



Εθνικό Πρόγραμμα Αξιολόγησης Φυσικής Κατάστασης Αριστοτέλης - CyFIT

Ενημερωτικό υλικό για μαθητές και μαθήτριες

Το Εθνικό Πρόγραμμα αξιολόγησης της φυσικής κατάστασης (ΦΚ) παιδιών και εφήβων σχολικής ηλικίας «Αριστοτέλης - CyFIT» έχει ενταχθεί στην «Εθνική Στρατηγική για τον Αθλητισμό» και πιο συγκεκριμένα στον πυλώνα «Κοινωνική διάσταση του Αθλητισμού με βασικό στόχο την υγεία των πολιτών». Η εφαρμογή του προγράμματος «Αριστοτέλης - CyFIT» εντάσσεται στις δράσεις που καλούνται να οργανώσουν τα Κράτη-Μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης μέσω της Σύστασης του Συμβουλίου της Ευρώπης της 26ης Νοεμβρίου 2013, «σχετικά με την προώθηση της φυσικής δραστηριότητας για τη βελτίωση της υγείας σε όλους τους τομείς».

Επιπρόσθετα, εντάσσεται στο πλαίσιο σχετικών συστάσεων του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (WHO) για ενίσχυση της υγείας μέσω της φυσικής δραστηριότητας HEPA (Health Enhancing Physical Activity), καθώς και στο πλαίσιο παρακολούθησης εφαρμογής πολιτικών HEPA από τα ΚΜ μέσω του Δικτύου Εθνικών Σημείων Επαφής για τη Φυσική Δραστηριότητα (EU HEPA Focal Points Network).

Στην έκθεση της 8ης συνάντησης του Δικτύου Εθνικών Σημείων Επαφής για τη Φυσική Δραστηριότητα αναφέρονται διάφορες δράσεις και έργα που έχουν πραγματοποιηθεί από τα ΚΜ που στοχεύουν στη HEPA, όπως είναι το European Platform for Sports Innovation, το Determinants of Physical Activities in Settings (DE-PASS) project και το Increasing HEPA policy making CAPacity (HEPACAP) project. Παράλληλα και σχετικά με το αντικείμενο του έργου «Αριστοτέλης - CyFIT» έχουν παρουσιαστεί και διάφορες δράσεις με σκοπό την αξιολόγηση της φυσικής κατάστασης των παιδιών από διάφορες ευρωπαϊκές χώρες με σταθμισμένες και επαναλαμβανόμενες δέσμες δοκιμασιών φυσικής κατάστασης (ΦΚ), οι οποίες στοχεύουν στην προώθηση της φυσικής δραστηριότητας, της υγείας και της ευεξίας στα σχολεία, καθώς παράλληλα παρέχουν τη δυνατότητα δημιουργίας μιας εκτενούς βάσης δεδομένων για μακροπρόθεσμη παρακολούθηση της ΦΚ των παιδιών και εφήβων. Οι καλές πρακτικές που παρουσιάζονται ακολούθως εντάσσουν την καινοτομία και την τεχνολογία μέσω της δημιουργίας ηλεκτρονικής/διαδικτυακής πλατφόρμας με εξατομικευμένα δεδομένα για κάθε μαθητή.

Το πρόγραμμα «Αριστοτέλης - CyFIT», με βάση σχετική Απόφαση του Υπουργικού Συμβουλίου (Αρ.Αποφ. 86.841, ημερομ. 13/02/2019), στοχεύει στην αξιολόγηση των σημαντικών παραμέτρων της φυσικής κατάστασης και των δεικτών σωματικής σύστασης του μαθητικού πληθυσμού Γυμνασίων, Λυκείων και Τεχνικών Σχολών της Κύπρου, δηλαδή του συνόλου του μαθητικού πληθυσμού. Η διάρκεια του έργου είναι από τον Ιανουάριο 2022 – Ιανουάριο 2025, δηλαδή για 36 μήνες, σε 3 φάσεις που αντιστοιχούν σε κάθε ακαδημαϊκό έτος. Η συμμετοχή των μαθητών στις μετρήσεις και στα ερωτηματολόγια είναι **εθελοντική**, πραγματοποιείται μετά από γραπτή συναίνεση των γονέων/κηδεμόνων για χρήση του αριθμού μητρώου των παιδιών. Κατά τη διεξαγωγή του Προγράμματος προβλέπεται ότι θα



**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ**



ακολουθούνται οι διεθνείς κανόνες βιοηθικής για τη διεξαγωγή ερευνών. Οι μετρήσεις αποτελούν μέρος των Αναλυτικών Προγραμμάτων Φυσικής Αγωγής στη Μέση Εκπαίδευση και διεξάγονται σε όλες τις σχολικές μονάδες σε συγκεκριμένη χρονική περίοδο, κατά την έναρξη της σχολικής χρονιάς (Οκτώβριο/Νοέμβριο). Οι μετρήσεις πραγματοποιούνται με τη χρήση σταθμισμένων, αξιόπιστων, έγκυρων και συγκρίσιμων τεστ, με τη δέσμη δοκιμασιών ΦΚ Eurofit η οποία έχει δημιουργηθεί το 1988 (Council of Europe, 1988) και από τότε χρησιμοποιείται ευρέως για τη αξιολόγηση της ΦΚ παιδιών και εφήβων σχολικής ηλικίας. Οι δοκιμασίες και οι ανθρωπομετρικές μετρήσεις διενεργούνται από τους/τις εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής στο πλαίσιο του μαθήματος και με τη χρήση συγκεκριμένου εξοπλισμού που έχει τις ίδιες προδιαγραφές για όλες τις σχολικές μονάδες. Παράλληλα, προβλέπεται να αξιολογηθούν οι διατροφικές συνήθειες καθώς και τα επίπεδα της φυσικής δραστηριότητας των παιδιών με σταθμισμένες διαδικασίες, με τη χρήση ηλεκτρονικών ερωτηματολογίων τα οποία δύναται να συμπληρώνουν οι μαθητές. Έτσι θα είναι δυνατή η συσχέτιση με βασικές παραμέτρους του τρόπου και της ποιότητας ζωής των μαθητών και η δημιουργία πληρέστερης εικόνας σχετικά με την υγεία και την ευεξία των μαθητών. Κατά την αξιολόγηση και δημοσιοποίηση των δεδομένων θα λαμβάνονται όλα τα ενδεικνυόμενα μέτρα για την προστασία των προσωπικών δεδομένων των μαθητών/τριών. Τα δεδομένα των μετρήσεων θα φυλάσσονται -ανώνυμα- σε διακομιστή του Υπουργείου Παιδείας Αθλητισμού και Νεολαίας, και θα χρησιμοποιηθούν -επίσης ανώνυμα- για τις ανάγκες της αξιολόγησης τους.

ΣΤΟΧΟΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ - CyFIT

Ο στόχος του Εθνικού Προγράμματος είναι η δημιουργία μιας μεγάλης και έγκυρης βάσης δεδομένων που αφορά στη φυσική κατάσταση του συνόλου του μαθητικού πληθυσμού ΜΕ, η οποία θα επιτρέπει την παρακολούθηση της υγείας του πληθυσμού σε βάθος χρόνου, τη σύγκριση των δεδομένων της Κύπρου με τις νόρμες που προτείνονται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας καθώς και την επιστημονική και ερευνητική αξιοποίηση των δεδομένων.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΓΙΑ ΠΡΟΣΒΑΣΗ ΣΤΗΝ ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ CYFIT

Μέσω της έρευνας αυτής, θα έχετε πρόσβαση στον εξατομικευμένο λογαριασμό σας στην πλατφόρμα CyFIT όπου θα έχετε τη δυνατότητα να ενημερώνεστε για τα επίπεδα της φυσικής σας κατάστασης, να παρακολουθείτε διαχρονικά εξατομικευμένες παραμέτρους της υγείας και να συγκρίνετε τα δεδομένα σας με τις νόρμες από ευρωπαϊκά δεδομένα και αντίστοιχους δείκτες υγείας για αυτές τις ηλικίες.

Όταν οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής του σχολείου σας σας ενημερώσουν σχετικά και σας δώσουν τον μοναδικό κωδικό ανά μαθητή/μαθήτρια που θα δημιουργηθεί, θα πρέπει να ακολουθήσετε τα πιο κάτω βήματα ώστε να μπορέσετε να συμπληρώσετε τα ερωτηματολόγια:



**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ**



- Συνδεθείτε στην ηλεκτρονική διεύθυνση που θα σας δώσουν οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής
- Εισάγετε τον αριθμό μητρώου σας μαζί με τον κωδικό password που σας έχει δοθεί από τον καθηγητή/τρια σας
- Αφότου συνδεθείτε την πρώτη φορά θα χρειαστεί να δηλώσετε το email σας και να αλλάξετε το κωδικό password. Μπορείτε να αλλάξετε ξανά τον κωδικό σας από την επιλογή προφίλ εάν κάποια στιγμή το επιθυμήσετε.
- Επιλέξτε στα αριστερά την επιλογή Ερωτηματολόγια. Παρακαλώ συμπληρώστε τα καθώς μέσω αυτών θα εξαχθούν σημαντικά στοιχεία για τις διατροφικές συνήθειες και τη φυσική δραστηριότητα που έχετε.
- Στην επιλογή «Τεστ» μπορείτε να δείτε τα αποτελέσματα σας στις μετρήσεις των δοκιμασιών που έχετε κάνει ανά σχολική χρονιά.
- Σύντομα, θα μπορείτε να συγκρίνετε τα δικά σας αποτελέσματα με αυτά της Ευρώπης αλλά και των συνομήλικων σας στην «Αρχική» επιλογή!

Σημειώνεται ότι για την έναρξη λειτουργίας της πλατφόρμας CYFIT για τους μαθητές και τις μαθήτριες θα ενημερωθείτε από τους/τις εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής του σχολείου σας.