



Povzetek projekta Študentski inovativni projekti za družbeno korist 2016-2020 za študijski leti 2018/2019 in 2019/2020

2. odpiranje za namen objave in predstavitve na spletni strani sklada

1. Polni naslov projekta: Izboljšanje povratne informacije diagnostike telesnega fitnesa odraslih

- V katero področje na prvi klasifikacijski ravni KLASIUS-P-16 se uvršča projekt glede na vsebinsko zasnovu (neustrezno področje izbrišite):

- 0 – Osnovne in splošne izobraževalne aktivnosti/izidi
- 1 - Izobraževalne znanosti in izobraževanje učiteljev
- 2 - Umetnost in humanistika
- 3 – Družbene vede, novinarstvo in informacijska znanost
- 4 – Poslovne in upravne vede, pravo
- 5 – Naravoslovje, matematika in statistika
- 6 – Informacijske in komunikacijske tehnologije, (IKT) tehnika
- 7 – Tehnika, proizvodne tehnologije in gradbeništvo
- 8 - Kmetijstvo, gozdarstvo, ribištvo in veterinarstvo
- 9 – Zdravstvo in socialna varnost**
- 10 – Transport, varnost, gostinstvo in turizem, osebne storitve
- 11 - Neopredeljeno po širokem področju

2. V sodelovanju z: (navede se univerza oz. samostojni visokošolski zavod, ki je prijavil projekt in članica, ki je nosilka projekta ter partner/ja – podjetje/ji oz. organizacija, ki je/sta bilo/i vključeno/i v projekt)

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

3. Besedilo:

- Opreделите problem, ki se je razreševal tekom izvajanja projekta

Fakulteta za šport je s fitnes testno baterijo športnovzgojni karton (ŠVK) v svetovnem merilu pionir na področju diagnostike telesnega fitnesa. Zavod Fitlab ponuja inovativni model zdravstvene oskrbe na širšem področju občine Žiri, ki temelji na ustrezni diagnostiki telesnega fitnesa. Za ta namen je zavod po zgledu ŠVK zasnoval testno baterijo, ki je prilagojena odrasli populaciji. Za oceno zdravstvenega tveganja, ki izhaja iz rezultatov testov, zavod uporablja dostopne vrednosti iz meritev na tujih populacijah in svojih lastnih meritev na širšem področju Žiri. Pri tem opaža, da bi za zboljšanje povratne informacije potreboval bolj kakovostne normativne vrednosti. Na podlagi predhodnih pozitivnih izkušenj sodelovanja sta se Zavod Fitlab in Fakulteta za šport povezala, da bi pridobila podatke ter ustvarila znanje in izkušnje za ovrednotenje zdravstvenega tveganja na podlagi fitnes testov za odrasle.

- Opišite potek reševanja problema oz. kratek povzetek projekta

V prvi fazi smo študentom predstavili teorijo s področja telesnega fitnesa (telesne pripravljenosti in motorike), načine in metode spremljanja le-tega ter implementacija in organizacijo meritev. Preverjanje različnih testnih baterij za spremljanje telesnega fitnesa smo zagotovili s pregledom znanstvene literature. Ugotovili smo, da različne države uporabljajo različne testne baterije in da protokoli niso usklajeni povsod po svetu, zaradi česar prihaja do odstopanj v kazalnikih zdravja odraslih ljudi. Uporabili smo podatke pridobljene v lokalnem okolju, kjer so se študentje spoznali z

vse oblike ocenjevanja motoričnih in gibalnih dejavnosti posameznikov ter telesnega fitnesa odraslih. Študentje so se spoznali in preizkusili v urejanju pridobljenih podatkov in razvrščanju le teh glede na starostne kategorije, spol in različne dejavnike tveganja zdravja (centilnih vrednosti) na osnovi objektivno pridobljenih podatkov s področja telesnega fitnesa. Pridobljene vrednosti telesnega fitnesa smo uporabili za formiranje tabel povratnih informacij, ki jih lahko širša javnost uporabi za uvrstitev svoje telesne pripravljenosti glede na ostalo slovensko populacijo. V ta namen smo izoblikovali priročnik, ki vsebuje vse pomembne informacije za razumevanje telesnega fitnesa in samoovrednotenje na domu. Prav tako smo posneli video za vsak motorični test, ki je lahko v pomoč merilnim ekipam, merjencem in merilcem.

- Navedite in opišite rezultate projekta ter njihov doprinos k družbeni koristnosti

Rezultat projekta je nova testna baterija za spremljanje telesnega fitnesa odraslih, izdelava centilnih vrednosti ločeno po starosti in spolu in video material, ki usmerja spremljanje in ocenjevanje telesnega fitnesa. Rezultati projekta imajo neposredno korist za odraslo slovensko populacijo, kakor tudi za razvoj področja telesne zmogljivosti in pripravljenosti v Sloveniji in drugod po svetu. Še večjo družbeno korist projekta zagotavlja Zavod Fitlab, saj bo lahko prenesel znanja in izkušnje iz projekta na širše področje Žiri in Slovenije. Integracija podatkov iz projekta »ipifit« pa bo Fakulteti za šport predstavljala možnosti za razvoj telesnega fitnesa, od katerega ima lahko korist širša javnost.

4. Priloge:

- Slikovno gradivo: Priložite vsaj dve sliki npr. sliko končnega produkta, sliko študentov pri delu na projektu, sliko s sestankov ipd. Pri pošiljanju slik bodite pozorni, v kolikor gre za končni produkt, da bo zadoščeno zahtevam glede informiranja in obveščanja (ustrezni logotipi itd.).

