

**Samræmd íþróttakennsla í grunnskólum Garðabæjar -  
ásamt skýrslu um stöðu barna og unglunga í Garðabæ**

Guðrún Arna Sigurðardóttir, Hofstaðaskóli

Magnús Guðjón Teitsson, Garðaskóli

Hannes Geirsson, Flataskóli

Linda Björk Thorlacius, Álftanesskóli

Davíð Örvar Ólafsson, Sjólandsskóli

# Lokaskýrsla þróunarverkefni íþróttakennara grunnskóla Garðabæjar

**Heiti verkefnis:** Samræmd íþróttakennsla í grunnskólum Garðabæjar og skýrsla um stöðu barna og unglunga í Garðabæ – Gagnasafn.

**Styrkþegar:** Íþróttakennarar í Grunnskólum Garðabæjar

**Verkefnisstjórar:**

Guðrún Arna Sigurðardóttir, Hofstaðaskóli, [gudrunarna@hofsstadaskoli.is](mailto:gudrunarna@hofsstadaskoli.is)

Magnús Guðjón Teitsson, Garðaskóli, [magnus@gardaskoli.is](mailto:magnus@gardaskoli.is)

Hannes Geirsson, Flataskóli, [hannesg@flataskoli.is](mailto:hannesg@flataskoli.is)

Linda Björk Thorlacius, Álftanesskóli, [linda.thorlacius@alftanesskoli.is](mailto:linda.thorlacius@alftanesskoli.is)

Davíð Örvar Ólafsson, Sjalandskóli, [davido@sjalandsskoli.is](mailto:davido@sjalandsskoli.is)

## Markmið verkefnis samkvæmt umsókn

Markmiðið er:

Að hafa góða yfirsýn yfir heilbrigði og velferð nemenda í Garðabæ.

Að afla upplýsinga um líkamsatgervi allra nemenda Grunnskóla Garðabæjar.

Verkefninu er ætlað að auka samvinnu íþróttakennara í grunnskólum Garðabæjar, búa til gagnasafn og þannig fylgjast með þróun nemenda í íþróttum milli ára.

Samvinna íþróttakennara eykur gæði íþróttakennslunnar til muna og unnið verður að samræmdu námsmati.

Markmiðið er einnig að auka gildi hreyfingar í skólum bæjarins þar sem allir grunnskólarnir eru heilsueflandi grunnskólar.

## Leiðir sem farnar voru til að ná markmiðum þ.e. framkvæmd og umfang verkefnis

Íþróttakennarar í Garðabæ, fulltrúar íþróttáfræðisviðs Háskólans í Reykjavík og íþróttáfræðinemar hittust á starfsdegi á haustönn og skipulögðu verkefnið. Ákveðið var að mæla fjögur atriði í öllum árgöngum hvers skóla fyrir sig. Mælingar voru eftirfarandi:

- Langstökk án atrennu (styrkur auk samhæfingar og jafnvægis): Markmið prófsins er að stökkva jafnfætis fram á við eins langt og mögulegt er. Þátttakandi stendur á bretti við upphafslínu, beygir hné og sveiflar handleggjum aftur og um leið og hann stekkur fram er handleggjum sveiflað fram og lent jafnfætis. Mælt er frá upphafslínu og að aftasta snertifleti við lendingu. Allir þátttakendur fá tvær tilraunir og sú betri er notuð í niðurstöðum. Einn þátttakandi framkvæmir stökkið í einu. Mælt er í sentimetrum og áhöld sem eru notuð eru bretti, dýna og málband.
- Boltkast með 1 kg medicinebolta (styrkur auk samhæfingar og jafnvægis): Markmið prófsins er að kasta 1 kg medicinebolta frá brjóstakassa eins langt og mögulegt er. Olnbogar eru beygðir út til hliðar og boltinn látinn nema við brjóstkassann. Hné örlítið bogin og um leið og kastað er fram er

rétt úr hnjúnum. Mælt er frá upphafslínu og að snertifleti boltans við lendingu. Allir fá tvær tilraunir og sú betri er notuð í niðurstöðum. Einn þátttakandi framkvæmir kastið í einu. Mælt er í sentimetrum og áhöld sem eru notuð eru dýna, málband og 1 kg medicinebolti.

- 20 metra spretthlaup (hraði/snerpa auk tækni): Markmið prófsins er að hlaupa eins hratt og þátttakandi getur frá upphafslínu að endalínu þegar honum er gefið merki. Ræsir segir „einn, tveir og byrja!“ og þátttakandi hleypur af stað í átt að endalínu þar sem tímavörður stöðvar klukkuna. Allir þátttakendur fá eina tilraun nema ef viðkomandi hleypur út af braut þá fær hann aðra tilraun. Eitt barn framkvæmir spretthlaupið í einu. Mælt er í sekúndum og sekúndubrotum og áhöld sem eru notuð eru keilur og skeiðklukka.
- 6 mínútna hlaup/ganga (þol auk hlaupatækni og vöðvastyrktarþols): Markmið prófsins er að hlaupa eins langa vegalengd og þátttakendur geta á sex mínútum. Við merki hlaupa þeir af stað í kringum 9 sinnum 18 metra völl sem er afmarkaður með keilum. Þátttakendur mega ganga ef þeir þreytast en ekki stöðva, síðan hlaupa þeir aftur af stað. Um það bil sex til átta þátttakendur hlaupa í einu og tveir skrá niður fyrir hvern hlaupara þegar hann hleypur fram hjá upphafslínu. Þegar sex mínútur eru liðnar stöðva þátttakendur og þá eru þeir metrar sem þeir hlaupa umfram heilan hring skráðir. Þátttakendur fá eina tilraun. Mælt er í metrum og áhöld sem eru notuð eru málband, skeiðklukka, keilur og merkimiðar með metrafjölda á.

Niðurstöður allra mælinga voru skráðar í forritið Excel ásamt nafni, númeri, aldri (mánuður og ár), kyni og skóla hvers nemanda. Áður en gögnin voru send til fulltrúa íþróttafraeðisviðs Háskólans í Reykjavík voru nöfn nemenda tekin út og hverjum þátttakanda gefið númer sem ekki er hægt að rekja til einstakra nemenda. Í Háskólanum í Reykjavík fór úrvinnsla gagna fram í tölfræðiforritinu IBM SPSS Statistics 24. Fundin var töluleg samantekt og til að fá út heildar Z stig var spretthlaupinu snúið við (margfaldað með -1) þar sem gott er að fá lágt skor í því prófi, en í hinum prófunum er gott að fá hátt skor. T-próf óháðra breyta (e. Independent T-test) var framkvæmt til að athuga hvort marktækur munur væri milli kynja, aldurs og bekkja. Töflur voru unnar í forritinu Microsoft Excel 2013 og Microsoft Word 2013. Auk þess er hægt að sjá hvort munur er á meðaltali milli skóla. Út frá þessum niðurstöðum er svo hægt að sjá mögulega viðmiðunarkvarða fyrir námsmat í íþróttum hjá Grunnskólum Garðabæjar.

Mælingar fóru fram að hausti og aftur að vori en einungis eru mælingar frá haustinu settar í þessa skýrslu.

### **Mat á verkefninu**

Verkefnið var mjög umfangsmikið og tók langan tíma að framkvæma. Fyrirfram voru skýrar leiðbeiningar sem kennarahópurinn setti upp um hvernig standa ætti að mælingum og skráningum og því litlar líkur á skekkju milli skóla.

Verkefnið krafðist þess að íþróttakennarar gáfu sér tíma í kennslu til að framkvæma mælingarnar. Auk þess fór gríðarlegur tími utan kennslu að skrá niðurstöður í gagnagrunninn. Gagnagrunninn er nú hægt að nýta til að ákvarða og samræma námsmat í íþróttum.

**Ráðstöfun styrks:**Heildarupphæð styrks 1.600.000 kr

Launþegar	Laun	Vinnuframlag v. skýrslugerðar
Heildarupphæð	1600000	
Deilt á 12 kennara	133000	
Hofsstaðaskóli	3*133000 = 399000	4000
Flataskóli	3*133000 = 399000	
Garðaskóli	1* 133000 = 133000	
Álftanesskóli	4* 133000 = 532000	
Sjálandsskóli	1*133000 = 133000	
Samtals		1596000
Samtals með vinnuframlagi		1600000

**Afrakstur, ávinningur fyrir skólustarf og kynning**

Með samvinnu íþróttakennara í bænum hefur skapast tækifæri á markvissari og faglegri íþróttakennslu með því að miðla sérfræðipækkingu okkar á milli. Þetta samstarf íþróttakennara í bænum með alla þá sértæku fagþekkingu sem hver og einn hefur fram að færa hefur eflt fagvitund okkar. Verkefnið hafði víðtæk áhrif í uppbyggingu kennslunnar, jók yfirsýn yfir breidd nemendahópa og utanumhald um árangur nemenda með það að markmiði að auka hann á jákvæðan hátt. Með gagnagrunninum er hægt að skoða og fylgjast með líkamsástandi og skoða þróun á árangri nemenda í Garðabæ. Hægt verður að vinna að sameignlegum og samræmdum aðgerðum ef útkoman er í lakara lagi.

Garðabær er framarlega meðal sveitafélaga í að vera með góða samvinnu milli skóla í bæjarfélaginu og er með metnaðarfullt og gott starf hvað varðar hreyfingu grunnskólabarna.

Allir eru að vinna að sama markmiði sem tengist þá öðru verkefni í Garðabæ: „Velferð barna í Garðabæ“. Markmiðasetning er skýr í íþróttakennslu og unnið er markvisst að því að fá sem bestu niðurstöðu í krafti þekkingar íþróttakennara í Garðabæ.

Verkefnið verður kynnt á starfsmannafundi haustið 2018.

## Tölulegar niðurstöður

Hér eru niðurstöður mælinganna úr skólunum fimm; Hofstaðaskóla, Garðaskóla, Flataskóla, Álftanesskóla og Sjálandsskóla. Niðurstöður eru settar fram fyrir hvern skóla fyrir sig í eftirfarandi röð; langstökk án atrennu, boltakast, spretthlaup og sex mínútna.

### Hofsstaðaskóli

Tafla 1. Fjöldi og kynjaskipting þátttakenda í Hofstaðaskóla út frá bekkjum og aldursári.

Bekkur	Aldursár	Stúlkur	Drengir	Samtals
1. bekkur	2011	32	51	83
2. bekkur	2010	45	34	79
3. bekkur	2009	47	46	93
4. bekkur	2008	40	37	77
5. bekkur	2007	54	37	91
6. bekkur	2006	29	32	61
7. bekkur	2005	33	39	72
Samtals		280	276	556

**Tafla 2.** Árangur þátttakenda í Hofsstaðaskóla út frá bekkjum og kyni, í langstöcki án atrennu.

<b>Próf</b>	<b>Bekkur</b>	<b>Þátttakendur</b>	<b>Fjöldi</b>	<b>Meðaltal</b>	<b>Staðalfrávik (+/-)</b>
Langstökk án atrennu (cm)	1. bekkur	Allir	79	121,81	17,00
		Stúlkur	31	121,83	15,22
		Drengir	48	121,79	18,20
	2. bekkur	Allir	73	133,75	19,00
		Stúlkur	42	131,90	16,84
		Drengir	31	136,25	21,79
	3. bekkur	Allir	86	140,29	22,22
		Stúlkur	45	138,93	21,18
		Drengir	41	141,78	23,48
	4. bekkur	Allir	73	156,78	18,23
		Stúlkur	39	154,56	17,35
		Drengir	34	159,23	19,13
	5. bekkur	Allir	85	161,32	21,80
		Stúlkur	50	160,00	22,86
		Drengir	35	163,22	20,37
	6. bekkur	Allir	54	161,07	25,18
		Stúlkur	25	156,08	28,63
		Drengir	29	165,37	21,35
	7. bekkur	Allir	63	173,52	24,23
		Stúlkur	28	173,89	25,47
		Drengir	35	173,22	23,56

**Tafla 3.** Árangur þátttakenda í Hofsstaðaskóla út frá bekkjum og kyni, í boltakasti með 1 kg þyngingarbolta.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
Boltakast með 1 kg bolta (cm)	1. bekkur	Allir	78	276,15	62,40
		Stúlkur	30	257,16	41,64
		Drengir	48	288,02	70,26
	2. bekkur	Allir	66	364,16	68,15
		Stúlkur	37	342,02	58,75
		Drengir	29	392,41	69,79
	3. bekkur	Allir	83	416,49	86,05
		Stúlkur	44	370,95	61,94
		Drengir	46	467,87	80,79
	4. bekkur	Allir	74	492,28	91,50
		Stúlkur	38	443,18	68,35
		Drengir	36	544,11	84,52
	5. bekkur	Allir	85	530,96	85,21
		Stúlkur	49	503,87	76,57
		Drengir	36	567,83	83,41
	6. bekkur	Allir	51	589,50	97,45
		Stúlkur	23	553,86	88,24
		Drengir	28	618,78	96,27
	7. bekkur	Allir	63	674,28	104,61
		Stúlkur	30	661,00	112,56
		Drengir	33	686,36	96,97

**Tafla 4.** Árangur þátttakenda í Hofsstaðaskóla út frá bekkjum og kyni, í 20 metra spretthlaupi.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
20 m spretthlaup (sek)	1. bekkur	Allir	75	4,98	0,57
		Stúlkur	31	4,90	0,39
		Drengir	44	5,05	0,67
	2. bekkur	Allir	71	4,59	0,39
		Stúlkur	41	4,63	0,34
		Drengir	30	4,55	0,44
	3. bekkur	Allir	86	4,65	0,51
		Stúlkur	44	4,78	0,58
		Drengir	42	4,51	0,40
	4. bekkur	Allir	74	4,39	0,31
		Stúlkur	39	4,43	0,27
		Drengir	35	4,35	0,35
	5. bekkur	Allir	83	4,30	0,44
		Stúlkur	47	4,28	0,39
		Drengir	36	4,33	0,51
	6. bekkur	Allir	53	4,14	0,42
		Stúlkur	25	4,21	0,46
		Drengir	28	4,08	0,38
	7. bekkur	Allir	63	4,09	0,35
		Stúlkur	28	4,12	0,32
		Drengir	35	4,06	0,37



**Tafla 5.** Árangur þátttakenda í Hofsstaðaskóla út frá bekkjum og kyni, í 6 mínútna hlaupi.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
6 mín hlaup (m)	1. bekkur	Allir	77	791,92	166,53
		Stúlkur	30	784,30	150,06
		Drengir	47	796,78	177,65
	2. bekkur	Allir	70	866,35	152,14
		Stúlkur	40	830,40	143,03
		Drengir	30	914,30	152,99
	3. bekkur	Allir	89	931,92	165,16
		Stúlkur	47	912,00	159,23
		Drengir	42	954,21	170,69
	4. bekkur	Allir	72	965,29	120,46
		Stúlkur	38	947,13	88,58
		Drengir	34	985,58	147,02
	5. bekkur	Allir	81	976,29	136,88
		Stúlkur	51	955,58	133,86
		Drengir	30	1011,5	136,96
	6. bekkur	Allir	54	1020,61	161,50
		Stúlkur	25	1014,64	111,21
		Drengir	29	1025,75	196,74
	7. bekkur	Allir	61	1030,62	139,05
		Stúlkur	27	977,66	107,93
		Drengir	34	1072,67	147,85

## Garðaskóli

**Tafla 6.** Fjöldi og kynjaskipting þátttakenda í Garðaskóla út frá bekkjum og aldursári.

Bekkur	Aldursár	Stúlkur	Drengir	Samtals
8. bekkur	2004	98	75	173
9. bekkur	2003	101	79	180
10. bekkur	2002	91	76	167
Samtals		290	230	520

**Tafla 7.** Árangur þátttakenda í Garðaskóla út frá bekkjum og kyni, í langstökki án atrennu.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
Langstökk án Atrennu (cm)	8. bekkur	Allir	169	198,7	25,3
		Stúlkur	96	194,9	25,6
		Drengir	73	203,8	24,4
	9. bekkur	Allir	177	211,4	35,3
		Stúlkur	100	203,7	37,0
		Drengir	77	221,4	31,8
	10. bekkur	Allir	165	208,6	31,1
		Stúlkur	90	196,8	34,3
		Drengir	75	222,8	22,0

**Tafla 8.** Árangur þátttakenda í Garðaskóla út frá bekkjum og kyni, í boltakasti með 1 kg þyngingarbolta.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
Boltakast með 1kg bolta (cm)	8. bekkur	Allir	169	714,1	120,6
		Stúlkur	96	650,6	105,7
		Drengir	73	797,7	88,1
	9. bekkur	Allir	177	836,6	179,1
		Stúlkur	100	733,6	140,5
		Drengir	77	970,3	131,2
	10. bekkur	Allir	165	884,6	164,3
		Stúlkur	90	783,6	144,6
		Drengir	75	1005,7	98,0

**Tafla 9.** Árangur þátttakenda í Garðaskóla út frá bekkjum og kyni, í 20 metra spretthlaupi.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
20m spretthlaup (sek)	8. bekkur	Allir	169	3,64	0,42
		Stúlkur	96	3,68	0,40
		Drengir	73	3,58	0,43
	9. bekkur	Allir	177	3,48	0,50
		Stúlkur	100	3,67	0,39
		Drengir	77	3,24	0,50
	10. bekkur	Allir	165	3,37	0,49
		Stúlkur	90	3,55	0,40
		Drengir	75	3,15	0,48

**Tafla 10.** Árangur þátttakenda í Garðaskóla út frá bekkjum og kyni, í 6 mínútna hlaupi.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
6 mín hlaup (m)	8. bekkur	Allir	169	1100,52	2,78
		Stúlkur	96	1047,60	2,17
		Drengir	73	1170,72	2,78
	9. bekkur	Allir	177	1108,62	3,42
		Stúlkur	100	1053,00	3,00
		Drengir	77	1180,98	3,36
	10. bekkur	Allir	165	1076,22	3,28
		Stúlkur	90	997,92	3,68
		Drengir	75	1170,72	1,95

## Flataskóli

**Tafla 11.** Fjöldi og kynjaskipting þátttakenda í Flataskóla út frá bekkjum og aldursári.

Bekkur	Aldursár	Stúlkur	Drengir	Samtals
1. bekkur	2011	27	29	56
2. bekkur	2010	25	39	64
3. bekkur	2009	45	39	84
4. bekkur	2008	37	22	59
5. bekkur	2007	32	30	63
6. bekkur	2006	36	50	86
7. bekkur	2005	58	35	93
Samtals		266	273	539

**Tafla 12.** Árangur þátttakenda í Flataskóla út frá bekkjum og kyni, í langstöcki án atrennu.

Próf	Bekkur	Þáttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
Langstökk án atrennu (cm)	1. bekkur	Allir	49	109,60	18,68
		Stúlkur	24	112,92	19,30
		Drengir	25	109,60	18,15
	2. bekkur	Allir	55	143,98	19,28
		Stúlkur	23	137,00	16,19
		Drengir	32	149,00	20,31
	3. bekkur	Allir	76	143,44	18,74
		Stúlkur	41	140,59	17,28
		Drengir	35	143,44	19,90
	4. bekkur	Allir	56	165,96	19,17
		Stúlkur	34	161,41	17,65
		Drengir	22	172,95	19,21
	5. bekkur	Allir	52	140,96	24,75
		Stúlkur	25	139,20	28,75
		Drengir	27	143,46	20,93
	6. bekkur	Allir	73	171,47	18,59
		Stúlkur	26	167,65	20,32
		Drengir	47	173,15	17,92
	7. bekkur	Allir	74	180,63	24,45
		Stúlkur	41	181,00	23,92
		Drengir	33	179,00	25,36

**Tafla 13.** Árangur þátttakenda í Flataskóla út frá bekkjum og kyni, í boltakasti með 1 kg þyngingarbolta.

<b>Próf</b>	<b>Bekkur</b>	<b>Þáttakendur</b>	<b>Fjöldi</b>	<b>Meðaltal</b>	<b>Staðalfrávik (+/-)</b>
Boltakast með 1 kg bolta (cm)	1. bekkur	Allir	40	274,36	69,73
		Stúlkur	20	252,78	53,14
		Drengir	20	293,50	73,07
	2. bekkur	Allir	57	331,05	70,98
		Stúlkur	23	289,00	39,00
		Drengir	34	359,00	70,00
	3. bekkur	Allir	75	411,32	74,03
		Stúlkur	42	390,71	67,07
		Drengir	33	436,76	76,01
	4. bekkur	Allir	53	435,29	98,47
		Stúlkur	32	418,13	70,12
		Drengir	21	462,75	136,44
	5. bekkur	Allir	59	522,28	96,25
		Stúlkur	32	480,17	76,71
		Drengir	27	569,07	88,78
	6. bekkur	Allir	68	587,79	101,56
		Stúlkur	29	537,76	70,53
		Drengir	39	625,26	107,52
	7. bekkur	Allir	75	619,29	87,98
		Stúlkur	44	601,00	84,68
		Drengir	31	650,00	84,99

**Tafla 14.** Árangur þátttakenda í Flataskóla út frá bekkjum og kyni, í 20 metra spretthlaupi.

Próf	Bekkur	Þáttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
20 m spretthlaup (sek)	1. bekkur	Allir	48	5,41	0,67
		Stúlkur	21	5,20	0,49
		Drengir	27	5,57	0,75
	2. bekkur	Allir	58	4,53	0,47
		Stúlkur	23	4,63	0,43
		Drengir	35	4,45	0,49
	3. bekkur	Allir	70	4,53	0,39
		Stúlkur	41	4,50	0,34
		Drengir	29	4,39	0,46
	4. bekkur	Allir	54	3,98	0,39
		Stúlkur	32	4,00	0,47
		Drengir	22	3,90	0,35
	5. bekkur	Allir	43	4,01	0,38
		Stúlkur	18	4,00	0,36
		Drengir	25	4,00	0,40
	6. bekkur	Allir	68	3,81	0,29
		Stúlkur	29	3,87	0,26
		Drengir	39	3,78	0,30
	7. bekkur	Allir	75	3,71	0,28
		Stúlkur	44	3,71	0,30
		Drengir	32	3,72	0,25

**Tafla 15.** Árangur þátttakenda í Flataskóla út frá bekkjum og kyni, í 6 mínútna hlaupi.

Próf	Bekkur	Þáttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
6 mín					
hlaup (m)	1. bekkur	Allir	44	807,00	141,72
		Stúlkur	19	804,00	138,37
		Drengir	25	811,00	141,72
	2. bekkur	Allir	56	907,39	136,73
		Stúlkur	23	859,00	109,85
		Drengir	33	948,00	142,77
	3. bekkur	Allir	68	904,97	142,04
		Stúlkur	42	890,56	138,90
		Drengir	26	933,38	141,93
	4. bekkur	Allir	48	978,84	166,32
		Stúlkur	29	958,93	152,99
		Drengir	19	1019,58	177,05
	5. bekkur	Allir	49	977,33	170,72
		Stúlkur	27	941,14	123,66
		Drengir	22	1024,11	212,21
	6. bekkur	Allir	63	1039,78	173,00
		Stúlkur	28	998,65	145,84
		Drengir	35	1028,75	192,50
	7. bekkur	Allir	68	1085,23	140,06
		Stúlkur	39	1077,00	123,99
		Drengir	29	1106,00	156,90

**Álftanesskóli****Tafla 16.** Fjöldi og kynjaskipting þátttakenda í Álftanesskóla út frá bekkjum og aldursári.

Bekkur	Aldursár	Stúlkur	Drengir	Samtals
1.bekkur	2011	12	16	28
2.bekkur	2010	24	23	47
3.bekkur	2009	23	21	44
4.bekkur	2008	23	21	44
5.bekkur	2007	19	23	42
6.bekkur	2006	22	26	48
7.bekkur	2005	25	21	46
8.bekkur	2004	10	26	36
9.bekkur	2003	19	8	27
10.bekkur	2002	11	18	29
Samtals		188	203	391

**Tafla 17.** Árangur þátttakenda í Álfthanesskóla út frá bekkjum og kyni, í langstökki án atrennu.

<b>Próf</b>	<b>Bekkur</b>	<b>Þátttakendur</b>	<b>Fjöldi</b>	<b>Meðaltal</b>	<b>Staðalfrávik (+/-)</b>
Langstökk án atrennu (cm)	1.bekkur	Allir	28	120,77	15,08
		Drengir	16	122,00	14,86
		Stúlkur	12	119,09	15,94
	2.bekkur	Allir	47	131,97	20,91
		Drengir	23	129,42	20,15
		Stúlkur	24	134,40	21,85
	3.bekkur	Allir	44	143,86	16,31
		Drengir	21	145,76	17,69
		Stúlkur	23	142,06	15,34
	4.bekkur	Allir	44	146,30	17,44
		Drengir	21	150,10	19,45
		Stúlkur	23	142,11	14,27
	5.bekkur	Allir	42	164,12	19,98
		Drengir	23	163,10	22,36
		Stúlkur	19	164,45	17,11
	6.bekkur	Allir	48	158,78	23,41
		Drengir	26	160,00	29,85
		Stúlkur	22	157,38	13,29
	7.bekkur	Allir	46	175,39	17,62
		Drengir	21	171,09	18,04
		Stúlkur	25	179,33	16,63
	8.bekkur	Allir	36	187,20	24,03
		Drengir	26	189,79	28,32
		Stúlkur	10	182,73	14,03
	9.bekkur	Allir	27	191,79	26,03
		Drengir	8	216,43	23,75
		Stúlkur	19	183,57	21,50
	10.bekkur	Allir	29	204,82	22,95
		Drengir	18	212,65	23,26
		Stúlkur	11	192,73	17,08



**Tafla 18.** Árangur þátttakenda í Álfthanesskóla út frá bekkjum og kyni, í boltakasti með 1 kg þyngingarbolta.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
Boltakast með					
1 kg bolta (cm)	1.bekkur	Allir	28	284,64	53,90
		Drengir	16	306,50	48,20
		Stúlkur	12	254,17	46,80
	2.bekkur	Allir	47	338,30	65,92
		Drengir	23	355,65	70,31
		Stúlkur	24	321,67	58,06
	3.bekkur	Allir	44	405,43	58,96
		Drengir	21	431,67	52,20
		Stúlkur	23	377,65	57,43
	4.bekkur	Allir	44	435,13	84,38
		Drengir	21	471,00	73,76
		Stúlkur	23	397,37	79,71
	5.bekkur	Allir	42	482,56	97,60
		Drengir	23	495,22	108,41
		Stúlkur	19	464,38	79,33
	6.bekkur	Allir	48	568,05	127,92
		Drengir	26	579,74	161,37
		Stúlkur	22	555,24	78,78
	7.bekkur	Allir	46	627,67	146,97
		Drengir	21	641,00	138,83
		Stúlkur	25	617,00	155,16
	8.bekkur	Allir	36	747,27	130,82
		Drengir	26	775,22	126,09
		Stúlkur	10	683,00	124,10
	9.bekkur	Allir	27	754,80	139,08
		Drengir	8	886,25	128,61
		Stúlkur	19	692,94	95,25
	10.bekku	Allir	29	823,85	150,55
		Drengir	18	885,00	143,99
		Stúlkur	11	726,00	105,43

**Tafla 19.** Árangur þátttakenda í Álftanesskóla út frá bekkjum og kyni, í 20 metra spretthlaupi.

<b>Próf</b>	<b>Bekkur</b>	<b>Þátttakendur</b>	<b>Fjöldi</b>	<b>Meðaltal</b>	<b>Staðalfrávik (+/)</b>
20 m					
spretthlaup	1.bekkur	Allir	28	4,63	0,33
(sek)		Drengir	16	4,59	0,28
		Stúlkur	12	4,69	0,40
	2.bekkur	Allir	47	4,81	0,46
		Drengir	23	4,86	0,49
		Stúlkur	24	4,75	0,44
	3.bekkur	Allir	44	4,49	0,35
		Drengir	21	4,48	0,41
		Stúlkur	23	4,50	0,29
	4.bekkur	Allir	44	4,60	0,39
		Drengir	21	4,64	0,42
		Stúlkur	23	4,56	0,36
	5.bekkur	Allir	42	4,33	0,38
		Drengir	23	4,31	0,41
		Stúlkur	19	4,35	0,34
	6.bekkur	Allir	48	4,28	0,55
		Drengir	26	4,41	0,66
		Stúlkur	22	4,15	0,41
	7.bekkur	Allir	46	4,23	0,28
		Drengir	21	4,17	0,30
		Stúlkur	25	4,27	0,26
	8.bekkur	Allir	36	4,05	0,37
		Drengir	26	4,03	0,42
		Stúlkur	10	4,11	0,21
	9.bekkur	Allir	27	4,02	0,53
		Drengir	8	3,78	0,25
		Stúlkur	19	4,14	0,60
	10.bekkur	Allir	29	3,50	0,25
		Drengir	18	3,44	0,24
		Stúlkur	11	3,60	0,24

**Tafla 20.** Árangur þátttakenda í Álfanesskóla út frá bekkjum og kyni, í 6 mínútna hlaupi.

<b>Próf</b>	<b>Bekkur</b>	<b>Þátttakendur</b>	<b>Fjöldi</b>	<b>Meðaltal</b>	<b>Staðalfrávik (+/-)</b>
6 mín hlaup (m)	1.bekkur	Allir	28	802,86	152,19
		Drengir	16	807,50	160,64
		Stúlkur	12	796,67	146,93
	2.bekkur	Allir	47	970,21	185,98
		Drengir	23	1032,17	210,43
		Stúlkur	24	910,83	138,94
	3.bekkur	Allir	44	978,79	119,68
		Drengir	21	937,98	135,04
		Stúlkur	23	1028,00	83,00
	4.bekkur	Allir	44	946,19	195,53
		Drengir	21	985,00	197,98
		Stúlkur	23	910,91	190,91
	5.bekkur	Allir	42	983,00	242,40
		Drengir	23	1027,27	255,42
		Stúlkur	19	928,89	220,40
	6.bekkur	Allir	48	1001,84	198,87
		Drengir	26	1009,52	233,98
		Stúlkur	22	992,35	151,18
	7.bekkur	Allir	46	1156,74	191,33
		Drengir	21	1130,53	199,15
		Stúlkur	25	1177,50	186,53
	8.bekkur	Allir	36	1111,76	269,00
		Drengir	26	1144,62	294,66
		Stúlkur	10	1105,00	126,83
	9.bekkur	Allir	27	1175,20	194,87
		Drengir	8	1312,50	144,99
		Stúlkur	19	1110,59	184,14
	10.bekkur	Allir	29	1140,36	221,35
		Drengir	18	1141,00	235,06
		Stúlkur	11	1138,18	209,47

## Sjálandsskóli

**Tafla 21.** Fjöldi og kynjaskipting þátttakenda í Sjálandsskóla út frá bekkjum og aldursári.

<b>Bekkur</b>	<b>Aldursár</b>	<b>Stúlkur</b>	<b>Drengir</b>	<b>Samtals</b>
1.bekkur	2011	12	10	22
2.bekkur	2010	17	17	34
3.bekkur	2009	15	15	30
4.bekkur	2008	16	12	28
5.bekkur	2007	17	13	30
6.bekkur	2006	13	18	31
7.bekkur	2005	6	18	24
8.bekkur	2004	12	17	29
9.bekkur	2003	8	9	17
10.bekkur	2002	10	11	21
Samtals		126	140	266

**Tafla 22.** Árangur þátttakenda í Sjálandsskóla út frá bekkjum og kyni, í langstökki án atrennu.

<b>Próf</b>	<b>Bekkur</b>	<b>Þátttakendur</b>	<b>Fjöldi</b>	<b>Meðaltal</b>	<b>Staðalfrávik (+/-)</b>
Langstökk án atrennu (cm)	1.bekkur	Allir	22	103,47	13,26
		Drengir	10	107,90	10,81
		Stúlkur	12	99,450	14,45
	2.bekkur	Allir	34	113,17	15,22
		Drengir	17	114,22	12,68
		Stúlkur	17	112,05	17,86
	3.bekkur	Allir	30	123,75	17,12
		Drengir	15	127,46	15,95
		Stúlkur	15	119,78	18,01
	4.bekkur	Allir	28	132,84	20,85
		Drengir	12	131,20	22,76
		Stúlkur	16	133,87	20,76
	5.bekkur	Allir	30	147,14	27,80
		Drengir	13	151,90	32,59
		Stúlkur	17	144,25	24,19
	6.bekkur	Allir	31	148,79	24,87
		Drengir	18	141,52	21,28
		Stúlkur	13	159,08	26,82
	7.bekkur	Allir	24	162,66	25,09
		Drengir	18	165,68	25,04
		Stúlkur	6	153,00	25,37
	8.bekkur	Allir	29	173,84	23,39
		Drengir	17	174,12	23,30
		Stúlkur	12	173,18	24,78
	9.bekkur	Allir	17	163,46	38,64
		Drengir	9	184,88	32,77
		Stúlkur	8	131,33	19,92
	10.bekkur	Allir	21	176,55	30,09
		Drengir	11	183,90	36,04
		Stúlkur	10	167,37	18,85

**Tafla 23.** Árangur þátttakenda í Sjálandsskóla út frá bekkjum og kyni, í boltakasti með 1 kg þyngingarbolta.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
Boltakast með					
1 kg bolta (cm)	1.bekkur	Allir	22	290,00	66,25
		Drengir	10	328,50	67,98
		Stúlkur	12	255,00	42,30
	2.bekkur	Allir	34	319,22	110,63
		Drengir	17	353,64	90,81
		Stúlkur	17	282,65	120,6
	3.bekkur	Allir	30	394,00	62,34
		Drengir	15	390,00	72,06
		Stúlkur	15	400,00	50,00
	4.bekkur	Allir	28	411,00	60,44
		Drengir	12	425,00	55,67
		Stúlkur	16	402,87	65,40
	5.bekkur	Allir	30	457,00	148,79
		Drengir	13	527,22	101,12
		Stúlkur	17	405,33	160,84
	6.bekkur	Allir	31	567,06	184,00
		Drengir	18	566,47	197,08
		Stúlkur	13	567,21	173,26
	7.bekkur	Allir	24	639,76	167,13
		Drengir	18	659,68	167,4
		Stúlkur	6	567,00	186,13
	8.bekkur	Allir	29	731,11	179,21
		Drengir	17	789,00	204,89
		Stúlkur	12	710,00	141,62
	9.bekkur	Allir	17	712,14	160,91
		Drengir	9	860,00	136,52
		Stúlkur	8	601,25	44,54
	10.bekkur	Allir	21	845,26	205,13
		Drengir	11	977,00	184,81
		Stúlkur	10	698,88	102,27

**Tafla 24.** Árangur þátttakenda í Sjálandsskóla út frá bekkjum og kyni, í 20 metra spretthlaupi.

<b>Próf</b>	<b>Bekkur</b>	<b>Þátttakendur</b>	<b>Fjöldi</b>	<b>Meðaltal</b>	<b>Staðalfrávik (+/-)</b>
20 m					
spretthlaup (sek)	1.bekkur	Allir	22	4,74	0,29
		Drengir	10	4,65	0,15
		Stúlkur	12	4,83	0,36
	2.bekkur	Allir	34	4,64	0,40
		Drengir	17	4,50	0,28
		Stúlkur	17	4,78	0,47
	3.bekkur	Allir	30	4,37	0,37
		Drengir	15	4,33	0,39
		Stúlkur	15	4,41	0,35
	4.bekkur	Allir	28	4,23	0,30
		Drengir	12	4,25	0,29
		Stúlkur	16	4,22	0,32
	5.bekkur	Allir	30	4,18	0,97
		Drengir	13	4,28	0,75
		Stúlkur	17	4,10	0,40
	6.bekkur	Allir	31	4,04	0,29
		Drengir	18	4,07	0,25
		Stúlkur	13	4,00	0,35
	7.bekkur	Allir	24	3,89	0,37
		Drengir	18	3,97	0,37
		Stúlkur	6	3,60	0,05
	8.bekkur	Allir	29	3,72	0,21
		Drengir	17	3,68	0,23
		Stúlkur	12	3,75	0,16
	9.bekkur	Allir	17	4,02	0,43
		Drengir	9	3,87	0,46
		Stúlkur	8	4,29	0,20
	10.bekkur	Allir	21	3,68	0,30
		Drengir	11	3,59	0,31
		Stúlkur	10	3,79	0,28

**Tafla 25.** Árangur þátttakenda í Sjálandsskóla út frá bekkjum og kyni, í 6 mínútna hlaupi.

<b>Próf</b>	<b>Bekkur</b>	<b>Þátttakendur</b>	<b>Fjöldi</b>	<b>Meðaltal</b>	<b>Staðalfrávik (+/-)</b>
6 mín hlaup (m)	1.bekkur	Allir	22	685,55	139,37
		Drengir	10	743,50	127,60
		Stúlkur	12	627,60	131,38
	2.bekkur	Allir	34	933,68	117,59
		Drengir	17	949,88	122,80
		Stúlkur	17	916,52	112,92
	3.bekkur	Allir	30	961,57	127,20
		Drengir	15	1005,50	155,62
		Stúlkur	15	923,92	85,54
	4.bekkur	Allir	28	919,00	121,94
		Drengir	12	923,50	88,13
		Stúlkur	16	916,00	141,31
	5.bekkur	Allir	30	1030,00	179,03
		Drengir	13	1033,72	218,12
		Stúlkur	17	1028,42	150,22
	6.bekkur	Allir	31	1059,80	184,00
		Drengir	18	10510	197,08
		Stúlkur	13	1071,10	173,26
	7.bekkur	Allir	24	1071,38	167,13
		Drengir	18	1070,80	167,40
		Stúlkur	6	1072,00	186,13
	8.bekkur	Allir	29	1121,22	179,21
		Drengir	17	1129,40	204,89
		Stúlkur	12	1102,36	141,62
	9.bekkur	Allir	17	975,30	192,16
		Drengir	9	1031,71	232,23
		Stúlkur	8	909,50	119,39
	10.bekkur	Allir	21	1064,84	147,33
		Drengir	11	1101,81	148,48
		Stúlkur	10	1014,00	138,63



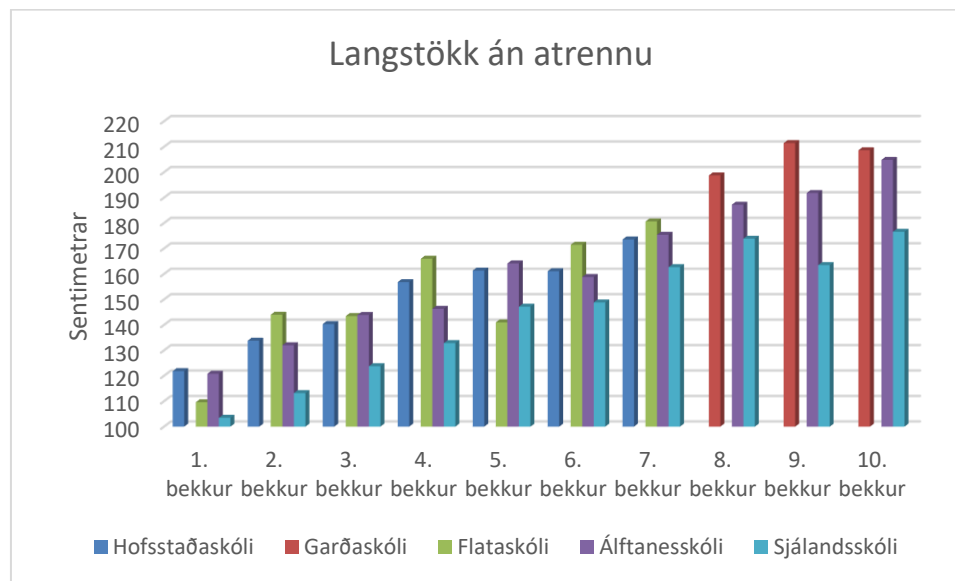
## Tölulegar niðurstöður – samburður skóla og árganga

Hér má finna samanburð á milli skólanna fimm, þar er mögulegt að sjá hvort einstaka árgangar í hverjum skóla fyrir sig standi upp úr og/eða sýni slakan árangur í prófunum fjórum. Einnig má hér finna samanburð milli árganga þar sem meðaltal hvers árgangs hefur verið reiknað fyrir alla skólanna í heild sinni. Fyrir námsmat er gott að nýta meðaltöl árganganna til að ákvarða matskvarða fyrir prófin fjögur.

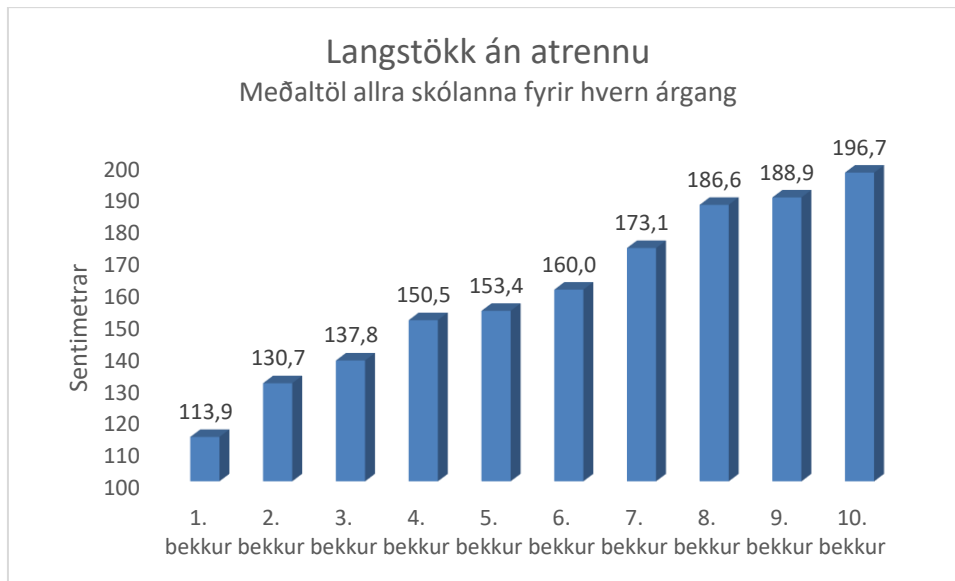
### Langstökk án atrennu

Tafla 26. Árangur hvers árgangs fyrir sig í öllum grunnskólum Garðabæjar.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
Langstökk án atrennu (cm)	1.bekkur	Allir	178	113,91	8,89
	2.bekkur	Allir	209	130,72	12,84
	3.bekkur	Allir	236	137,84	9,52
	4.bekkur	Allir	201	150,47	14,24
	5.bekkur	Allir	209	153,39	11,13
	6.bekkur	Allir	206	160,03	9,31
	7.bekkur	Allir	207	173,05	7,55
	8.bekkur	Allir	234	186,58	12,44
	9.bekkur	Allir	221	188,88	24,10
	10.bekkur	Allir	215	196,66	17,52



Mynd 1. Samanburður á milli skóla og árganga í öllum grunnskólum Garðabæjar.

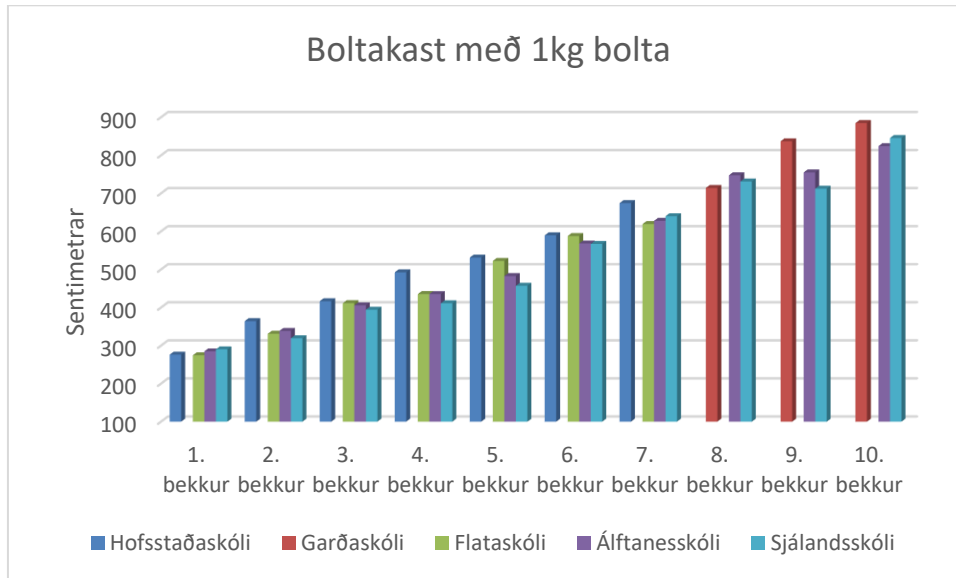


**Mynd 2.** Samanburður á milli árganga allra grunnskóla Garðabæjar.

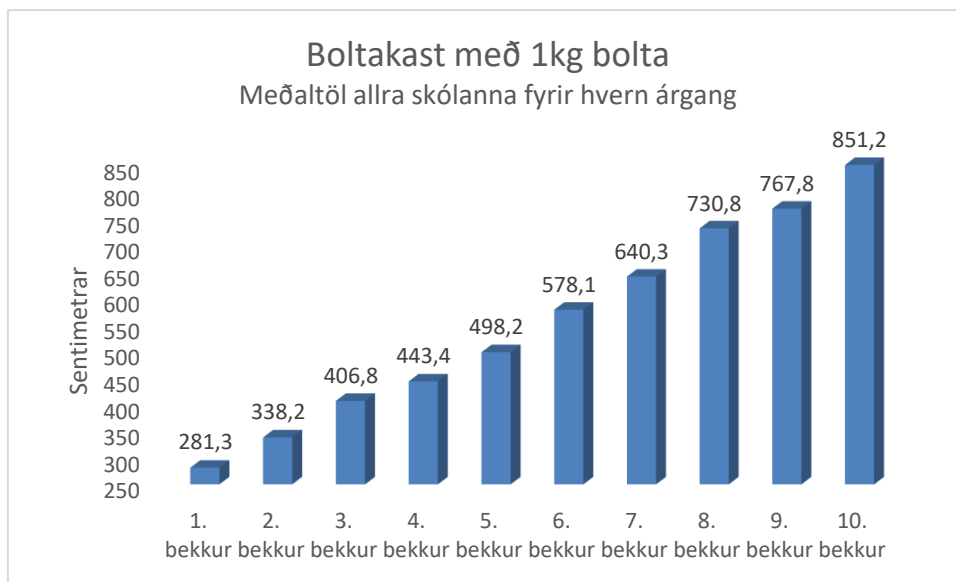
### Boltakast með 1 kg bolta

**Tafla 27.** Árangur hvers árgangs fyrir sig í öllum grunnskólum Garðabæjar.

Próf	Bekkur	Þátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
Boltakast með 1kg bolta (cm)	1.bekkur	Allir	168	281,29	7,34
	2.bekkur	Allir	204	338,18	19,02
	3.bekkur	Allir	232	406,81	9,66
	4.bekkur	Allir	199	443,43	34,51
	5.bekkur	Allir	216	498,20	34,62
	6.bekkur	Allir	198	578,10	12,20
	7.bekkur	Allir	208	640,25	24,19
	8.bekkur	Allir	234	730,83	16,59
	9.bekkur	Allir	221	767,85	63,25
	10.bekkur	Allir	215	851,24	30,81



**Mynd 3.** Samanburður á milli skóla og árganga í öllum grunnskólum Garðabæjar.

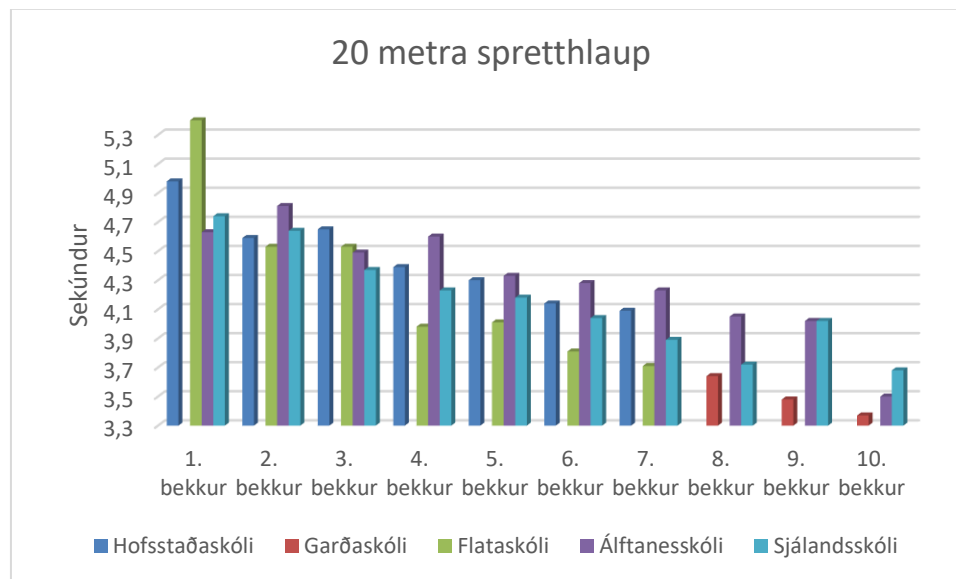


**Mynd 4.** Samanburður á milli árganga allra grunnskóla Garðabæjar.

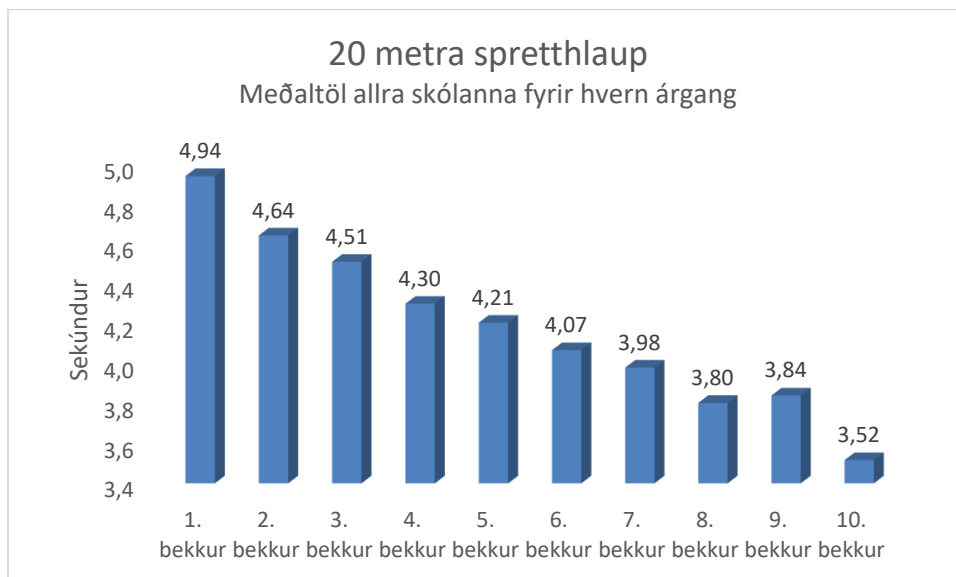
## 20 metra spretthlaup

Tafla 28. Árangur hvers árgangs fyrir sig í öllum grunnskólum Garðabæjar.

Próf	Bekkur	Pátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
20 metra spretthlaup (sek)	1.bekkur	Allir	173	4,94	0,35
	2.bekkur	Allir	210	4,64	0,12
	3.bekkur	Allir	230	4,51	0,12
	4.bekkur	Allir	200	4,30	0,26
	5.bekkur	Allir	198	4,21	0,15
	6.bekkur	Allir	200	4,07	0,20
	7.bekkur	Allir	208	3,98	0,23
	8.bekkur	Allir	234	3,80	0,22
	9.bekkur	Allir	221	3,84	0,31
	10.bekkur	Allir	215	3,52	0,16



Mynd 5. Samanburður á milli skóla og árganga í öllum grunnskólum Garðabæjar.

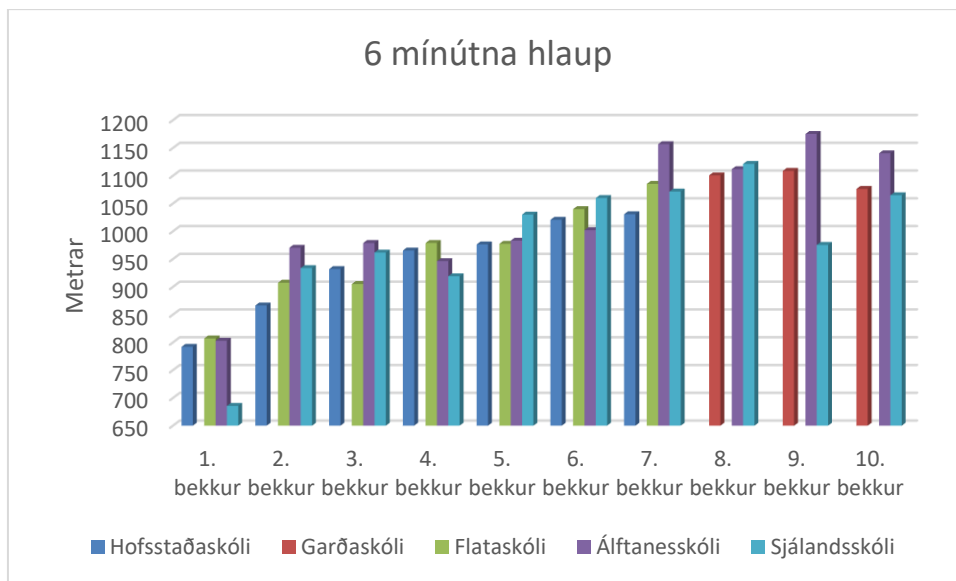


**Mynd 6.** Samanburður á milli árganga allra grunnskóla Garðabæjar.

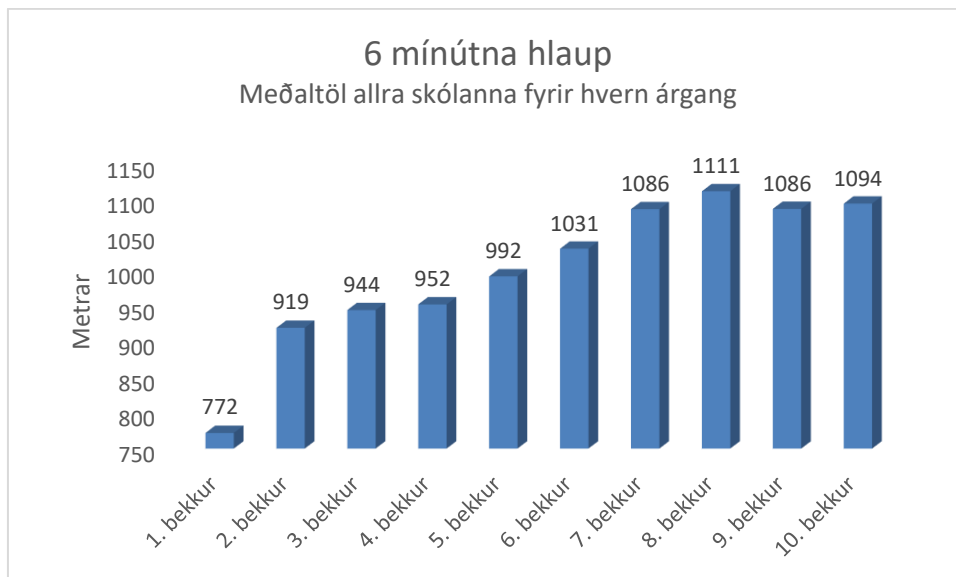
### 6 mínútna hlaup

**Tafla 29.** Árangur hvers árgangs fyrir sig í öllum grunnskólum Garðabæjar.

Próf	Bekkur	Pátttakendur	Fjöldi	Meðaltal	Staðalfrávik (+/-)
6 mín hlaup (m)	1.bekkur	Allir	171	771,83	57,87
	2.bekkur	Allir	207	919,41	43,76
	3.bekkur	Allir	231	944,31	32,60
	4.bekkur	Allir	192	952,33	25,94
	5.bekkur	Allir	202	991,66	25,73
	6.bekkur	Allir	196	1030,51	24,93
	7.bekkur	Allir	199	1085,99	52,55
	8.bekkur	Allir	234	1111,17	10,36
	9.bekkur	Allir	221	1086,37	101,79
	10.bekkur	Allir	215	1093,81	40,72



**Mynd 7.** Samanburður á milli skóla og árganga í öllum grunnskólum Garðabæjar.



**Mynd 8.** Samanburður á milli árganga allra grunnskóla Garðabæjar.