendszeres alkalmazása

A tanórákon nagyobb hangsúlyt kapnak a kompetenciaméréshez hasonló digitális feladattípusok, amelyek fejlesztik az információkezelést, az algoritmikus gondolkodást és a problémamegoldást.

Digitális problémamegoldás fejlesztése

A tananyag feldolgozása során előtérbe kerülnek azok a feladatok, amelyekben a tanulóknak önállóan kell digitális információkat értelmezniük, megszerezniük és felhasználniuk.

Szövegértés tudatos fejlesztése

Mivel a digitális kultúra feladatai jelentős szövegértést is igényelnek, a tantárgy tanítása során tudatosan fejlesztjük a digitális környezetben megjelenő utasítások és problémaleírások értelmezését.

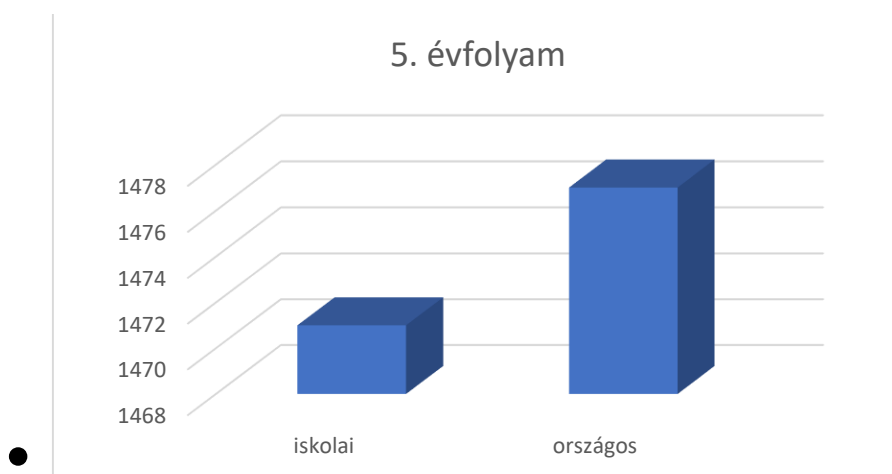
A tanulói motiváció erősítése

Törekszünk arra, hogy a tanulók megismerjék a kompetenciamérés célját és jelentőségét, valamint rendszeres visszajelzést kapjanak saját fejlődésükről.

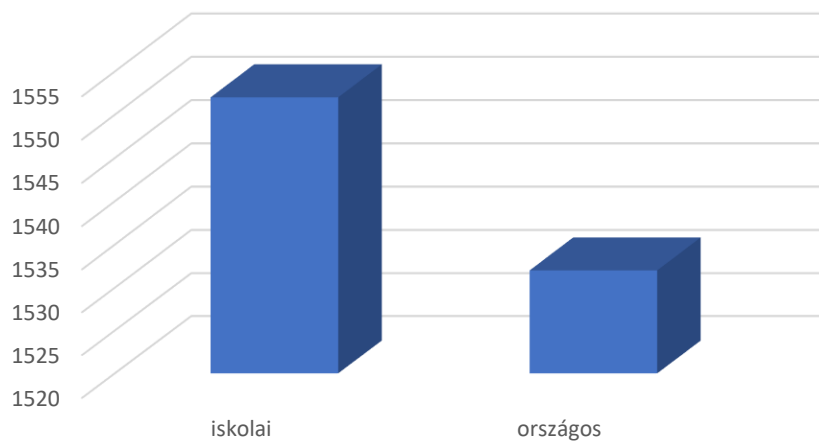
Összegzés

A digitális kultúra kompetenciamérés eredményei alapján intézményünk teljesítménye összességében kedvező, ugyanakkor az általános iskolai képzésben továbbra is szükség van a digitális problémamegoldó kompetenciák célzott fejlesztésére. A tervezett intézkedések célja, hogy a tanulók digitális tudása ne csupán az eszközhasználatban, hanem az önálló információfeldolgozásban és a kompetenciaalapú feladatok

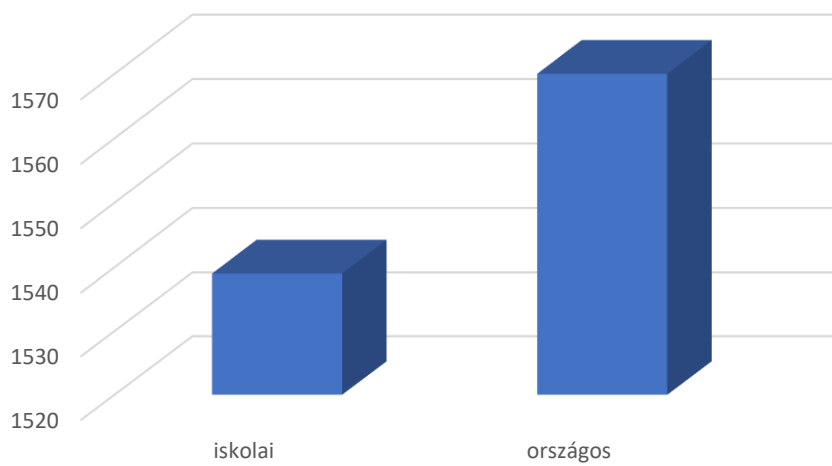
TÖRTÉNELEM:



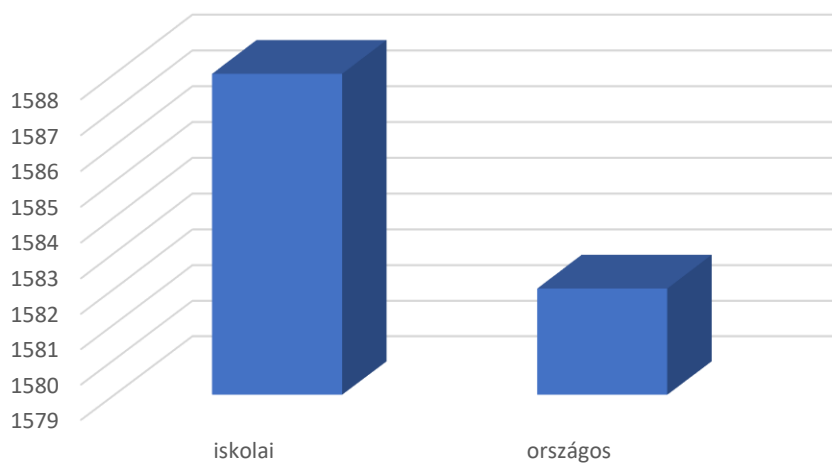
6. évfolyam



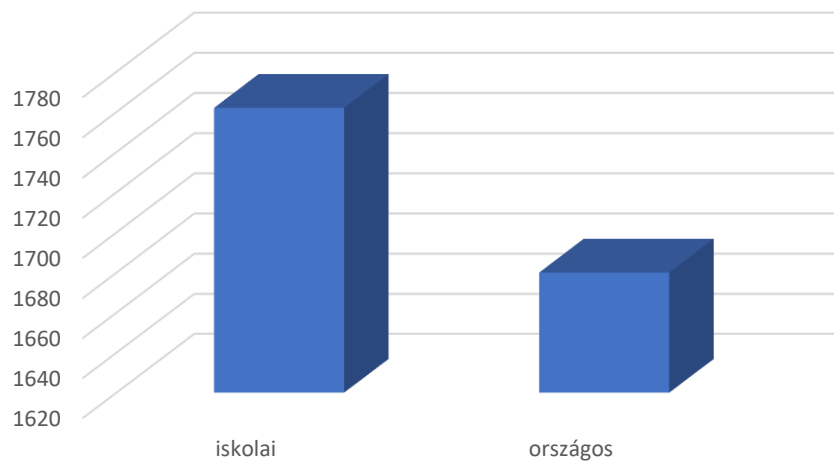
7. évfolyam



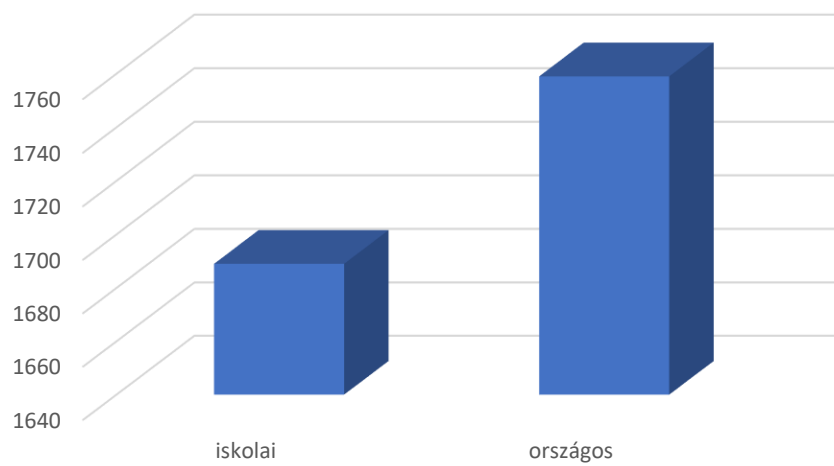
8. évfolyam



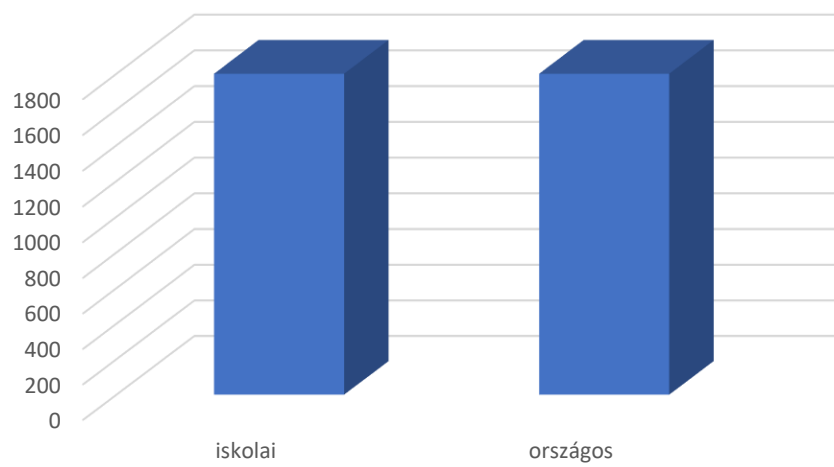
9. évfolyam



10. évfolyam



11. évfolyam



A történelem kompetenciamérés eredmények a 10. évfolyamon mutatnak szignifikánsan alacsonyabb értéket az országos átlagnál, a többi évfolyam nem mutat jelentős eltérést ettől. A 10. évfolyamon a 4 évfolyamos gimnáziumi iskolai adatunk volt jelentősen alacsonyabb az országos átlagnál, míg a 8 évfolyamos gimnáziumunk adata majdnem elérte azt. A tavalyi mérésnél szintén ez az évfolyam maradt szignifikánsan az országos átlag alatt, akkor is főleg a 4 évfolyamos osztály eredményei miatt. Ami jó hír, hogy a lemaradás kissé csökkent. A 2024-es mérésnél 95 ponttal, a 2025-ös mérésnél 70 ponttal maradtak el az országos átlagtól.

5-8. évfolyamokon megfigyelhető, hogy az általános iskolai osztályaink eredményei elmaradnak, míg a kisgimnazisták eredményei meghaladják az országos átlagot. 8 osztályos gimnáziumunk eredményei nem mutatnak jelentős eltérést a 8 évfolyamos gimnáziumokkal összevetve. Ez az adat sajnos a 10.b (2025) osztály tanulóira nem igaz, akik az országos átlagtól ugyan nem térnek el szignifikánsan, de a 8 évfolyamos gimnáziumok átlagától igen.

A történelem kompetenciamérés eredmények javítása érdekében a **szövegértés fejlesztésével** tudunk tenni a legtöbbet. Ezt a kérdést évek óta mind az iskola vezetése, mind a tantestület prioritásként kezeli. A szövegértési feladatok gyakorlásán túl nagyon fontosnak tartom a **történelmi atlasz rendszeres használatát, térképek, ábrák, táblázatok és grafikonok gyakori elemzését.** A **múzeumpedagógia** módszereit is igyekszünk felhasználni a gyerekek érdeklődésének felkeltéséhez. Az érdeklődés fenntartásával elérhetjük, hogy minél **több könyvet olvassanak, filmet nézzenek történelmi témában,** amivel tovább szélesíthetik látókörüket, elmélyíthetik ismereteiket és fejleszthetik kompetenciájukat.

IDEGEN NYELV

Eredmények elemzése és intézkedési terv

Összefoglaló táblázat évfolyamonként és képzési formákként

Átlageredmények

Mérési terület	Évfolyam	Képzési forma	Átlageredmény (megbízhatósági tartomány)					
			A feladat-ellátási helyen	Országos	Az első viszonyítási csoport		A második viszonyítási csoport	
					Neve	Eredménye	Neve	Eredménye

Angol idegen nyelv	6.	Ált. isk.	1496 (1453;1546)	☹️ 1502 (1501;1504)	Városi ált. isk.	☹️ 1488 (1486;1491)	Közepes városi ált. isk.	☹️ 1504 (1500;1507)
Angol idegen nyelv	6.	8 évf. gimn.	1660 (1599;1716)	😊 1502 (1501;1504)	8 évf. gimn.	☹️ 1614 (1606;1620)	Közepes 8 évf. gimn.	☹️ 1606 (1596;1620)
Angol idegen nyelv	7.	Ált. isk.	1501 (1443;1570)	☹️ 1575 (1573;1577)	Városi ált. isk.	☹️ 1546 (1543;1548)	Közepes városi ált. isk.	☹️ 1558 (1555;1562)
Angol idegen nyelv	7.	8 évf. gimn.	1712 (1654;1786)	😊 1575 (1573;1577)	8 évf. gimn.	☹️ 1716 (1709;1722)	Közepes 8 évf. gimn.	☹️ 1712 (1703;1725)
Angol idegen nyelv	8.	Ált. isk.	1594 (1525;1670)	☹️ 1630 (1628;1632)	Városi ált. isk.	☹️ 1599 (1595;1602)	Közepes városi ált. isk.	☹️ 1616 (1612;1620)
Angol idegen nyelv	8.	8 évf. gimn.	1868 (1807;1912)	😊 1630 (1628;1632)	8 évf. gimn.	😊 1801 (1794;1808)	Közepes 8 évf. gimn.	😊 1790 (1779;1805)
Angol idegen nyelv	9.	8 évf. gimn.	1819 (1754;1885)	☹️ 1780 (1778;1782)	8 évf. gimn.	☹️ 1864 (1855;1870)	Közepes 8 évf. gimn.	☹️ 1881 (1867;1894)
Angol idegen nyelv	9.	4 évf. gimn.	1872 (1823;1926)	😊 1780 (1778;1782)	4 évf. gimn.	😊 1765 (1762;1767)	Közepes 4 évf. gimn.	😊 1737 (1732;1741)
Angol idegen nyelv	10.	8 évf. gimn.	1902 (1860;1957)	😊 1813 (1811;1816)	8 évf. gimn.	☹️ 1898 (1891;1907)	Közepes 8 évf. gimn.	☹️ 1900 (1884;1911)
Angol idegen nyelv	10.	4 évf. gimn.	1789 (1714;1870)	☹️ 1813 (1811;1816)	4 évf. gimn.	☹️ 1798 (1795;1800)	Közepes 4 évf. gimn.	☹️ 1764 (1759;1769)
Angol idegen nyelv	11.	8 évf. gimn.	1911 (1828;1979)	😊 1827 (1825;1830)	8 évf. gimn.	☹️ 1920 (1914;1928)	Közepes 8 évf. gimn.	☹️ 1915 (1902;1926)
Angol idegen nyelv	11.	4 évf. gimn.	1840 (1774;1923)	☹️ 1827 (1825;1830)	4 évf. gimn.	☹️ 1810 (1808;1813)	Közepes 4 évf. gimn.	😊 1772 (1768;1778)

Az idegen nyelvi mérés 2025-ben digitális formában zajlott, és a tanulók tudását az évfolyamokhoz rendelt nyelvi szinteken mérte (6–7. évfolyam: A1, 8–9. évfolyam: A2, 10–11. évfolyam: B1). Az eredmények alapján megállapítható, hogy az intézményben minden évfolyamon legalább az országos átlag szintjén, több esetben azt meghaladó színvonalú nyelvoktatás folyik. Különösen a 6., 8. és 9. évfolyam eredményei emelkednek ki, ahol a tanulók teljesítménye szignifikánsan jobb az országos átlagnál. Ugyanakkor a 7. évfolyamon megtorpanás figyelhető meg, míg a 10–11. évfolyamon a teljesítmény stagnál, és nem mutat érdemi eltérést az országos átlagtól.

Árnyalja a képet, hogy felső tagozaton az általános iskolai osztályok jellemzően az országos átlag alatt, míg a 8 osztályos gimnáziumi osztályok jelentősen az országos átlag felett

teljesítenek. Az általános iskolai osztályok eredményeit mindenképp érdemes a magyar nyelvű olvasott szöveggértéssel együtt is vizsgálni, értelmezni. (BTMN, SNI tanulók?)

Megjegyzendő, hogy a legalacsonyabb eredményt produkáló 7. évfolyam általános iskolai osztályokat a felső tagozaton csoportontás nélkül oktatjuk, mert az osztályok létszáma nem tette lehetővé a bontást. A korábbi tapasztalatok és mérési eredmények alapján az alsóbb évfolyamokon az alacsony osztálylétszámok ellenére bontunk, igaz évfolyam szinten, de ez mégis lehetővé teszi a képességszintekhez jobban alkalmazkodó nyelvoktatást; tehetséggondozást és a lemaradók felzárkóztatását. A 2024-es eredményekhez viszonyítva kedvező változás, hogy a korábban kiemelten problémás 6. évfolyamon jelentős javulás következett be, ami arra utal, hogy a korábban megfogalmazott intézkedések részben hatékonyak voltak.

A 8osztályos gimnáziumi tagozat 6-8-ig végig kiemelkedően teljesít, önmagához, és országos szinthez képest is, ez megerősíti a befektetett pedagógiai munka hasznosságát, a jó gyakorlatok helyességét.

A gimnáziumi képzésben a 9. évfolyam kimagasló eredményei jelzik, hogy a tanulók jelentős része megfelelő alapokkal érkezik és jól reagál a megnövekedett elvárásokra, bár figyelemre ad okot, hogy a 8.b osztály fejlődése 9.-re lelassul: oka lehet az új belépők eltérő szintje (A 'B' osztályba felvételizőket nem mérjük angolból!)- így mindenképp érdemes a jövőben hangsúlyt fektetni az új belépők év eleji felzárkóztatására, azaz egy átmeneti 2-3 hónapos 'újra-alapozó' szakasz bevezetésére.

A 10–11. évfolyamon stagnálás tapasztalható a mérések alapján. Az eredményeknek ellent mond, hogy a tanulók ebben az időszakban kísérettségít, többen előrehozott érettségi vizsgát, nyelvvizsgákat tesznek sikeresen, sőt sokszor kiemelkedő eredménnyel. Ezért valószínűsíthetjük, hogy a mérés nem minden esetben tükrözi valós tudásukat vagy motivációjukat. Emellett a nyelvi mérések eredményei szerint tanulói teljesítmények közötti különbségek továbbra is jelentősek: a kiemelkedően teljesítő tanulók mellett jelen van egy alacsonyabb szinten teljesítő csoport is, amely differenciált pedagógiai megközelítést igényel. Ugyanakkor ezt a fentebb említett belső és külső vizsgák nem igazolják, tehát a szaktanárok részéről ez a terület fokozott figyelmet, a lemaradók azonosítását, amennyiben szükséges differenciált támogatását igényli.

Az intézkedési terv célja ezért egyrészt a meglévő erősségek megőrzése, másrészt a kritikus pontokon történő célzott beavatkozás. Az általános iskolai szakaszban kiemelt feladat az általános iskolai osztályok teljesítményének javítása. Ennek érdekében szükséges a tanév eleji diagnosztikus mérés alkalmazása, amely lehetővé teszi a tanulók tudásszint szerinti differenciálását. A tanórákon belül erősíteni kell a differenciált feladatadást, valamint nagyobb hangsúlyt kell helyezni a kommunikatív készségek fejlesztésére. A tanulói motiváció növelése érdekében célszerű projektalapú és életközeli feladatok alkalmazása, amelyek segítik a nyelvhasználat gyakorlati beágyazását. Mindehhez elengedhetetlen a csoportbontás, valamint célzott felkészítés a mérésre: kipróbált, valid, digitális gyakorló feladatok alkalmazása.

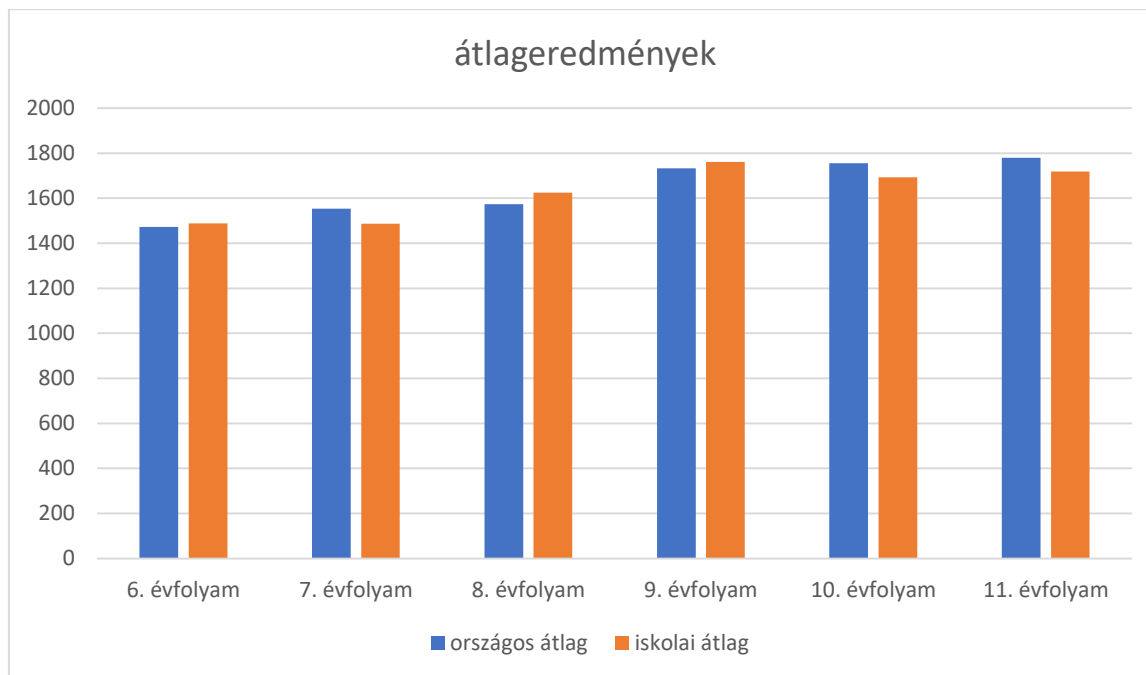
A 8. évfolyamon a cél a már elért magas teljesítményszint megtartása és a B1 szintre való felkészítés megalapozása. Ennek érdekében indokolt a vizsgatípusú feladatok rendszeres alkalmazása, valamint a tehetséggondozás erősítése. A gimnáziumi szakaszban a hangsúly a stagnálás megszüntetésére és a tanulói különbségek kezelésére helyeződik. Ennek egyik legfontosabb eszköze a csoportbontás és a differenciált oktatás, amely lehetővé teszi, hogy a haladó tanulók magasabb (B2–C1) szintre jussanak, míg a gyengébbek elérjék a minimumként elvárt B1 szintet.

Fontos feladat a tanulók méréshez való viszonyának javítása is. A mérés jelentőségének tudatosítása, valamint a rendszeres visszajelzés segítheti a motiváció növelését, különösen a 10–11. évfolyamon. Ennek támogatására célszerű rendszeres próbaérettségik és mérési helyzetek beiktatása, amelyek elősegítik a tanulók felkészültségének reális értékelését.

Módszertani szinten a digitális eszközök használata továbbra is fontos, ugyanakkor ezek alkalmazását tudatos keretek között kell tartani. A belső tudásmegosztás, a pedagógusok közötti együttműködés és a bevált gyakorlatok megosztása szintén hozzájárulhat a tanítás hatékonyságának növeléséhez.

Összességében megállapítható, hogy az intézményben magas színvonalú nyelvoktatás folyik, amely lehetővé teszi a motivált tanulók számára a sikeres nyelvtanulást és a magasabb szintű nyelvtudás megszerzését. A 2025-ös eredmények alapján a fejlesztés iránya egyértelműen kijelölhető: a kritikus évfolyamok célzott támogatása, a differenciálás erősítése, valamint a tanulói motiváció és felelősségvállalás növelése szükséges ahhoz, hogy minden tanuló elérje a számára optimális nyelvi szintet.

TERMÉSZETTUDOMÁNY



A diagram alapján az országos kompetenciamérés eredményei az iskola és az országos átlag összehasonlítását mutatják a 6–11. évfolyamokon. Az adatokból a következő tendenciák figyelhetők meg:

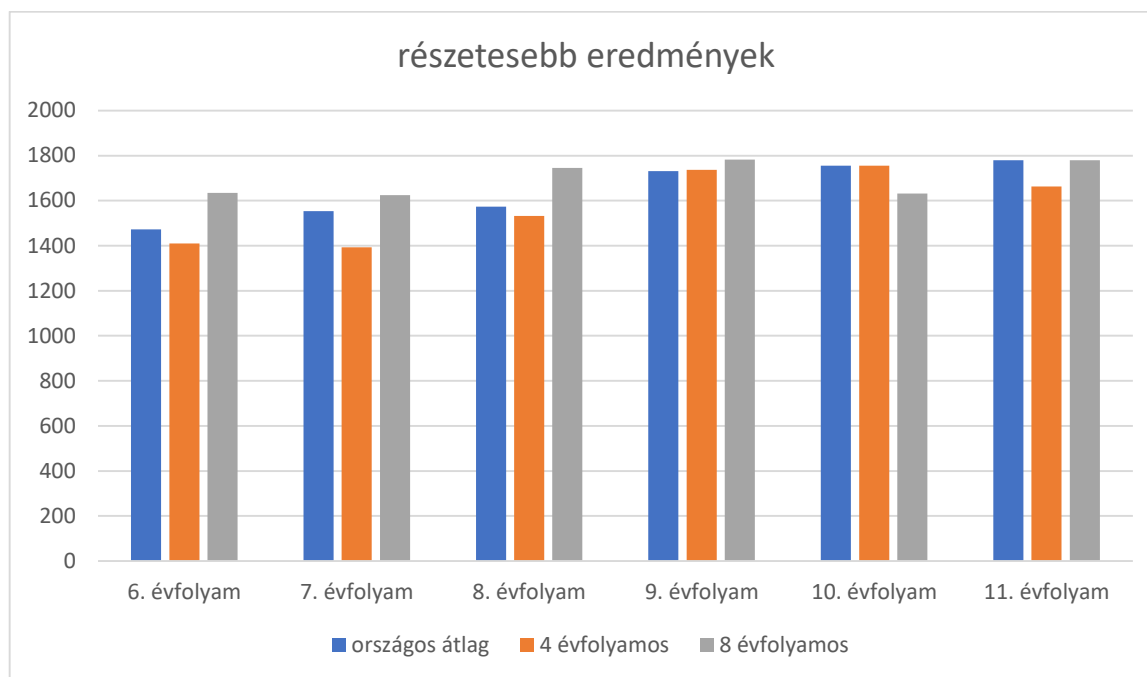
Általános megállapítások

- Az eredmények minden évfolyamon 1450–1800 pont közötti tartományban mozognak.
- Az országos és az iskolai átlag közötti különbségek viszonylag kicsik (kb. ± 20 –70 pont), ami azt jelzi, hogy az iskola teljesítménye összességében közel áll az országos szinthez.
- Mind az országos, mind az iskolai átlagok emelkedő tendenciát mutatnak az évfolyamok előrehaladtával.

Tendenciák

- **6., 8. és 9. évfolyamon** az iskola teljesítménye kedvező, meghaladja az országos átlagot
- **7. évfolyamon** átmeneti visszaesés figyelhető meg
- **10–11. évfolyamon** az országos átlag gyorsabban növekszik, mint az iskolai eredmények, ezért az iskola ezeken az évfolyamokon az országos átlag alá kerül
- A legjobb relatív teljesítmény a **8. évfolyamon**, míg a legnagyobb lemaradás a **7. és a 10. évfolyamon** látható.

Árnyaltabb képet kapunk, ha az eredményeket szétbontjuk az iskola profiljának megfelelően:



Az ábra az országos kompetenciamérés eredményeit mutatja be három összehasonlításban:

- **országos átlag** (kék),
- **4 évfolyamos képzés** (narancssárga), ami az általános iskolai tagozaton az „a” és „c” osztályok eredményeit mutatja összességében, míg a gimnáziumi szakaszban ez a nyelvi osztályt jelenti
- **8 évfolyamos képzés** (zöld), ami az általános iskolai szakaszban a kisgimnáziumi osztályt jelenti, a felsőbb szakaszban ennek a folytatásaként jelenik meg gimnáziumi képzésként

Általános tendenciák

Az adatok alapján jól látható, hogy a **8 évfolyamos gimnáziumi képzés tanulói szinte minden évfolyamon a legjobb eredményeket érik el**, míg a **4 évfolyamos képzés eredményei többnyire az országos átlag alatt maradnak**. Az országos átlag jellemzően a két képzési forma között helyezkedik el.

Tendenciák

8 évfolyamos gimnáziumi képzés

- A legtöbb évfolyamon **kiemelkedően magas teljesítményt** mutat.
- A 6–9. évfolyam között folyamatosan az országos átlag felett teljesít.
- A 10. évfolyamon jelentős visszaesés figyelhető meg (kb. 130–150 pontos csökkenés), amely eltér az általános tendenciától.
- A 11. évfolyamon ismét visszatér a magas teljesítmény.

4 évfolyamos képzés

- A 6–8. évfolyamon végig az országos átlag alatt marad.
- A 9. évfolyamon felzárkózik az országos átlaghoz.
- A 10. évfolyamon közel azonos eredményt ér el az országos átlaggal.
- A 11. évfolyamon ismét jelentős lemaradás figyelhető meg.

Összegzés

Az adatok alapján a **8 évfolyamos gimnáziumi képzés tanulói összességében magasabb kompetenciaeredményeket érnek el**, ami összefügg a tanulók előzetes szelekciójával, motivációjával és a képzési forma sajátosságaival. A **4 évfolyamos képzés eredményei kiegyensúlyozottabbak, de több évfolyamon elmaradnak az országos átlagtól.**

A **10. évfolyamos 8 évfolyamos eredmény** ugyanakkor kiugróan alacsony a többi évfolyamhoz képest, ennek háttérében valószínűleg nem a teljesítményükben való elmaradás mutatkozik meg, hanem a motiválatlanság. Minden osztálynál, különösen a gimnáziumi évfolyamoknál tapasztaltuk azt a mérések során, hogy nem olvassák el a feladatot, nem tudnak és nem akarnak a szövegekre koncentrálni, ezért csak végig kattintgatják a válaszlehetőségeket, így rendkívül ellentmondó eredmény született.

Vélemény és intézkedési terv:

2022 óta a természettudomány külön mérésre került az országos kompetenciamérések között a 6.-tól 11. évfolyamig digitális felületen. A mérések összességében 3 napot vesznek el 1-1 osztálytól, és egy nap alatt több órán keresztül ülnek a gépek előtt. Azt tapasztaltuk, hogy mivel a mérések nem adnak azonnali visszajelzést a diákoknak a teljesítményükről, emellett nem értékelhetőek, így semmi nem készíteti őket arra, hogy ténylegesen a tudásukat, szövegértési és egyéb kompetenciáikat megmutathassák. A mérések során hamar elfáradnak, a szövegeket végig sem olvassák, csak rápillantanak a képekre, a válaszokra és találmányra bejelölnek párat. A céljuk nem a teljesítés, hanem csak, hogy minél előbb végére jussanak a kattintásoknak. Ez összefügg azzal, hogy a figyelmük a digitális eszközök túlzott használata miatt teljesen megváltozott, nem tudnak hosszabb szövegekre koncentrálni, fontos nekik a gyors változás, hozzászoktak az ugráló, gyorsan felvillanó információkhoz, ebből gyorsan szűrik ki, amire nekik szükségük van, ráadásul szinte mindent készen kapnak, tehát nem gyakorolják a problémamegoldást, a logikus gondolkodást. A feladatsorok viszont egyáltalán nem igazodnak ezekhez a megváltozott körülményekhez, a tanórákon rengeteg időt kellene szánni arra, hogy megtanulják értelmezni a szöveget, merjenek gondolkodni.

Emellett túl soknak gondoljuk a méréseket, véleményünk szerint nincs szükség ennyi tantárgyra, hiszen a szövegértési feladatokba bele lehet illeszteni egyszerűbb és bonyolultabb, összefüggések felismerését igénylő, természettudományos jellegű információkat tartalmazó szövegeket, így elég lenne egy ilyen komplexebb feladatsor összeállítása is, de jobb lenne egy azonnali visszajelzés is a gyerekeknek azokról a feladatokról legalább, amelyek így értékelhetőek egyből is. Amíg ebben a formában maradnak a mérések, addig biztosan nem kapunk reális képet róluk.

A természettudományos tantárgyaknál külön probléma, hogy a heti óraszámok alacsonyabbak, emellett a tananyag mennyisége szinte változatlan maradt, sőt bizonyos esetekben megújult,

megváltozott, megnövekedett, így a tanórákon rendkívül szűk időkeret áll rendelkezésünkre külön szövegértésre, illetve úgy gondoljuk, hogy egy szöveg értelmezési algoritmusait korábban kellene elsajátítani, és erre lehetne alapozni a későbbiekben, ekkor érhetőek el igazi előre lépések.

Ezekről függetlenül nyilvánvaló, hogy egyre nagyobb szükség van a szövegértés fejlesztésére bármelyik évfolyamon, és ennek megfelelően próbálunk a tanóráinkon ezekkel célirányosabban foglalkozni.

A fejlesztések nem külön foglalkozások keretében történnek, hanem:

- a tananyag feldolgozásába integrált kompetenciafejlesztéssel;
- rövid (5–10 perces) feladatok alkalmazásával;
- differenciált feladatadással;
- digitális tananyagok önálló használatával;
- házi feladatként kompetenciajellegű problémák kijelölésével;
- nagyobb hangsúly a kompetenciaalapú feladattípusokra;
- tanulási stratégiák tudatos tanítása;
- rövid diagnosztikus mérések minden témakör elején;
- a hiányosságok célzott pótlása differenciált feladatokkal.
- a bevált módszerek megőrzése;
- a magas teljesítményű tanulók számára komplex, problémamegoldó feladatok biztosítása.

Elvárt eredmények (2–3 éves távlatban)

- A 7., 10. és 11. évfolyam eredményeinek közelítése vagy felzárkóztatása az országos átlaghoz.
- A 4 évfolyamos képzés átlagának stabil emelkedése legalább **30–50 ponttal**.
- Az országos átlagtól való negatív eltérések csökkenése.
- A kompetenciamérési feladattípusok rutinszerű alkalmazása a tanórákon.
- A tanulók problémamegoldó, szövegértési és matematikai gondolkodási kompetenciáinak mérhető fejlődése.

Fontos, hogy **nem többletórákra építünk (mivel erre csak kevés lehetőség van, korlátozott számú tanulót mozgatna csak meg), hanem a meglévő tanórák tudatosabb felhasználására, a tantárgyközi kompetenciafejlesztésre és a célzott, kis időráfordítással megvalósítható pedagógiai beavatkozásokra**, így reálisan végrehajtható az iskola mindennapi gyakorlatában.

NETFIT mérések

A NETFIT eredmények mérése intézményi szinten, évfolyamonként illetve osztályonként történt meg. A testnevelés területén a fizikai fittségi mutatók összességében megfelelnek az országos átlagnak, bizonyos területeken (pl. állóképesség, erő-állóképesség) enyhe elmaradás, más területeken (pl. koordinációs képességek) pozitív eltérés figyelhető meg. Részletes elemzést, grafikonokat az országos eredmények felkerülésekor fogunk tudni készíteni (várhatóan tanévkezdésre).

Az előzetes eredmények alapján fejlesztendő területként fog megjelenni a rendszeres állóképességi terhelés növelése, valamint a mindennapos (?) testmozgás minőségének további erősítése.

Az intézkedési terv javaslati között szerepel:

- célzott állóképesség-fejlesztő gyakorlatok beépítése az órákba
- differenciált terhelés alkalmazása
- NETFIT-eredmények tudatos visszacsatolása a tanulók felé
- mozgásmotiváció erősítése tanórán kívüli programokkal

Részletes elemzés

A 2024/2025. tanév Netfit mérés eredménye Százhalombattai Arany János Általános Iskola és Gimnázium A NETFIT mérési rendszer 2014-ben került bevezetésre, 5. évfolyamtól - 12. évfolyamig a diákok négy különböző fittségi profilt mérésen vesznek részt, amelyhez különböző tesztek tartoznak. A négy profil egészében jellemzi a tanulók egészségközpontú fittségi állapotát. Tanulóink már ismerik a tesztek pontos végrehajtását, szempontjait. Tudják mi a hiba és milyen a pontos végrehajtás. Tisztában vannak az eredmények és az egészség összefüggéseivel. Kollégáimmal igyekszünk példát mutatni, életvezetésünkkel és táplálkozási szokásainkkal. Sajnos sok szülő nem érzi a súlyát annak, ha gyermeke elhízott, nehezen, vagy egyáltalán nem lehet meggyőzni az egészséges táplálkozás és a mozgás fontosságáról. Összességében elmondható, hogy a mérés során tanulóink minden modulban sokkal jobb, magasabb értékeket értek el, mint az országos átlag, két területet kivéve. Testösszetétel és tápláltsági profil Ebben a mért időszakban jobban teljesítenek az iskola diákjai az országos átlagnál, jelenleg a diákok 4% van a fokozottan fejlesztendő zónában. Igyekszünk felhívni a szülők és a diákok figyelmét a helyes táplálkozásra. Bizonyított tény, hogy a testzsír emelkedése megnöveli a szívés érrendszeri, daganatos, 2- típusú cukorbetegség és egyes

pszichológiai betegségek (pl. depresszió) kialakulásának kockázatát. Rendszeres mozgással, egészséges táplálkozással lehet kedvező irányba változtatni az egészségi állapotot. Az MDSZ ebben a témában külön kiadványt adott ki a szülők számára, címe: "FITTEN, VIDÁMAN testmozgás és táplálkozás"

Testzsír

Az idei tanévben magasan az országos átlag felett van az eredmény. Mindössze 4% a fokozottan fejlesztendő, 16% a fejlesztendő tanuló 80% tartozik az egészséges zónába. A tornaterem túlterheltsége miatt több elméleti tanóránk is volt, melyen sokszor foglalkoztunk a helyes táplálkozással is: mikor, mit egyenek, mire van szüksége a fejlődő szervezetnek.

Aerob fitsségi (állóképességi) profil (20 méteres ingafutás)

Ez a profil az általános fitsségi állapot szempontjából a legfontosabb terület. Kutatások bizonyítják, hogy az aerob kapacitás a szervezet maximális oxigénfelvevő képesség jó állapota csökkenti a kockázatát az első profilnál már leírt betegségeknek. Testnevelés órákon rendszeresen szerepel a kitartó futás (5-10'). Ma már a legtöbb diáknak van saját okosórája, mellyel mérni lehet a tempót és a megtett távot, esetleg pulzust is. Az atlétikai jellegű feladatoknál lehetőséget adunk a diákoknak ennek viselésére, hiszen így ők maguk is ellenőrizni tudják a pulzusukat, a távolságot, és a felhasznált kalóriát. Gyakoroltatjuk a helyes tempót, a 7-8. évfolyamon és a gimnáziumi tagozaton a tanulók már sikeresen be is tudják osztani az energiájukat.

Vázizomzat fitsségi profil

Ez a profil a vázizomzat erejét, állóképességét, nyújthatóságát vizsgálja. A nem megfelelő izomzat sérülésekhez, mozgásszervi megbetegedésekhez vezethet.

Ütemezett hasizom teszt

Ez a legjobb átlagú teszt. Mindösszesen 1% tartozik a fejlesztendő területbe, ez jobb, mint az országos átlag. Megfelelő erőszint megtartására és az önmagukhoz mért további fejlődésre kell felhívni a diákok figyelmét.

Törzsemelés teszt

Ez az egyik legrosszabb átlagot mutató eredménye az iskola felsős tanulóinak, bár még így is jobb, mint az országos átlag. Lehetséges okok: mozgásszegény életmód, a telefon előre billentett fejjel való nézése, a tévé és a számítógép előtt ülés. Leggyakoribb ortopédiai

probléma, ami napjainkban előfordul, a hanyag tartás, melynek háttérében nincs kóros elváltozás, a rossz tartás inkább a hátizomzat gyengeségével van kapcsolatban. A felsőben (7-8.évfolyamon) már csökkent az érdeklődés az úszás iránt, emiatt a jövőben is fontos feladatunk, hogy a testnevelés órákon a hátizmokat erősítő mozgásformák számát emeljük. Teljes testes edzés köredzéses módszerek alkalmazásával.

Ütemezett fekvőtámasz

A testnevelés órákon állandó gyakorlási anyag a fekvőtámasz. A vállöv és a kar izmainak erősítése óráról- órára megtörténik.

Kézi szorítóerő

Fontos a kéz és az alkar izmainak ereje sok cselekvésnél, mozdulatnál, sportnál. Az órákon a kötélmászás, függés, TRX, medicinlabda gyakorlatok fejlesztik ezeket az izmokat. A tanulók nagyon kedvelik a kézi szorítóerő mérését, törekednek is a lehető legjobb eredmény elérésére. Az országos átlag eredményét sikerült elérni.

Helyből távolugrás teszt

9%-al magasabb az eredmény az országos átlagnál. A teszt, a láb robbanékony erejét méri. A páros lábról páros lábra történő ugrást már alsóban is végeztetjük, talán ennek is köszönhető a tanulóink jó teljesítménye. Szökdelésekkel, ugrókötelezéssel, ugróiskolával ez tovább fejleszthető.

Hajlékonysági profil

A NETFIT bevezetésekor ez volt a legkritikusabb terület, főként fiúknál. Ma már ez is jobb az országos átlagnál. Tanulóink megértették és érzik a rendszeres nyújtás kedvező hatásait. Megtanulták és minden órán alkalmazzuk a nyújtó hatású feladatokat. Tanulóink eredménye így már az országos átlag fölött van 7%-al.

A teljes mintát figyelembe véve megállapíthatjuk, hogy a legkedvezőbb egészségzóna-arányok az ütemezett hasizom tesztben (99%) és a helyből távolugrás tesztben (80%) láthatók, míg a legkedvezőtlenebbek a törzsemelés tesztben (65 %) és az állóképességi ingafutás tesztben (64%) találhatók. A 2023/24. tanév során a legkritikusabbnak ítélt 20 méteres ingafutás teszteredményben kedvező irányú változás tapasztalható (annak ellenére, hogy a 13-14 éves, illetve a gimnáziumi korosztály esetében csökkent a teljesítés a motiválatlanság miatt). Összességében mindkét nem nagyobb arányban érték el az egészséghez szükséges minimum

fittségi értékeket az előző tanévhez képest. Az aerob fittségi állapot fejlesztésének továbbra is fokozott figyelmet kell kapnia a jövőbeli testnevelés órák hosszú távú tervezésekor. További hangsúlyos fejlesztési feladat a gerinc és törzs stabilitását biztosító izmok rendszeres, célzott erősítése és nyújtása a gerincvédelmi szempontok figyelembevételével. Azon tanulók számára, akik elmaradnak a NETFIT egészség-sztenderdjeinek határértékeitől, tervezett fejlesztés, segítségnyújtás szükséges. Az országos átlagot összehasonlítva iskolánk eredményeivel megállapítható, hogy az országos átlagnál jobban teljesítettek diákjaink. Hasonlóan a megyei és országos gondokhoz nálunk is a túlsúly és elhízás megakadályozása (szülők, otthon fontos szerepe) és az állóképesség növelése a cél. A törzs izmai közül a hátizom ereje nem megfelelő, ezt célirányos gimnasztikai gyakorlatokkal, speciálisan ezt a területet erősítő sportágakkal (torna, jóga, crossfit, falmászás...) szükség esetén gyógytestneveléssel próbáljuk meg fejleszteni.

KÖVETKEZTETÉSEK, AJÁNLÁSOK

A tagintézményi mérés állóképességi ingafutás a szív- és keringési rendszer állóképességének indikátora. Fejlesztése fokozott figyelmet kell, hogy kapjon a jövőbeli testnevelésórák hosszú távú tervezésekor, hiszen a képesség szintjét meghatározó funkcionális élettani működések befolyásolják a gyermek- és felnőttkori fizikai, szellemi teljesítőképességet egyaránt. További hangsúlyos fejlesztési feladat a gerinc- és törzs stabilitását biztosító izmok rendszeres, célzott erősítése és nyújtása a gerincvédelmi szempontok figyelembevételével. Gerinctorna rendszeres alkalmazása a testnevelési órákon.

A NETFIT® mérés során a túlsúlyos (fejlesztés szükséges zóna) és elhízott (fokozott fejlesztés szükséges zóna) kategóriába került tanulóknál elkerülhetetlen a beavatkozások szükségessége. Ezek a beavatkozások prioritásként kell, hogy kezeljék a rendszeres testmozgás és testedzés népszerűsítését (amelynek elsődleges színtere a minden napos iskolai testnevelés kell, hogy legyen), továbbá az egészséges és tudatosan szabályozott táplálkozási szokások kialakítása testnevelés, biológia és osztályfőnöki órákon. A családi szokásoknak rendkívül nagy hatása van a tanulók életmód formálására. A kardiovaszkuláris fittségi állapot az életkor előre haladásával romlik, ami elsősorban a rendszeres fizikai aktivitás életkorfüggő csökkenésével magyarázható. Különösen igaz ez a serdülőkorú lányok esetében, akiknél különösen nagymértékű a csökkenés. A motiváció megteremtésének hatékony módja többek között az egyéni állapotnak megfelelő terhelés kiválasztása és változatos, élményszerű alkalmazása, valamint a pulzuskontroll rendszeres használata testnevelés órák során. Az eredmények nyomon követése szükséges. A kedvező viselkedésváltozás eredménye ugyanis jellemzően megjelenik a fittségi állapot

kedvezőbbé válásában is. A fittségi állapotváltozásban és az egészségi állapot javulásában is megmutatkozik. Rendszeres előadások segítségével szükséges a NETFIT® további népszerűsítése az iskolában szülők és tanulók körében, amely kapcsán el kell érni, hogy minél több szülő és tanuló használja a NETFIT® informatikai rendszerét s ezen keresztül kapjanak információt a saját, illetve gyermekük egészségközpontú fittségi állapotáról.

A felmérés alatt keletkező adatok felhasználhatóvá válnak az intézményi egészségfejlesztési programok, azon belül az intézményi komplex testmozgásprogramok (tervezése során). Azon tanulók számára, akik elmaradnak az NETFIT® egészségsztenderdjeinek határértékeitől (vagyis nem tudnak egészségzónában teljesíteni), tervezett fejlesztés, segítségnyújtás szükséges. Osztály, illetve intézményi szinten pedig, ha magas a fejlesztési zóná(k)ban teljesítő tanulók száma, célzott, átfogó beavatkozás intézkedési terv készítése szükséges. A pedagógus szintjén érdemes átgondolni, hogy mely fittségi profil esetében szükséges hangsúlyosabb fejlesztő hatást elérni az adott tanulócsoport/osztály esetében. Az iskola szintjén pedig a teljes egészségfejlesztési program módosítása, a testnevelés oktatásszínvonalának emelése és a mozgásos tevékenységek lehetőségeinek kiterjesztése lehetnek a tervezett beavatkozás célzott irányai. A kötelező mérés természetesen nem csupán adatfelvételi célokat szolgál. A felmérések fokozott odafigyelést és gondosságot igényelnek a pedagógus részéről, hogy a kézikönyvben rögzített végrehajtási és adatfelvételi módok biztosíthassák a lehető legpontosabb és legmegbízhatóbb tesztelést. Ehhez a tanulók pozitív hozzáállása, felelős és céltudatos magatartása alapfeltétel.

Százhalombatta, 2026. 06.30.

A munkaközösségek támogatásával:

Horváthné dr. Hidegh Anikó, főigazgató