

Eurofit testbatterij voor de fysieke fitheid



Doelgroep

6 - 18-jarigen, schooldirectie

Didactische werkvormen

Boeken

Actieniveau

Klasactiviteiten, schoolbeleid, achtergrondinformatie

Kostprijs

De boeken kunnen worden aangekocht via de Bloso-website:
<http://www.bloso.be/public/infotheek/publicaties.asp>, tegen de prijs van 12,39 € per boek.

Organisatie

Bloso

Contactadres

Bloso, Afdeling Sportpromotie en Inspectie, Zandstraat 3, 1000 Brussel

Website: www.bloso.be

Vorm

Boeken:

- Handboek Eurofit voor Leerkrachten Lichamelijke Opvoeding
- Eurofit Remediëring
- Fysieke activiteit en voeding

Omschrijving

De gestandaardiseerde Eurofit-testbatterij is algemeen aanvaard als de meest betrouwbare testbatterij om de fysieke fitheid te meten. Bloso gebruikt deze batterij om de evolutie van de fysieke fitheid van de Vlaamse jeugd te volgen door middel van de zogenaamde 'barometer van de fysieke fitheid van de Vlaamse jeugd'. Zo werd de fysieke fitheid van de Vlaamse jongeren getest in 1990, 1993, 1997 en 2004.

De batterij omvat 7 lichaamsmetingen, 8 motorische tests en 1 uithoudingstest.

Het handboek Eurofit voor Leerkrachten Lichamelijke Opvoeding bevat alle nodige gegevens en instructies om de testbatterij af te nemen bij grote groepen.

Van bij het begin is duidelijk gesteld dat testen alleen niets wezenlijks verandert aan het fitheidsprobleem. Op basis van de testresultaten dient een aangepast remediëringsprogramma te worden opgesteld met als doel de fysieke fitheid te verbeteren.

Het boek 'Eurofit Remediëring' geeft aan hoe dit op een efficiënte manier kan worden toegepast.

Ook fysieke activiteit en voeding spelen in deze context een belangrijke rol. Vandaar de derde publicatie: 'Fysieke activiteit en voeding'.