

Założenia oraz projekt UX

Autor:

Ancom Sp. z o.o. Sp. K.

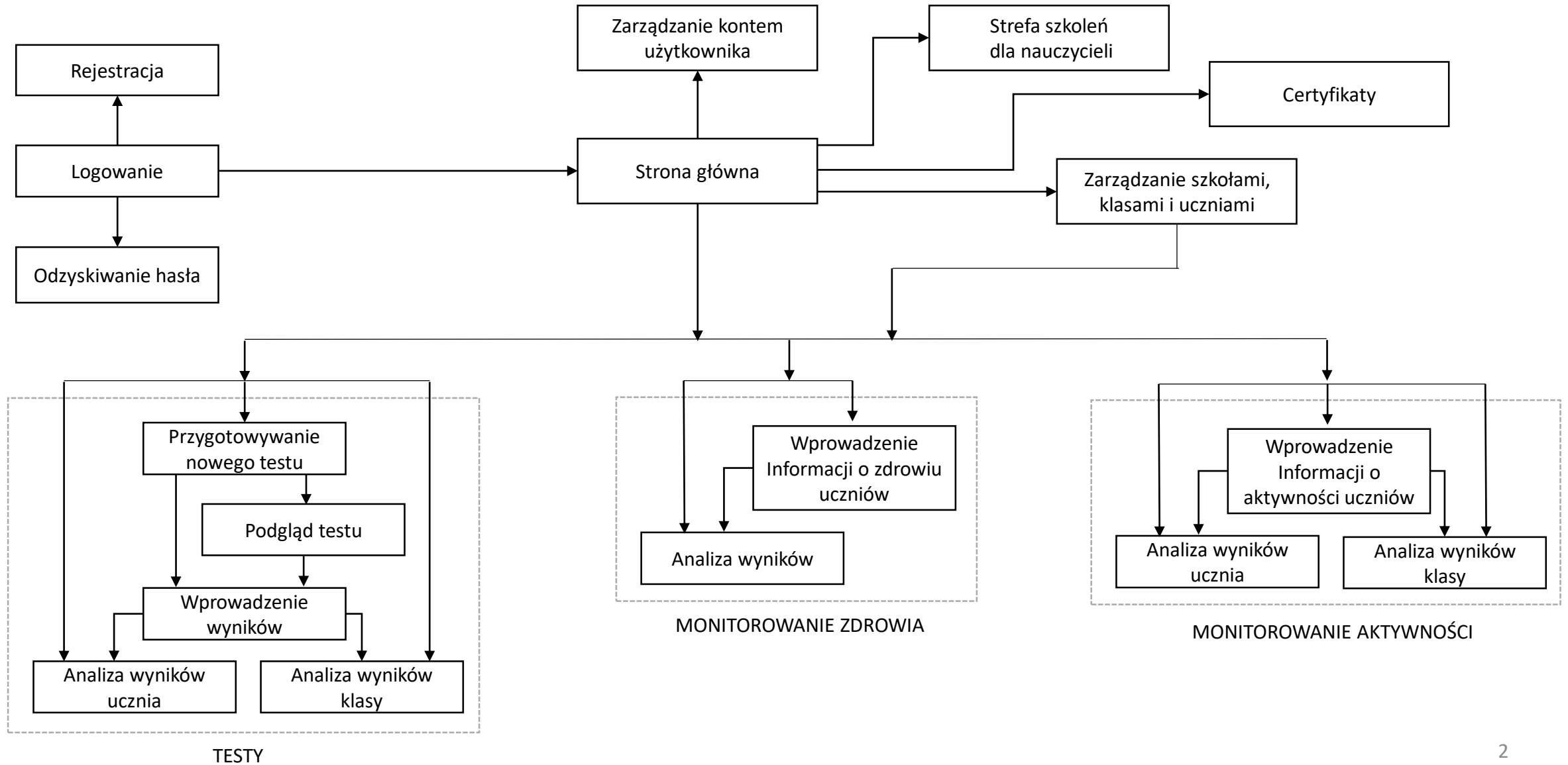
ul. Pasternik 94a

31-354 Kraków

NIP: 675-15-68-678

Na potrzeby postępowania o udzielenie zamówienia publicznego pn. „Wykonanie, instalacja, uruchomienie oraz serwis gwarancyjny systemu poświęconemu wsparciu nauczycieli wf jako narzędzia zbierającego dane do Narodowej Bazy Talentów” – znak sprawy: OOP.26.3.2022.MC.

Schemat



Logowanie

Adres e-mail

Hasło

[Zapomniałem hasła](#)

Zaloguj się

Nie masz konta?

Zatóż konto

[Nie mam linku aktywacyjnego](#)

Rejestracja

DANE UŻYTKOWNIKA

Adres e-mail *

Imię *

Nazwisko *

Telefon

Stanowiska

☐ dyrektor

☐ wychowawca

☐ nauczyciel wychowania przedszkolnego

☐ nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej (1-3)

☐ nauczyciel w szkole podstawowej (4-8)

☐ nauczyciel w szkole średniej

Hasło *

Powtórz hasło *

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych.

Założ konto

DANE SZKOŁY

wyszukaj szkołę po nazwie, lub adresie

lub
podaj numer RSP0, a dane uzupełnią się
automatycznie
sprawdź tutaj: <https://rspo.men.gov.pl/>

Numer RSP0

lub
jeśli nie ma szkoły w bazie, wpisz dane ręcznie

Nazwa szkoły *

Ulica

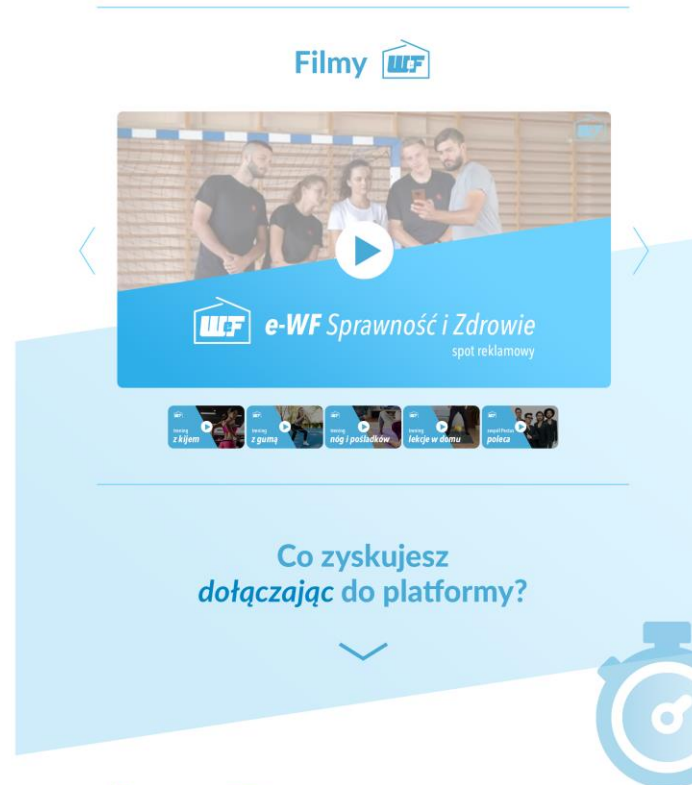
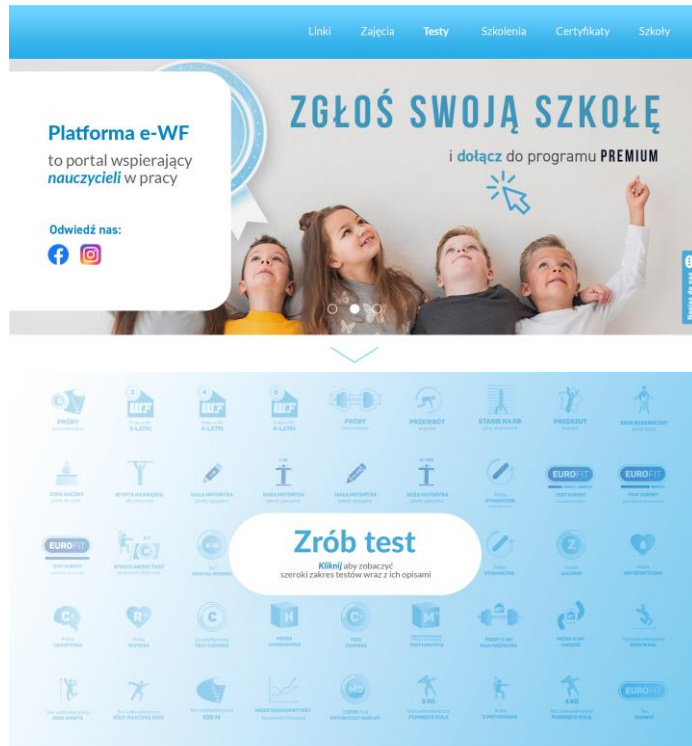
Nr

Kod poczt. *

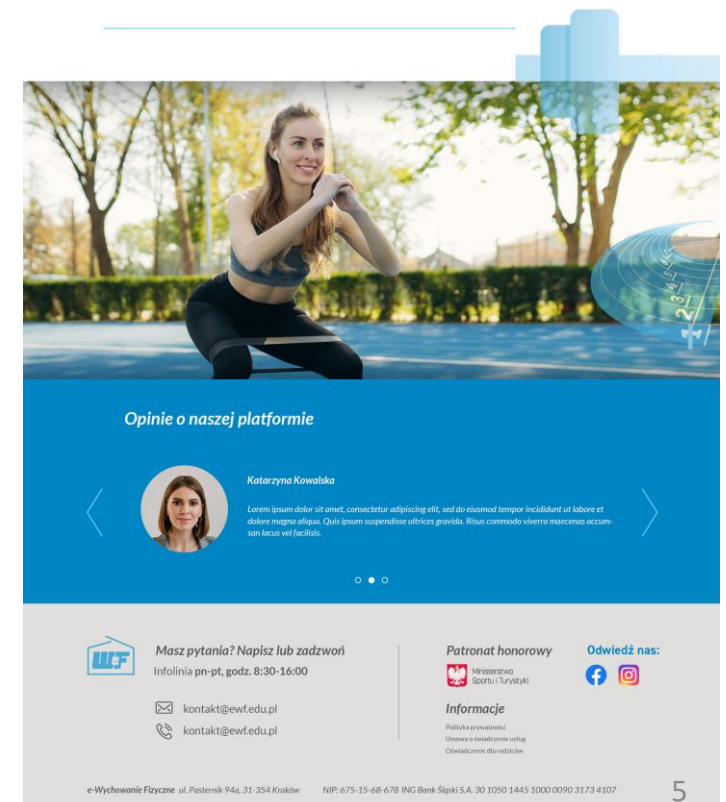
Miasto *

* pole wymagane

Strona główna



- ▶ Nieocenioną **pomoc** w przygotowaniu i prowadzeniu lekcji
- ▶ Zajęcia prowadzone zgodnie z podstawą programową
- ▶ Odbiorcą i stale powiększającą się **bazę lekcji i zadań domowych** w atrakcyjnej formie video
- ▶ Zajęcia prowadzone i konsultowane z **wykwalfikowanymi trenerami**
- ▶ Cykliczne **szkolenia dla nauczycieli** WF oraz dyrektorów szkół
- ▶ **Dostęp** do programu wspierającego powrót dzieci do szkół „e-WF Sprawność i Zdrowie”
- ▶ **Diagnostowanie i testowanie sprawności uczniów stacjonarnie oraz online**



Zarządzanie szkołami, klasami i uczniami

MOJE KLASY

Klasa: **3 Grupa III**
Przedszkole

Klasa: **8 a**
Szkoła podstawowa

Klasa: **5 b**
Szkoła podstawowa

Klasa: **5 a**
Szkoła podstawowa

Klasa: **4 V**
Szkoła podstawowa

Klasa: **3 a**
Szkoła podstawowa

Klasa: **2 a**
Szkoła podstawowa

Klasa: **1 a**
Szkoła podstawowa

+ Dodaj klasę

Rok szkolny
2021 / 2022

DANE KLASY

Rodzaj placówki
Szkoła podstawowa

Klasa (np.: "A", lub "A - chłopcy")
Klasa 8 a

Liczba uczniów w klasie
24

Aktualizuj dane klasy

Usuń klasę

Raporty

Obecność

Testy

DANE UCZNIÓW

+ Dodaj ucznia

Ustaw wszystkim uczniom rok urodzenia: Ustaw

Ustaw wszystkim uczniom płeć: Chłopcy Ustaw

Nr	Uczeń	Data urodzenia	Płeć	Raporty	Strona dla ucznia	Opcje
1	Szymon A.	Kwi 2009	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
2	uczeń 2	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
3	uczeń 3	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
4	uczeń 4	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
5	uczeń 5	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
6	uczeń 6	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
7	uczeń 7	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
8	Darek F.	Kwi 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
9	uczeń 9	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
10	uczeń 10	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
11	uczeń 11	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
12	uczeń 12	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
13	uczeń 13	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
14	uczeń 14	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
15	Dariusz W.	Maj 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
16	uczeń 16	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
17	uczeń 17	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
18	uczeń 18	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
19	uczeń 19	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś
20	uczeń 20	Sty 2008	Ch.	Raporty	Pokaż Skopiuj link	Usuń Przenieś

Aktualizuj dane uczniów

Raporty

Obecność

Testy

6

Przygotowanie nowego testu

Testy

Wszystkie testy
Wydolnościowe
Sprawnościowe
Lekkoatletyczne
Pływakie
Wiedzy

PRÓBY Gardzwickiej	PRÓBY 3-LATKI	PRÓBY 4-LATKI	PRÓBY 4-LATKI	PRÓBY Osiemnastego	PRZEWROT w przód	STANIE NA RR przy słupkach	PRZERZUT bokiem	SKOK ROZKROCOZNY przez barierę
SKOK KUCZYNY przez barierę	WYHYK NA DRĄŻKU dla chłopców	MAŁA MOTORYKA słaby specjalne	DUŻA MOTORYKA słaby specjalne	MAŁA MOTORYKA słaby specjalne	DUŻA MOTORYKA słaby specjalne	PRÓBY DYNAMICZNE słaby specjalne	EUROFIT TEST EURORT sprawnościowe	EUROFIT TEST EURORT sprawnościowe
EUROFIT TEST EURORT sprawnościowe	WROCŁAWSKI TEST sprawnościowe	K-W Test KRAUS-WEISER	D Test DENISKA	C Pomiar CZASU REAKCJI	PRÓBY STATYCZNE	PRÓBY DYNAMICZNE	Z Indeks ZUCHOWY	H Próba ORTOSTATYCZNA
C Próba CRAMPTONA	R Próba RUPERA	C Zmodyfikowany TEST COOPERA	H PRÓBA HARKWICKA	C TEST COOPERA	M TEST MONTYVA	PRÓBY E-WF SIŁA HĘDROWA	PRÓBY E-WF SIŁA HĘDROWA	Test Lekkoatletyczny SKOK W DŁ
Test Lekkoatletyczny SKOK WZWYŻ	Test Lekkoatletyczny RZUT PIŁECZKA 1000	Test Lekkoatletyczny 100 M	MIĘDYNARODOWY TEST Sprawnościowe	C CZESKI TEST MONTYVA	3 KG Test Lekkoatletyczny POCHWYĆ KULĘ	PRÓBY Z PRZYSTADKAMI	4 KG Test Lekkoatletyczny POCHWYĆ KULĘ	EUROFIT Test EURORT
PRÓBY Gardzwickiej	PRÓBY 3-LATKI	PRÓBY 4-LATKI	PRÓBY 4-LATKI	PRÓBY Osiemnastego	PRZEWROT w przód	STANIE NA RR przy słupkach	PRZERZUT bokiem	SKOK ROZKROCOZNY przez barierę
SKOK KUCZYNY przez barierę	WYHYK NA DRĄŻKU dla chłopców	MAŁA MOTORYKA słaby specjalne	DUŻA MOTORYKA słaby specjalne	MAŁA MOTORYKA słaby specjalne	DUŻA MOTORYKA słaby specjalne	PRÓBY DYNAMICZNE słaby specjalne	EUROFIT TEST EURORT sprawnościowe	EUROFIT TEST EURORT sprawnościowe
EUROFIT TEST EURORT sprawnościowe	WROCŁAWSKI TEST sprawnościowe	K-W Test KRAUS-WEISER	D Test DENISKA	C Pomiar CZASU REAKCJI	PRÓBY STATYCZNE	PRÓBY DYNAMICZNE	Z Indeks ZUCHOWY	H Próba ORTOSTATYCZNA
C Próba CRAMPTONA	R Próba RUPERA	C Zmodyfikowany TEST COOPERA	H PRÓBA HARKWICKA	C TEST COOPERA	M TEST MONTYVA	PRÓBY E-WF SIŁA HĘDROWA	PRÓBY E-WF SIŁA HĘDROWA	Test Lekkoatletyczny SKOK W DŁ
Test Lekkoatletyczny SKOK WZWYŻ	Test Lekkoatletyczny RZUT PIŁECZKA 1000	Test Lekkoatletyczny 100 M	MIĘDYNARODOWY TEST Sprawnościowe	C CZESKI TEST MONTYVA	3 KG Test Lekkoatletyczny POCHWYĆ KULĘ	PRÓBY Z PRZYSTADKAMI	4 KG Test Lekkoatletyczny POCHWYĆ KULĘ	EUROFIT Test EURORT

Podgląd testu



Próba Harwardzka

Cześć!

Jestem Mikołaj i zapraszam Cię do wykonania razem ze mną testu sprawnościowego, dzięki któremu sprawdzisz wydolność swojego organizmu.

Zaczynamy!

[Kliknij aby zobaczyć szeroki zakres testów wraz z ich opisami](#)

Sposób przeprowadzenia próby:



Dziewczęta
Wchodzi na stopień o wysokość 46 cm przez 4 min. w tempie 30 wejść na min.



Chłopcy
Wchodzi na stopień o wysokość 51 cm przez 5 min. w tempie 30 wejść na min.

Potrzebujesz:

• schody, krzesło lub stopień • zegarek lub stoper

Uzupełnij:

Podaj swoją wysokość ciała: cm

Podaj swoją masę ciała: kg

Wszystkie ćwiczenia wykonuj pod nadzorem opiekunów

OK

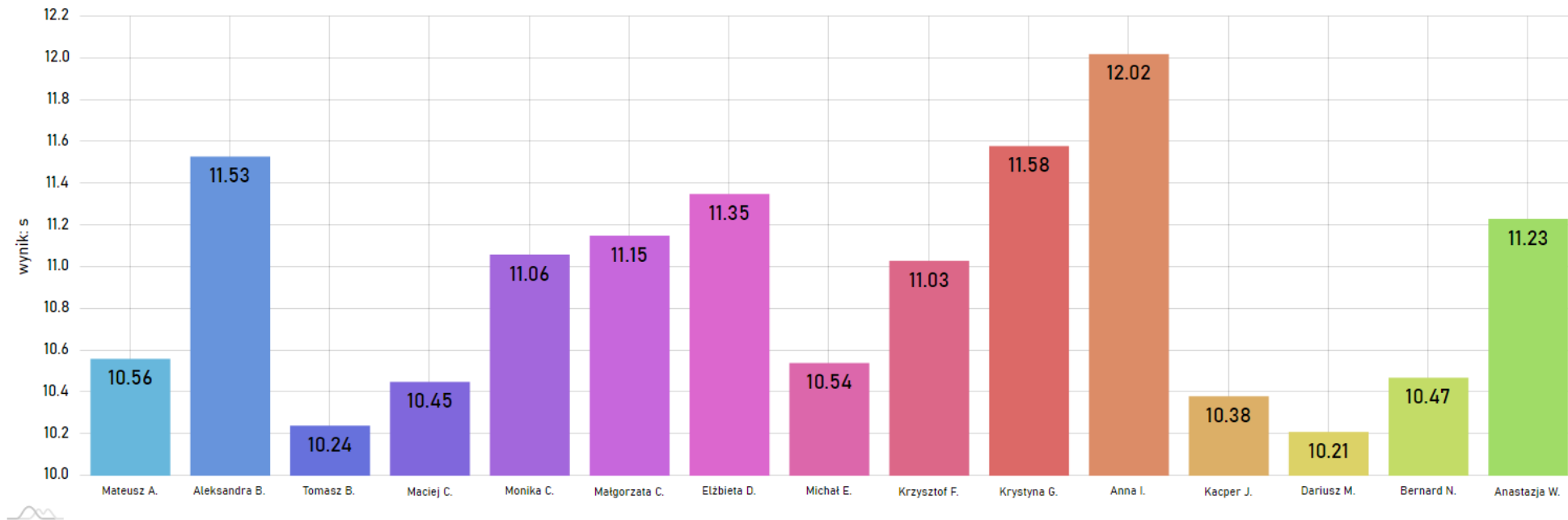
Obejrzyj film instruktażowy:



Wprowadzanie wyników testu

Nr ▼	Uczeń	Próba 1 ⓘ	Próba 2 ⓘ	Wynik	Data	Notatka nauczyciela	
1	Mateusz A.	10.56 s	<input type="text"/> s	10.56 s ▼	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
2	Aleksandra B.	11.53 s	<input type="text"/> s	11.53 s ▲	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
3	Tomasz B.	10.24 s	<input type="text"/> s	10.24 s ▼	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
4	Maciej C.	10.45 s	<input type="text"/> s	10.45 s ▼	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5	Monika C.	11.06 s	<input type="text"/> s	11.06 s ▲	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
6	Małgorzata C.	11.15 s	<input type="text"/> s	11.15 s ▲	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
7	Elżbieta D.	11.35 s	<input type="text"/> s	11.35 s ▲	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
8	Michał E.	10.54 s	<input type="text"/> s	10.54 s ▼	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
9	Krzysztof F.	11.03 s	<input type="text"/> s	11.03 s ▲	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
10	Krystyna G.	11.58 s	<input type="text"/> s	11.58 s ▲	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
11	Anna I.	12.02 s	<input type="text"/> s	12.02 s ▲	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
12	Kacper J.	10.38 s	<input type="text"/> s	10.38 s ▼	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
13	Dariusz M.	10.21 s	<input type="text"/> s	10.21 s ▼	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
14	Bernard N.	10.47 s	<input type="text"/> s	10.47 s ▼	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
15	Anastazja W.	11.23 s	<input type="text"/> s	11.23 s ▲	21.09.2021	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Średnia klasy:				10.92 s	▲ powyżej średniej ▼ poniżej średniej		

Analiza wyników uczniów w klasie

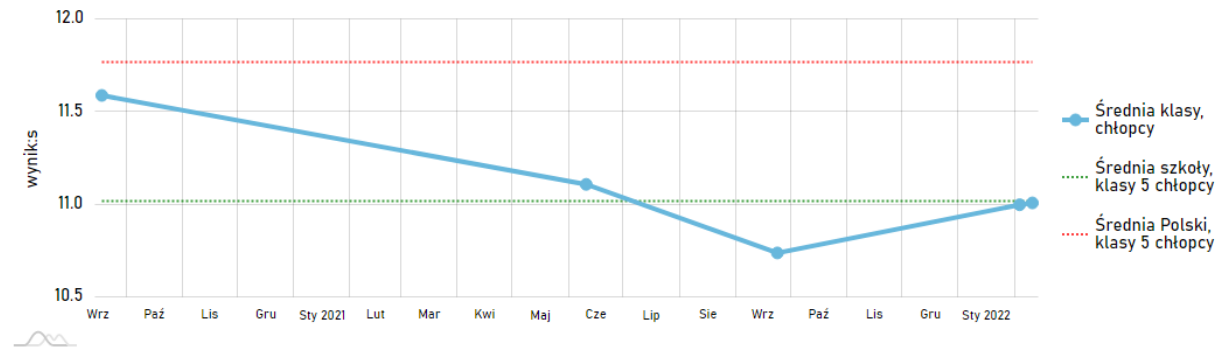


Analiza postępów klasy w kolejnych testach



60 m

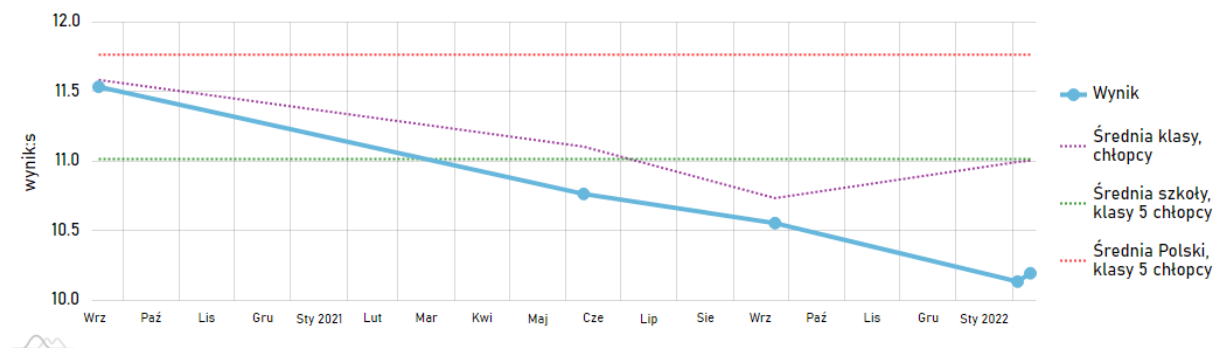
Utworzony	Typ	Średnia klasy, chłopcy
czwartek, 17.09.2020	Stacjonarny	11.59 s
sobota, 12.06.2021	Stacjonarny	11.11 s
wtorek, 21.09.2021	Stacjonarny	10.74 s
poniedziałek, 31.01.2022	Stacjonarny	11 s
wtorek, 08.02.2022	Stacjonarny	11.01 s
Średnia szkoły, klasy 5 chłopcy		11.02 s
Średnia Polski, klasy 5 chłopcy		11.77 s



Analiza postępów ucznia w kolejnych testach



Utworzony	Typ	Próba 1	Próba 2	Wynik	Wypełniony	Notatka nauczyciela	Średnia klasy, chłopcy
czwartek, 17.09.2020	Stacjonarny	11,65 s	11,54 s	11.54 s ▼	17.08.2021		11.59 s
sobota, 12.06.2021	Stacjonarny	10,77 s	10,90 s	10.77 s ▼	10.02.2022		11.11 s
wtorek, 21.09.2021	Stacjonarny	10.56 s		10.56 s ▼	21.09.2021		10.74 s
poniedziałek, 31.01.2022	Stacjonarny	10,14 s		10.14 s ▼	31.01.2022		11 s
wtorek, 08.02.2022	Stacjonarny	10,4 s	10.2 s	10.2 s ▼	10.02.2022		11.01 s
Średnia szkoły, klasy 5 chłopcy				11.02 s			
Średnia Polski, klasy 5 chłopcy				11.77 s			



Wprowadzanie informacji o zdrowiu uczniów



Podaj aktualną wysokość ciała ucznia:

 cm

Podaj aktualną masę ciała ucznia:

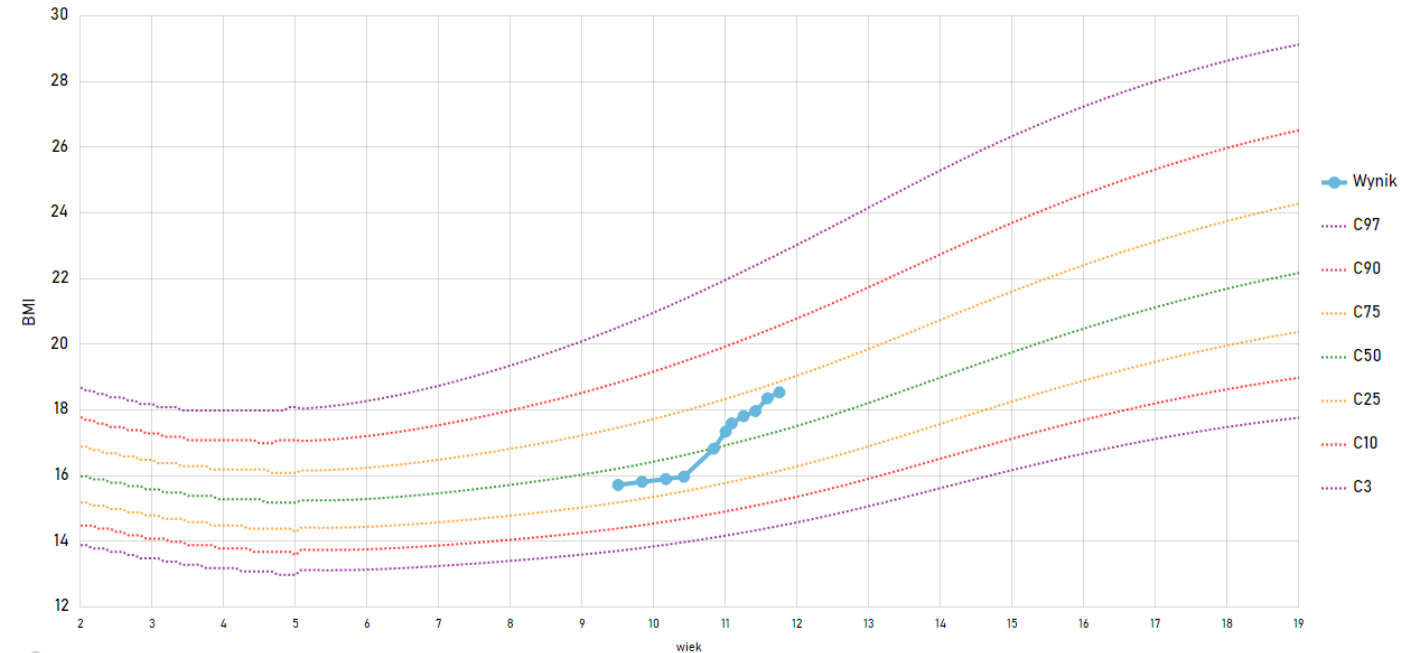
 kg

Zapisz wysokość i masę ciała

Analiza wyników ucznia

Data	Wiek	Wysokość	Masa	BMI
wtorek, 22.10.2019	9.5 lat	131 cm	27 kg	15.7 pkt
sobota, 22.02.2020	9.8 lat	133 cm	28 kg	15.8 pkt
piątek, 12.06.2020	10.2 lat	135 cm	29 kg	15.9 pkt
wtorek, 22.09.2020	10.4 lat	137 cm	30 kg	16.0 pkt
czwartek, 18.02.2021	10.8 lat	140 cm	33 kg	16.8 pkt
sobota, 10.04.2021	11.0 lat	142 cm	35 kg	17.4 pkt
czwartek, 13.05.2021	11.1 lat	143 cm	36 kg	17.6 pkt
piątek, 16.07.2021	11.3 lat	146 cm	38 kg	17.8 pkt
środa, 29.09.2021	11.4 lat	151 cm	41 kg	18.0 pkt
poniedziałek, 22.11.2021	11.6 lat	153 cm	43 kg	18.4 pkt
poniedziałek, 31.01.2022	11.8 lat	154 cm	44 kg	18.6 pkt

Siatka centylowa BMI: Chłopcy



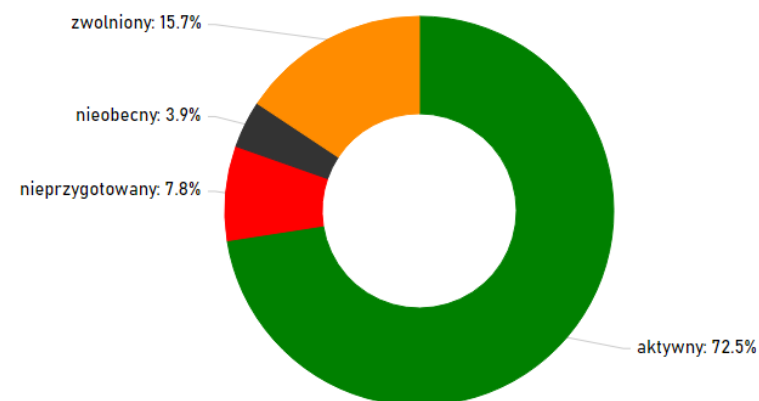
Wprowadzanie informacji o aktywności uczniów

ŚRODA, 24.11.2021, 09:00

Nr	Uczeń	Aktywny	Nieprzygotowany	Nieobecny	Zwolniony
1	Mateusz A.				✓
2	Aleksandra B.	✓			
3	Tomasz B.			✓	
4	Maciej C.	✓			
5	Monika C.				✓
6	Małgorzata C.	✓			
7	Elżbieta D.		✓		
8	Michał E.	✓			
9	Krzysztof F.	✓			
10	Krystyna G.	✓			
11	Anna I.				✓
12	Kacper J.	✓			
13	Dariusz M.		✓		
14	Bernard N.	✓			
15	Anastazja W.	✓			
Razem:		9 / 60.0%	2 / 13.3%	1 / 6.7%	3 / 20.0%

Monitorowanie aktywności ucznia na kolejnych zajęciach

Data	Aktywny	Nieprzygotowany	Nieobecny	Zwolniony
wtorek, 08.02.2022, 10:15				✓
środa, 02.02.2022, 12:00			✓	
poniedziałek, 31.01.2022, 12:04	✓			
piątek, 03.12.2021, 12:15	✓			
środa, 01.12.2021, 09:30	✓			
piątek, 26.11.2021, 10:15	✓			
czwartek, 25.11.2021, 12:00	✓			
środa, 24.11.2021, 09:00				✓
wtorek, 23.11.2021, 10:00	✓			
poniedziałek, 22.11.2021, 12:00				✓
czwartek, 18.11.2021, 12:00	✓			
środa, 17.11.2021, 10:11	✓			
wtorek, 09.11.2021, 12:00	✓			
poniedziałek, 08.11.2021, 10:15	✓			
wtorek, 02.11.2021, 09:15	✓			
czwartek, 28.10.2021, 09:15	✓			
wtorek, 26.10.2021, 12:30	✓			
czwartek, 21.10.2021, 09:15				✓
poniedziałek, 18.10.2021, 14:00	✓			
czwartek, 07.10.2021, 12:30	✓			
środa, 06.10.2021, 12:26		✓		



Monitorowanie aktywności klasy na kolejnych zajęciach

5 A

Monitorowanie postępów klasy

Data	Aktywni	Nieprzygotowani	Nieobecni	Zwolnieni
wtorek, 08.02.2022, 10:15	8	3	1	3
środa, 02.02.2022, 12:00	9	2	1	3
poniedziałek, 31.01.2022, 12:04	9	2	1	3
piątek, 03.12.2021, 12:15	8	2	1	4
środa, 01.12.2021, 09:30	9	2	1	3
piątek, 26.11.2021, 10:15	9	2	1	3
czwartek, 25.11.2021, 12:00	9	3	1	2
środa, 24.11.2021, 09:00	9	2	1	3
wtorek, 23.11.2021, 10:00	8	3	1	3
poniedziałek, 22.11.2021, 12:00	8	3	1	3
czwartek, 18.11.2021, 12:00	9	2	1	3
środa, 17.11.2021, 10:11	10	1	1	3
wtorek, 09.11.2021, 12:00	9	2	1	3
poniedziałek, 08.11.2021, 10:15	9	2	1	3
wtorek, 02.11.2021, 09:15	10	1	1	3
poniedziałek, 13.09.2021, 09:14	13	2		
wtorek, 07.09.2021, 11:46	12	2	1	
poniedziałek, 06.09.2021, 09:40	12	2	1	
piątek, 03.09.2021, 12:15	12	1	1	1
czwartek, 02.09.2021, 09:07	12	2	1	
Razem:	535 / 68.3%	95 / 12.1%	43 / 5.5%	110 / 14.0%

Zarządzanie kontem użytkownika

MOJE KONTO

[Dane użytkownika](#)

[Zmiana hasła](#)

[Moje urządzenia](#)

DANE UŻYTKOWNIKA

Imię *

e-Wychowanie

Nazwisko *

Fizyczne

Telefon

Stanowiska

- ☒ dyrektor
- ☒ wychowawca
- ☒ nauczyciel wychowania przedszkolnego
- ☐ nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej (1-3)
- ☐ nauczyciel w szkole podstawowej (4-8)
- ☐ nauczyciel w szkole średniej

Aktualizuj dane

* pole wymagane

Chcę usunąć konto

Certyfikaty



Dla nauczyciela
Certyfikat ukończenia szkolenia 1. stopnia



Dla szkoły
Certyfikat przystąpienia w roku 2021
do programu Sprawność i Zdrowie

Odbierz certyfikat



2021-11-22, godz. 16:00
Certyfikat uczestnictwa w szkoleniu:
Monitorowanie rozwoju i sprawności fizycznej dzieci i młodzieży



2021-06-09, godz. 16:00
Certyfikat uczestnictwa w szkoleniu:
Aspekty prawne w edukacji



2021-06-08, godz. 16:00
Certyfikat uczestnictwa w konferencji:
Jak oceniać i niwelować negatywne skutki pandemii na lekcjach WF



2021-05-12, godz. 16:30
Certyfikat uczestnictwa w szkoleniu:
Lekcje wychowania fizycznego po okresie zdalnego nauczania



2021-04-28, godz. 16:30
Certyfikat uczestnictwa w szkoleniu:
Diagnostyka oraz testowanie sprawności uczniów, możliwości i zasady korzystania z programu e-WF Sprawność i Zdrowie

Strefa szkoleń dla nauczycieli

KONSULTACJE ONLINE

Serdecznie zapraszamy na konsultacje z naszymi specjalistami, którzy odpowiedzą na każde pytanie i pokażą jak ułatwić sobie pracę korzystając z olbrzymich możliwości programu PREMIUM Sprawność i Zdrowie.

Prowadzący	Dzień tygodnia	Godzina	Link
Dr Adam K	Poniedziałek	19:00 - 20:00	Zapisz się na spotkanie
	Czwartek	17:00 - 18:00	
Tomasz B	Wtorek	10:00 - 11:00	
	Środa	09:00 - 10:00	
	Piątek	14:00 - 15:00	

Uwaga:

Istnieje możliwość indywidualnego ustalenia terminu konsultacji dla grupy nauczycieli po wcześniejszym uzgodnieniu.

SZKOLENIE ONLINE 22.11.2021

Monitorowanie rozwoju i sprawności fizycznej dzieci i młodzieży - seminarium Metis oraz eWF.edu.pl



Do pobrania:

[Wybrane zalecenia żywieniowe dla dzieci i młodzieży](#)

SZKOLENIE ONLINE 09.06.2021

"Przemoc wobec nauczycieli w szkole" - obowiązki dyrekcji, prawa nauczyciela.

