



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Υπουργείο Παιδείας & Θρησκευμάτων

# Στοιχεία Αξιολόγησης Μαθητών

**ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2012-2013**  
**ΝΟΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ**



Με την επιστημονική ευθύνη του Τμήματος Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής  
Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

## Περιγραφή & Στόχοι του Προγράμματος

Το Ε.Υ.ΖΗ.Ν. είναι πρόγραμμα του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων που στοχεύει στη διασφάλιση της υγιούς ανάπτυξης των παιδιών και των εφήβων μέσα από την υιοθέτηση ισορροπημένων συνηθειών διατροφής και σωματικής δραστηριότητας. Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει διάφορες δραστηριότητες στο επίπεδο της πρωτοβάθμιας φροντίδας, οι οποίες αποσκοπούν στην προσφορά γνώσεων, την καλλιέργεια δεξιοτήτων και τη δημιουργία υπηρεσιών για το παιδί, το σχολείο αλλά και την οικογένεια, με άξονα τη διαμόρφωση μιας υγιεινής στάσης ζωής.

Το πρόγραμμα Ε.Υ.ΖΗ.Ν. υλοποιείται με βάση τρεις άξονες: **την αξιολόγηση** παραμέτρων υγείας σε παιδιά και έφηβους, **την ενημέρωση/εκπαίδευση** μαθητών, γονέων, εκπαιδευτικών και φορέων, καθώς και **την παρέμβαση** στο σχολείο, την οικογένεια, και το σύνολο της κοινωνίας. Συγκεκριμένα, το Πρόγραμμα απευθύνεται σε όλους τους μαθητές των Νηπιαγωγείων, Δημοτικών και Γυμνασίων της χώρας και – κάθε έτος – καταγράφει και αξιολογεί τον ρυθμό ανάπτυξης, τις διατροφικές συνήθειες, τη σωματική δραστηριότητα και το επίπεδο της φυσικής τους κατάστασης. Ταυτόχρονα, το Ε.Υ.ΖΗ.Ν., μέσα από παράλληλες ενέργειες, παρέχει διαρκή συμβουλευτική ενημέρωση και εκπαίδευση σε μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικούς. Τέλος, με συγκεκριμένες δράσεις, το Πρόγραμμα παρεμβαίνει στην καθημερινότητα της ελληνικής οικογένειας, του σχολείου και της κοινωνίας.

Οι επιμέρους στόχοι του Προγράμματος είναι οι εξής:

- Η πρόσβαση όλων των μαθητών και των γονέων σε πολύτιμες υπηρεσίες που αφορούν την υγεία τους – ακόμα και σε περιπτώσεις όπου η πρόσβαση δεν θα ήταν εφικτή λόγω γεωγραφικών, οικονομικών ή άλλων περιορισμών.
- Η ενημέρωση των γονέων ως προς τη διαχρονική εξέλιξη της ανάπτυξης των παιδιών τους, με βάση την ετήσια «Ατομική Αναφορά Ανάπτυξης, Διατροφής και Φυσικής Κατάστασης Μαθητή».
- Η πρόληψη και έγκαιρη αντιμετώπιση παραγόντων κινδύνου για την υγεία των παιδιών και των εφήβων.
- Η παροχή συμβουλών και οδηγιών στους γονείς για θέματα που αφορούν τη διατροφή, τη σωματική δραστηριότητα, την ανάπτυξη και την υγεία των παιδιών τους.
- Η επιμόρφωση της εκπαιδευτικής κοινότητας σε θέματα που αφορούν την προαγωγή της υγείας των μαθητών
- Η ενίσχυση του ρόλου του σχολείου και ειδικότερα των εκπαιδευτικών σε σχέση με την αγωγή υγείας.
- Η σύνδεση σχολείου, οικογένειας και κοινωνίας μέσα από τη συνεργασία γονέων – εκπαιδευτικών, αλλά και τις παράλληλες δράσεις που υλοποιούνται για το κοινωνικό σύνολο.
- Η αξιοποίηση των αποτελεσμάτων του Προγράμματος για το σχεδιασμό και την εφαρμογή στοχευμένων πολιτικών υγείας.

## Υλοποίηση του Προγράμματος για το Σχολικό έτος 2012-13

Το Πρόγραμμα Ε.Υ.ΖΗ.Ν. εφαρμόστηκε για πρώτη φορά κατά το σχολικό έτος 2012-13, και συγκεκριμένα το χρονικό διάστημα 13 Μαΐου - 30 Ιουνίου 2013. Συμμετείχαν συνολικά 359.262 μαθητές από 4.451 σχολεία της χώρας.

Στα σχολεία όπου υλοποιήθηκε το πρόγραμμα συμμετείχε:

- το **78%** του συνόλου των μαθητών των Νηπιαγωγείων,
- το **80%** του συνόλου των μαθητών των Δημοτικών,
- το **42%** του συνόλου των μαθητών των Γυμνασίων.

Στους γονείς των μαθητών που συμμετείχαν δόθηκε «**Ατομική Αναφορά Ανάπτυξης, Διατροφής και Φυσικής Κατάστασης Μαθητή**».

## Στοιχεία Αξιολόγησης Μαθητών

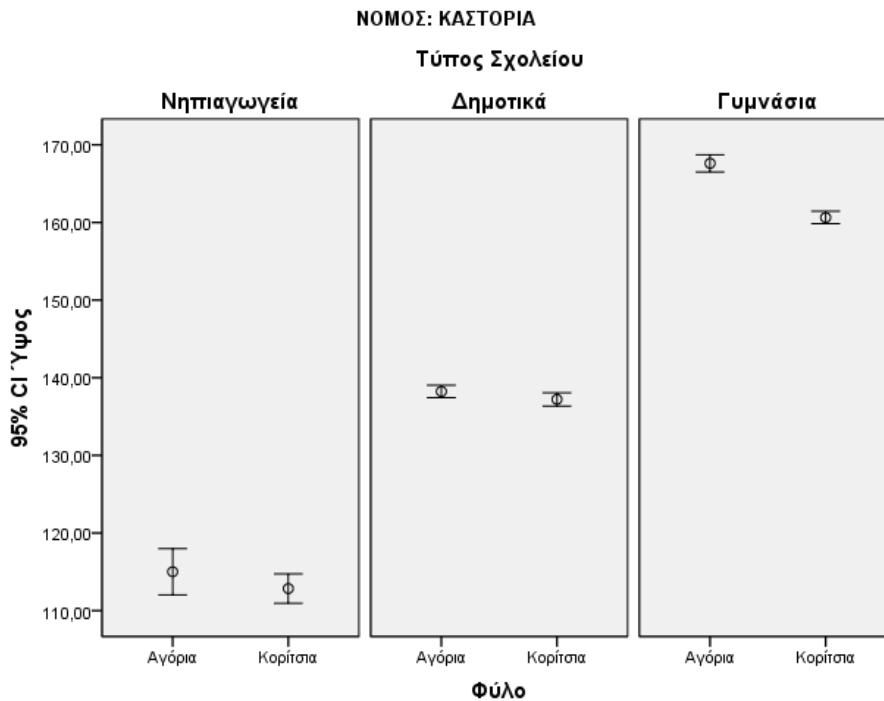
Στην παρούσα αναφορά παρουσιάζονται τα περιγραφικά αποτελέσματα των μετρήσεων που πραγματοποιήθηκαν κατά την διάρκεια του πρώτου έτους εφαρμογής του προγράμματος, ανά περιφέρεια. Τα χαρακτηριστικά των μαθητών που αξιολογήθηκαν ήταν: 1) Σωματική Διάπλαση (ύψος, βάρος, περίμετρος μέσης), 2) Φυσική Κατάσταση (παλίνδρομο τεστ αντοχής 20μ, άλμα σε μήκος χωρίς φορά, αναδιπλώσεις σε 30 δευτερόλεπτα, παλίνδρομο τεστ ταχύτητας 10Χ5 μέτρα, δίπλωση από καθιστή θέση με τεντωμένα γόνατα), 3) Επίπεδο Φυσικής Δραστηριότητας, 4) Καθιστικές Δραστηριότητες και 5) Διατροφικές Συνήθειες.

**Σημείωση: Για τα χαρακτηριστικά που δεν εμφανίζονται αποτελέσματα, δεν πραγματοποιήθηκαν οι αντίστοιχες μετρήσεις από τα σχολεία.**

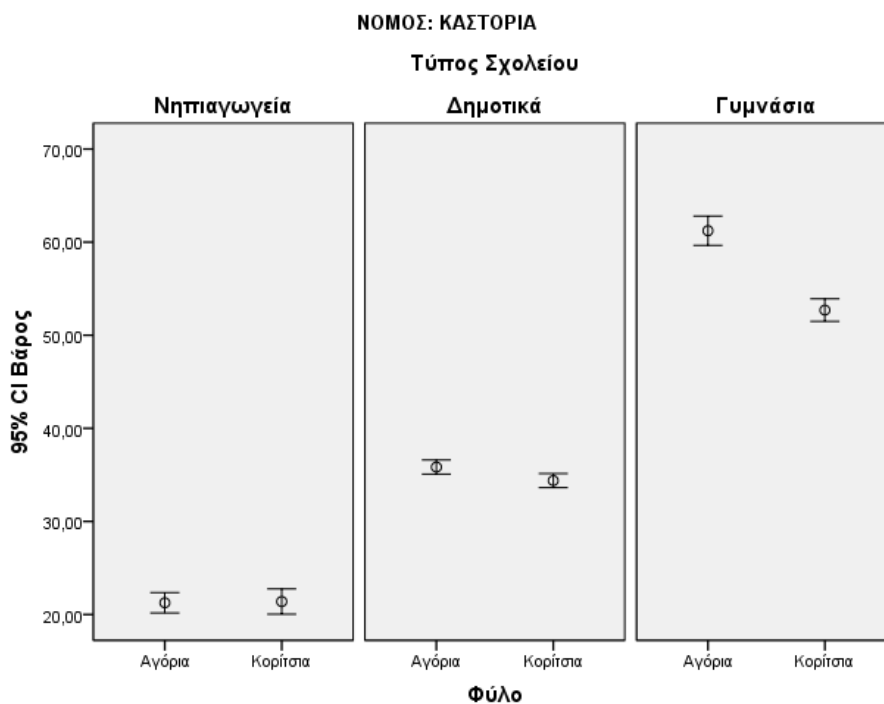
## 1) Στοιχεία Σωματικής Διάπλασης

Στα παρακάτω διαγράμματα παρουσιάζονται τα περιγραφικά στοιχεία (μέσοι όροι και 95% διαστήματα εμπιστοσύνης) για το ύψος, το βάρος και την περίμετρο μέσης των μαθητών των σχολείων του νομού **Καστοριάς**.

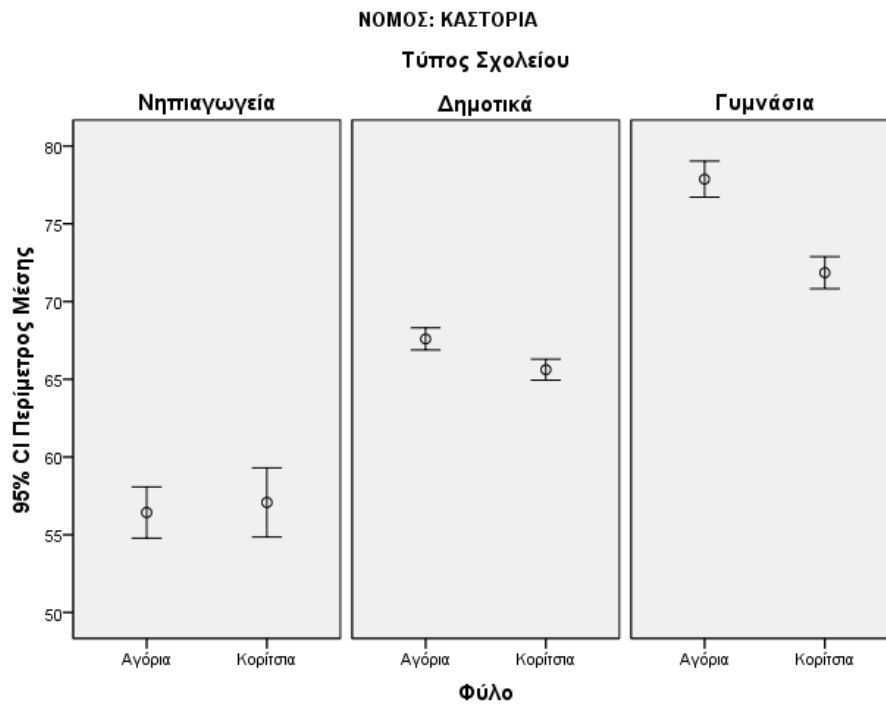
Διάγραμμα 1. Μέσος όρος ύψους (εκατοστά) ανά εκπαιδευτική βαθμίδα.



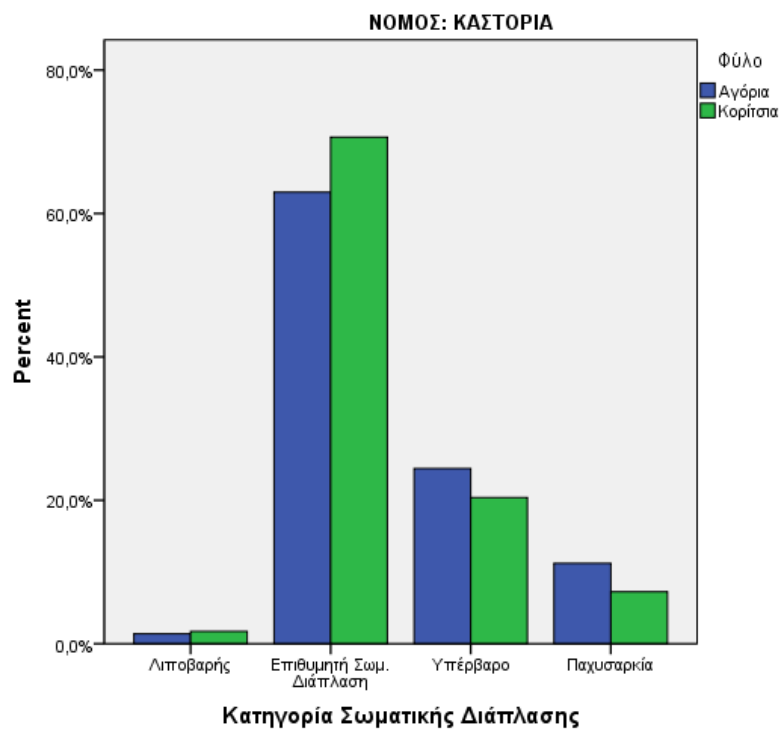
Διάγραμμα 2. Μέσος όρος βάρους (κιλά) ανά εκπαιδευτική βαθμίδα.



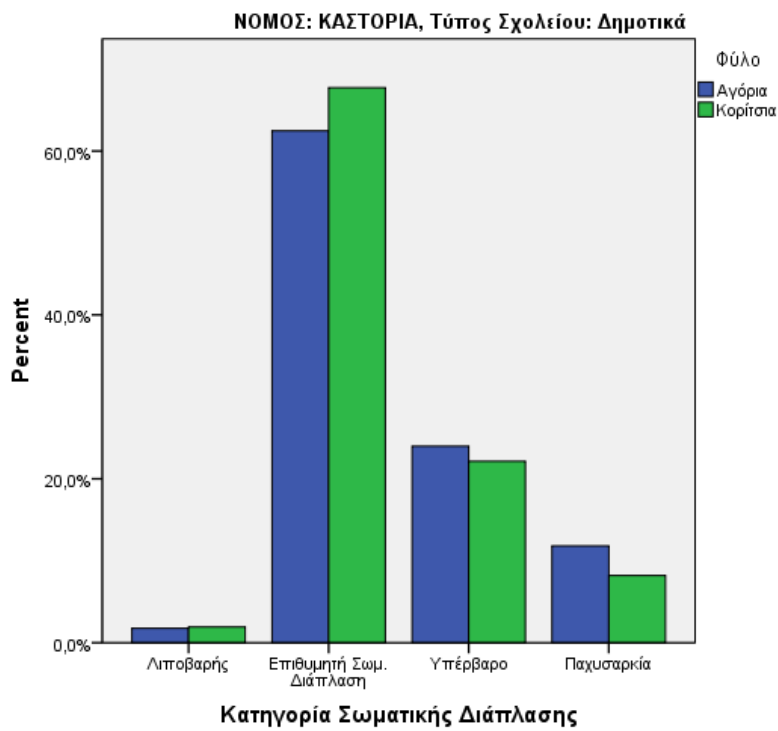
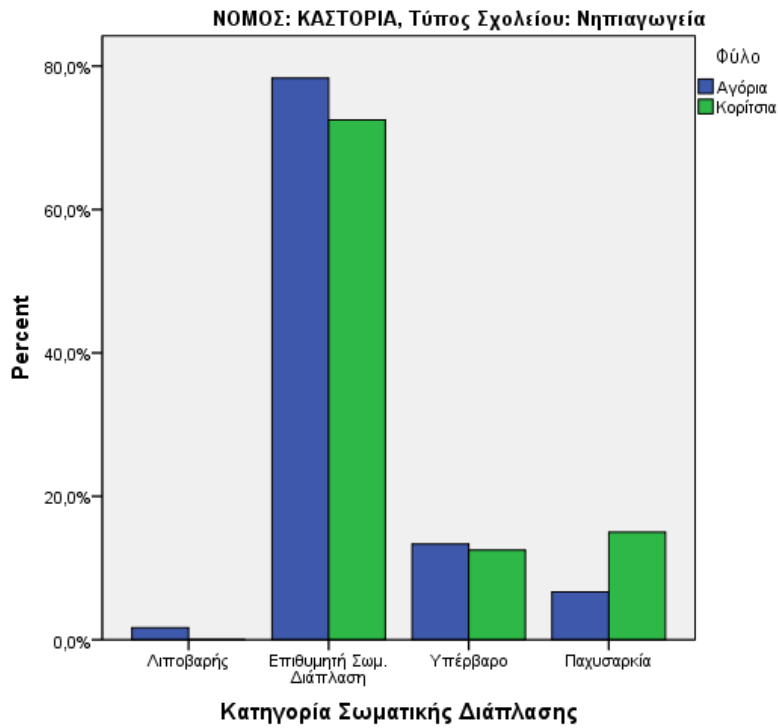
Διάγραμμα 3. Μέσος όρος περιμέτρου μέσης (εκατοστά) ανά εκπαιδευτική βαθμίδα.

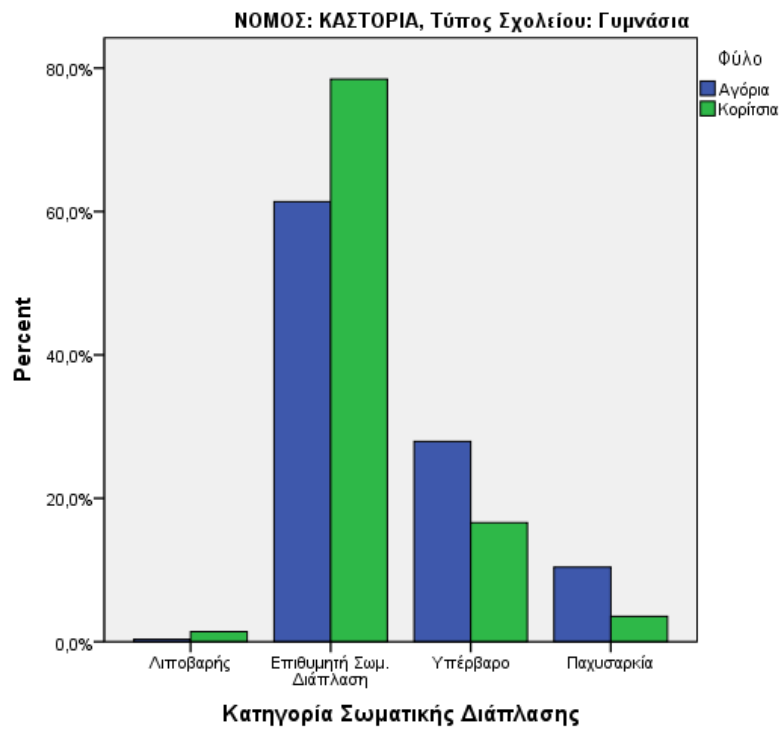


Διάγραμμα 4. Ποσοστιαία κατανομή μαθητών σύμφωνα με την κατηγορία σωματικής διάπλασης στο σύνολο του Νομού.



Διαγράμματα 5-7. Ποσοστιαία κατανομή μαθητών σύμφωνα με την κατηγορία σωματικής διάπλασης, ανά εκπαιδευτική βαθμίδα.

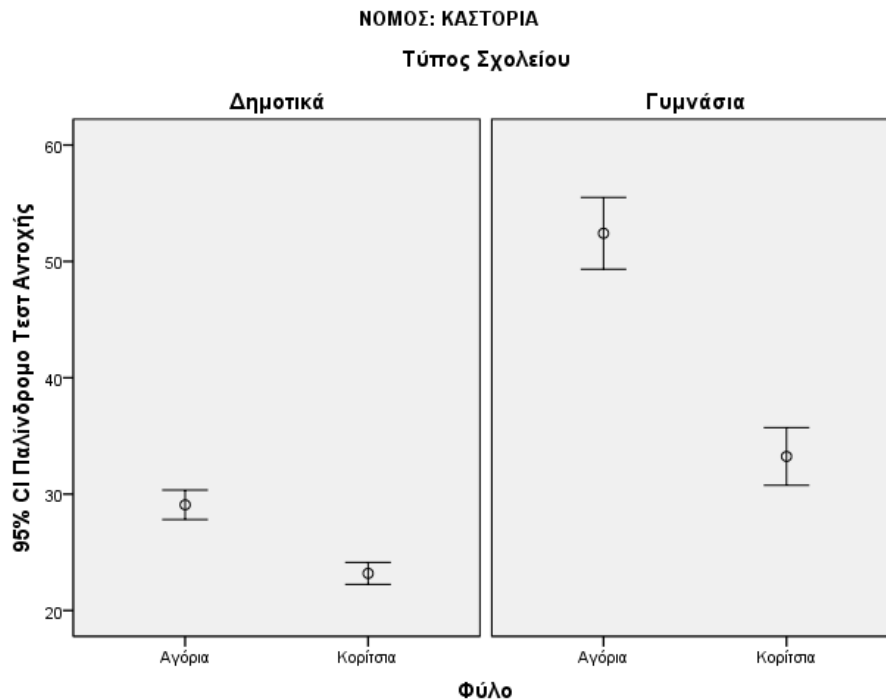




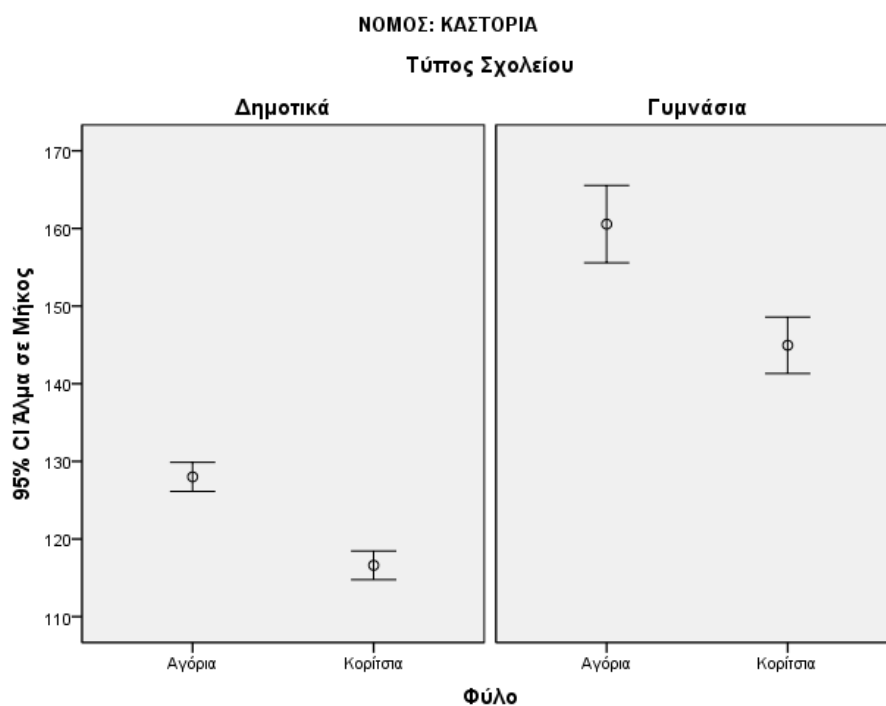
## 2) Δείκτες Φυσικής κατάστασης\*

Στα παρακάτω διαγράμματα παρουσιάζονται τα περιγραφικά στοιχεία (μέσοι όροι και 95% διαστήματα εμπιστοσύνης) για τις αξιολογήσεις φυσικής κατάστασης των μαθητών των σχολείων του νομού **Καστοριάς**.

Διάγραμμα 8. Μέσος όρος σταδίων παλίνδρομου τεστ αντοχής 20 μ., ανά εκπαιδευτική βαθμίδα.

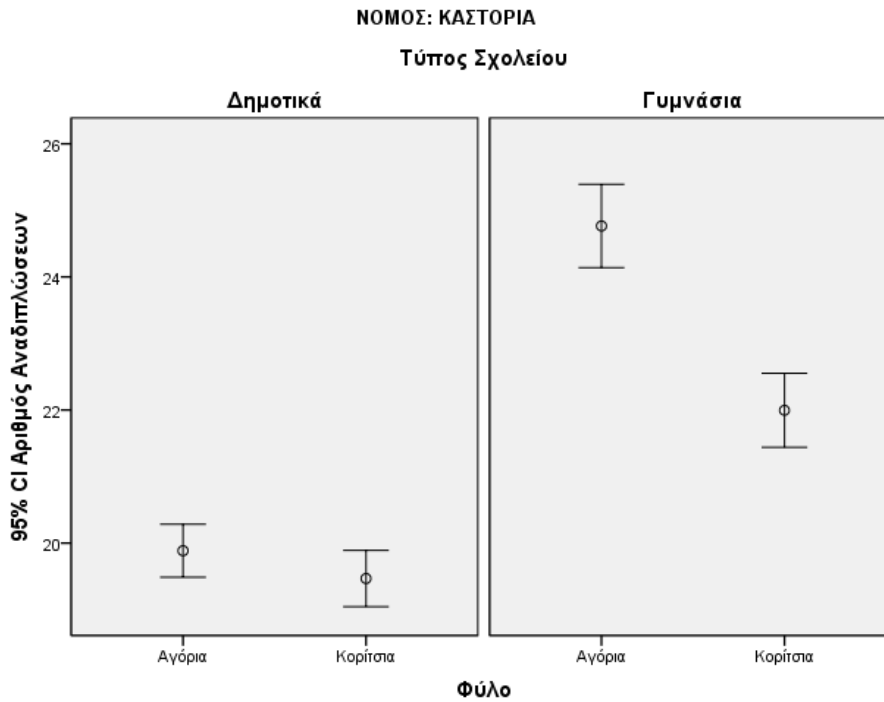


Διάγραμμα 9. Μέσος όρος απόστασης (σε εκατοστά) άλματος σε μήκος χωρίς φορά, ανά εκπαιδευτική βαθμίδα.

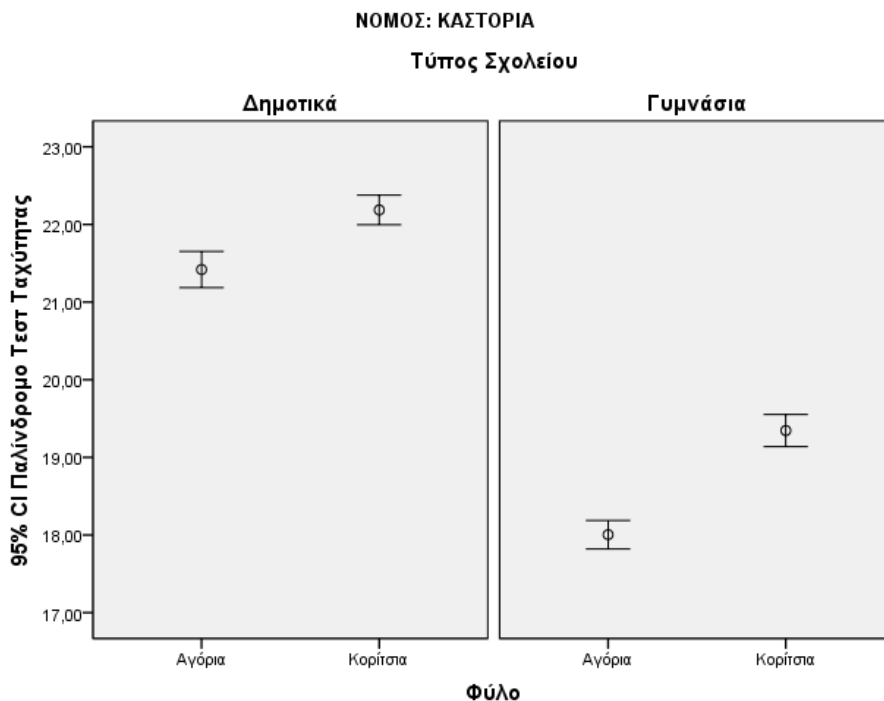




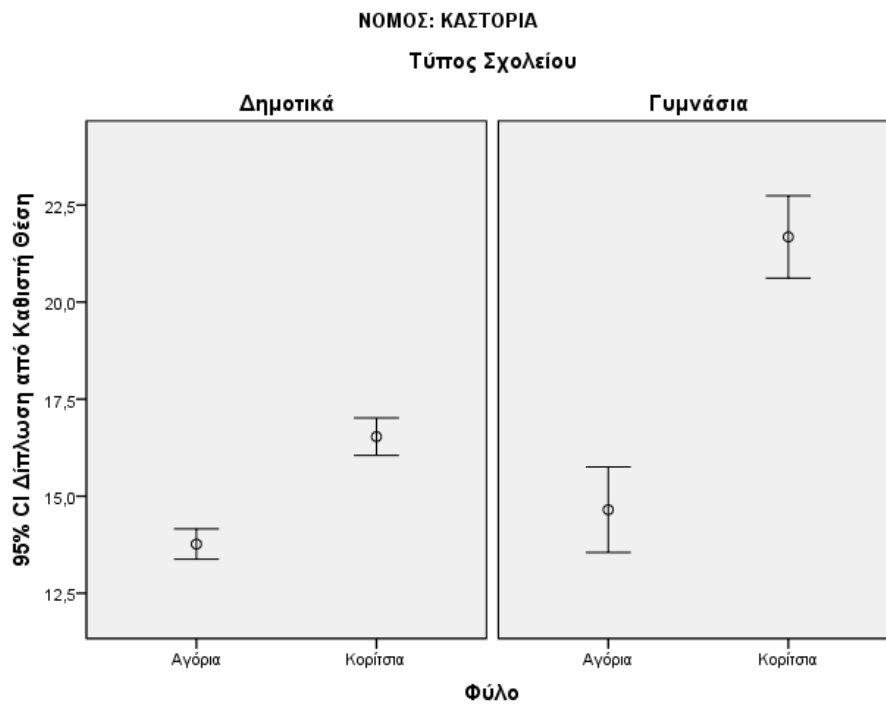
Διάγραμμα 10. Μέσος όρος αριθμού αναδιπλώσεων σε 30 δευτερόλεπτα, ανά εκπαιδευτική βαθμίδα.



Διάγραμμα 11. Μέσος όρος χρόνου (σε δευτερόλεπτα), παλίνδρομου τεστ ταχύτητας 10X5, ανά εκπαιδευτική βαθμίδα.



Διάγραμμα 12. Μέσος όρος απόστασης δίπλωσης από καθιστή θέση με τεντωμένα γόνατα (σε εκατοστά), ανά εκπαιδευτική βαθμίδα.

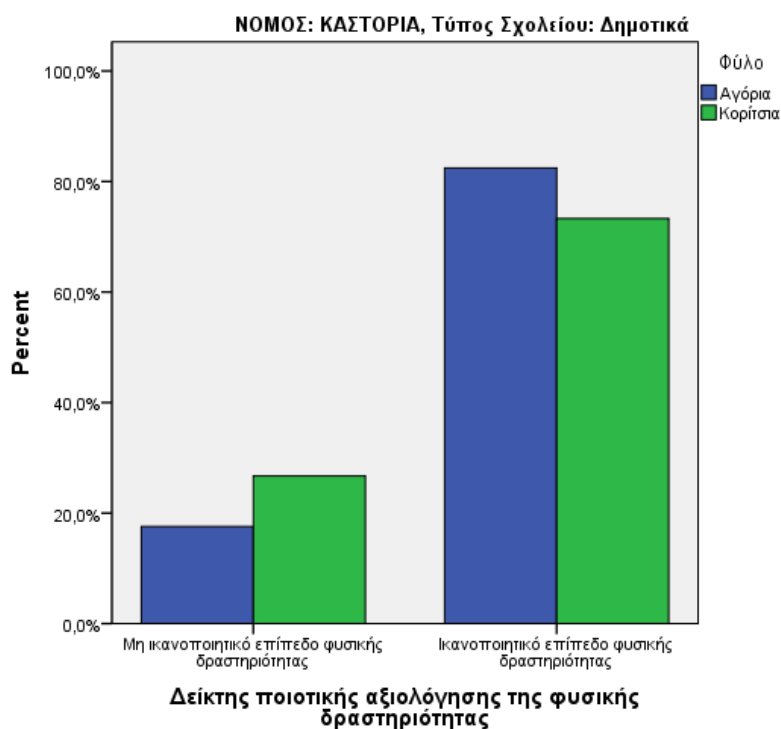


\* Για τα Νηπιαγωγεία δεν παρουσιάζονται αποτελέσματα, καθώς δεν πραγματοποιήθηκαν τα τεστ φυσικής κατάστασης.

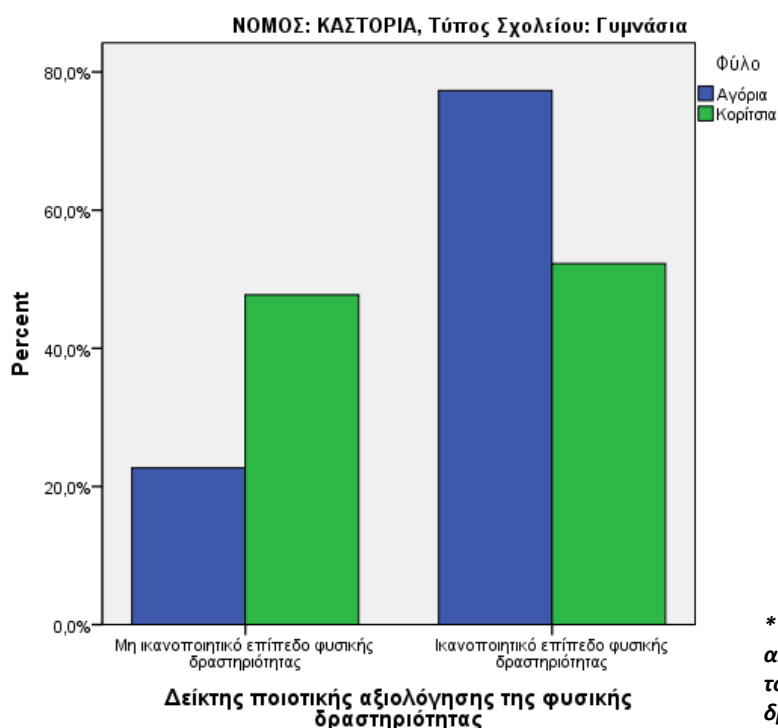
### 3) Φυσική Δραστηριότητα\*

Στα παρακάτω διαγράμματα παρουσιάζονται τα στοιχεία αξιολόγησης του επιπέδου φυσικής δραστηριότητας των μαθητών, ανά βαθμίδα εκπαίδευσης.

Διάγραμμα 13. Κατανομή (%) μαθητών Δημοτικού σύμφωνα με το δείκτη αξιολόγησης της φυσικής δραστηριότητας (όπως αυτή προέκυψε με βάση τη στάθμιση του δείκτη).



Διάγραμμα 14. Κατανομή (%) μαθητών Γυμνασίου σύμφωνα με το δείκτη αξιολόγησης της φυσικής δραστηριότητας (όπως αυτή προέκυψε με βάση τη στάθμιση του δείκτη).

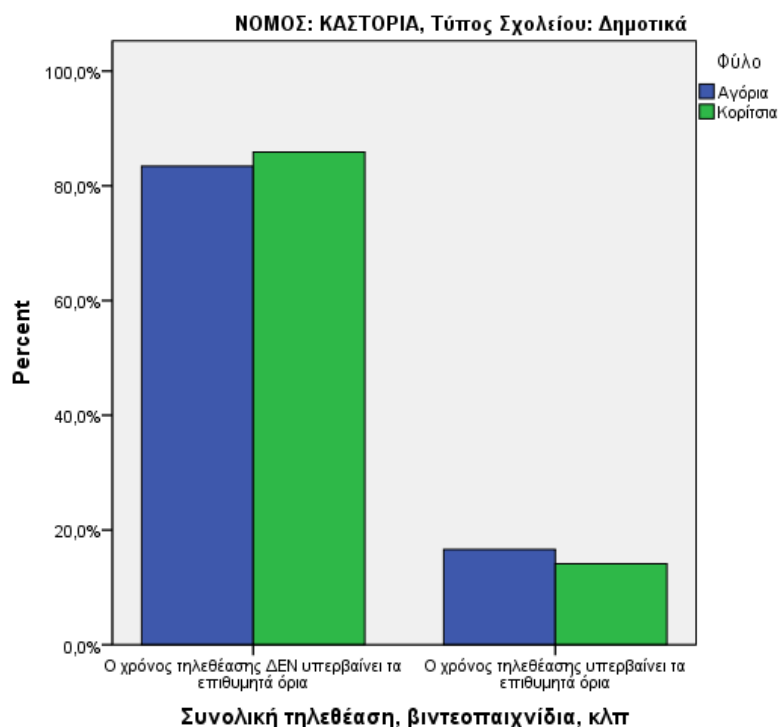


*\* Για τα Νηπιαγωγεία δεν παρουσιάζονται αποτελέσματα, καθώς δεν πραγματοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο διατροφής και φυσικής δραστηριότητας.*

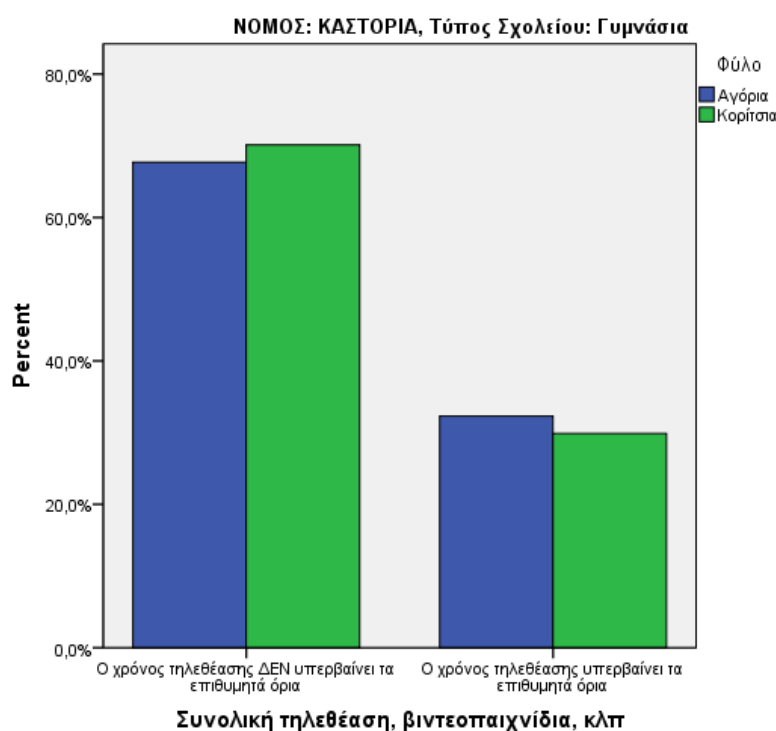
#### 4) Χρόνος ενασχόλησης με καθιστικές δραστηριότητες \*

Στα παρακάτω διαγράμματα παρουσιάζονται τα στοιχεία αξιολόγησης του χρόνου ενασχόλησης με καθιστικές δραστηριότητες των μαθητών, ανά βαθμίδα εκπαίδευσης.

Διάγραμμα 15. Κατανομή (%) μαθητών Δημοτικού σύμφωνα με το χρόνο ενασχόλησής τους με καθιστικές δραστηριότητες (όπως αυτή προέκυψε με βάση τις διεθνείς συστάσεις).



Διάγραμμα 16. Κατανομή (%) μαθητών Γυμνασίου σύμφωνα με το χρόνο ενασχόλησής τους με καθιστικές δραστηριότητες (όπως αυτή προέκυψε με βάση τις διεθνείς συστάσεις).

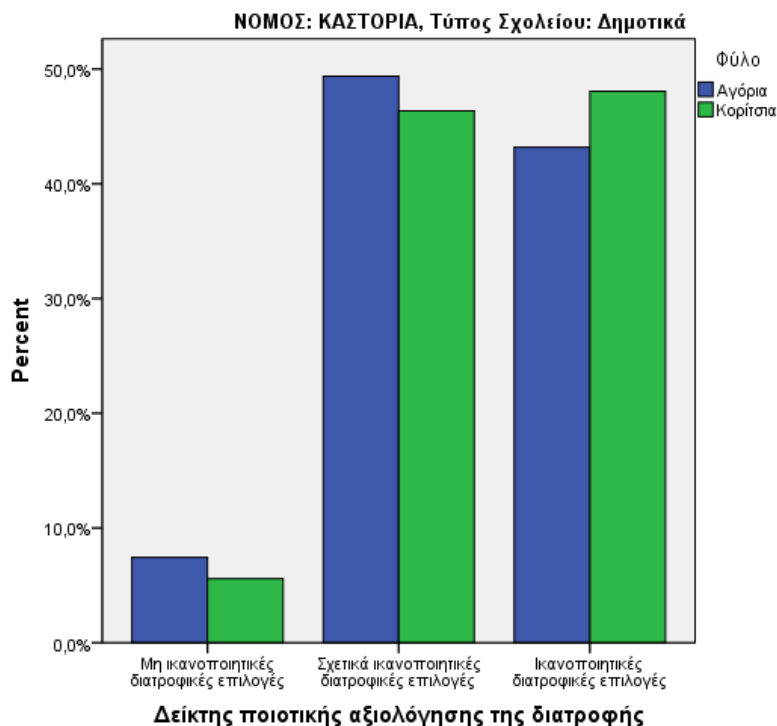


*\* Για τα Νηπιαγωγεία δεν παρουσιάζονται αποτελέσματα, καθώς δεν πραγματοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο διατροφής και φυσικής δραστηριότητας.*

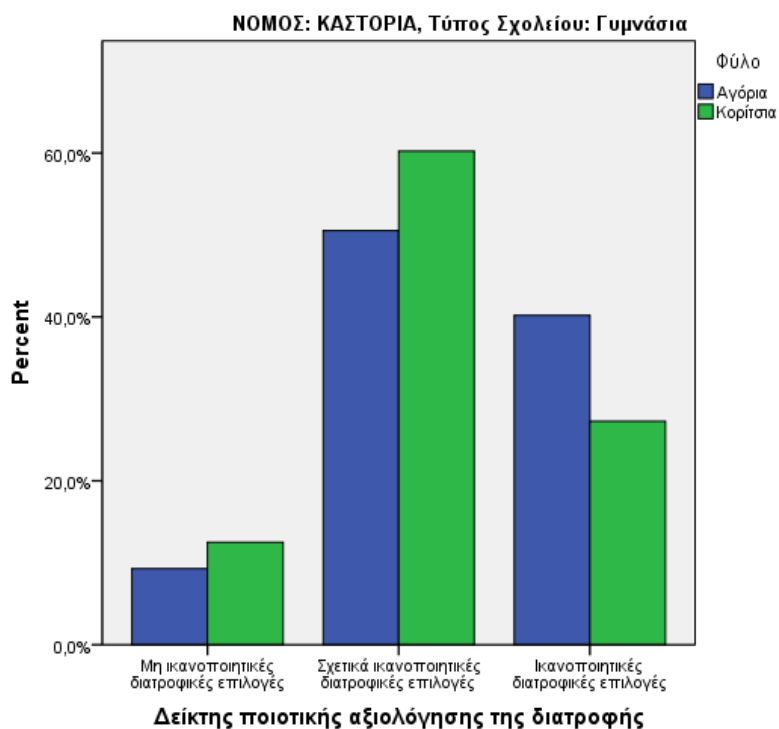
## 5) Διατροφικές Συνήθειες\*

Στα παρακάτω διαγράμματα παρουσιάζονται τα στοιχεία αξιολόγησης του βαθμού προσκόλλησης στη Μεσογειακή διατροφή των μαθητών, ανά βαθμίδα εκπαίδευσης.

Διάγραμμα 17. Κατανομή (%) μαθητών Δημοτικού σύμφωνα με το βαθμό προσκόλλησης στη Μεσογειακή δίαιτα (όπως αυτή προέκυψε με βάση τη στάθμιση του KIDMED score).



Διάγραμμα 18. Κατανομή (%) μαθητών Γυμνασίου σύμφωνα με το βαθμό προσκόλλησης στη Μεσογειακή διατροφή (όπως αυτή προέκυψε με βάση τη στάθμιση του KIDMED score).



*\* Για τα Νηπιαγωγεία δεν παρουσιάζονται αποτελέσματα, καθώς δεν πραγματοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο διατροφής και φυσικής δραστηριότητας.*