

Lietuvos moksleivių fizinis pajėgumas nuosekliai blogėja, o širdies ir kvėpavimo ištvermės rodikliai per pastaruosius 20 metų pablogėjo beveik dvigubai. Mokslinė bendruomenė sutaria, jog fizinis pajėgumas, ir ypač jos ištvermės komponentas, yra svarbus būsimos sveikatos būklės prognostinis veiksnys. Prastas mokinių fizinis pajėgumas sąlygoja anksčiau pasireiškiančią sveikatos sutrikimų riziką ir finansinę našą valstybei. Kyla grėsmė ir krašto apsaugai, nes didelė dalis šauktinių dėl mažo fizinio pajėgumo ir su tuo susijusių sveikatos problemų yra netinkami arba neefektyviai atlieka tarnybą. Todėl fiksuoti, stebėti situaciją, sekti tendencijas yra svarbu, siekiant kontroliuoti problemą, laiku užkirsti jai kelią dar jos užuomazgoje – mokykliniame amžiuje.

Atsižvelgiant į išryškėjusį poreikį registruoti ir analizuoti mokinių fizinio pajėgumo rezultatus, LSU mokslininkai, Arūnas Emeljanovas ir Brigita Miežienė, kartu su informacinių technologijų specialistais sukūrė internetinę fizinio pajėgumo rodiklių registravimo, stebėjimo ir analizės platformą – LitFit – nacionalinės fizinio pajėgumo stebėsenos modelio prototipą (Lietuvos sporto universitetas nuo 2019 m. rugsėjo iki 2021 m. rugpjūčio vykdė projektą „Mokinių fizinio pajėgumo nustatymo, stebėsenos ir analizės modelio prototipas (LitFit)“, kurį finansiškai rėmė Valstybinis visuomenės sveikatos stiprinimo fondas, administruojamas LR Sveikatos apsaugos ministerijos.).

LitFit sugeneruota galimybė automatiškai pateikti kiekvieno 5 – 12 klasės mokinio fizinių ypatybių rodiklių, įvestų platformoje, atitikimą sveikatai palankiam fiziniam pajėgumui pagal referentines normas. Referentinės normos LSU mokslininkų A. Emeljanovo ir B. Miežienės yra parengtos epidemiologinio, šalies 11 – 18 metų mokinių populiaciją reprezentuojančio tyrimo pagrindu. LitFit taip pat sudaro galimybę stratifikuoti moksleivių fizinį pajėgumą pagal tris lygius, atsižvelgiant į pavojų ar palankumą sveikatai – su sveikata susijusio fizinio pajėgumo zonas. Pagal zonas, automatiškai sugeneruotos ir rekomendacijos atitinkamai fizinei ypatybei gerinti ar palaikyti ir atkreipiamas dėmesys dėl detalesnio mokinio sveikatos ištyrimo. Kasmet suvedant fizinio pajėgumo rodiklius, LitFit pateikia rodiklių pokyčių analizę atskiram mokiniui. Techninės LitFit galimybės leidžia apibendrinti ne tik individualius rezultatus, tačiau ir tam tikromis grupėmis, pvz. klasės, mokyklos, savivaldybės lygmenyse ir pan. Prototipas LitFit atliepia ir Sveikatos apsaugos ministro įsakymą (2019 10 08, Nr. V-1153) „Dėl mokinių, besimokančių pagal pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, fizinio pajėgumo nustatymo tvarkos aprašo patvirtinimo“.

LitFit užtikrina saugų didelių duomenų surinkimą, sisteminimą ir analizę, kuri yra prieinama vartotojui patogiu būdu. LitFit skirtas naudoti moksleiviams, tėvams, mokytojams, visuomenės sveikatos specialistams ir kitoms suinteresuotoms pusėms, atitinkamai užtikrinus duomenų apsaugos reikalavimus.

Siekiant praktiškai patikrinti LitFit veikimą, projekto eigoje buvo atliktas pilotinis empirinis tyrimas, įvertintos atrinktos imties mokinių fizinio pajėgumo ypatybės, organizuotas seminaras fizinio ugdymo mokytojams ir mokyklų visuomenės sveikatos specialistams.

Fizinio pajėgumo stebėjimas nacionaliniu mastu ženkliai prisideda prie visuomenės sveikatos gerinimo. Padeda laiku aptikti neigiamas tendencijas, užkirsti kelią joms dar vaikui mokantis mokykloje, kurioje prieinamos įvairios organizuotos sveikatos gerinimo formos. Panašios platformos stiprina bendradarbiavimą tarp įvairių valstybinių už sveikatą, švietimą ir krašto apsaugą atsakingų institucijų. Fizinio pajėgumo duomenys, reguliariai ir visuotinai renkami visoje Respublikoje, galėtų būti prieinami mokslo, akademinėms ir sveikatos priežiūros institucijoms.

Suinteresuotumą mokinių fizinio pajėgumo nustatymo, stebėsenos ir analizės modelio prototipu LitFit jau parodė Švietimo, mokslo ir sporto ministerija, todėl tikimės, kad jis lengvai ir greitai prigis Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklose ir taps jau ne „prototipu“, o funkcionuojančia nacionaline fizinio pajėgumo stebėsenos sistema.

Projekto partneriai: Lietuvos kūno kultūros mokytojų asociacija, Kauno miesto visuomenės sveiktos biuras, Vilniaus universitetas.

