

## 2020 M. MOLĖTŲ R. SAV. MOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ GYVENSENOS TYRIMO REZULTATAI

2020 metais visose Lietuvos savivaldybėse buvo atliktas mokyklinio amžiaus 5, 7 ir 9 (I gimnazijos) klasių mokinių gyvensenos tyrimas. Tyrimas atliktas įgyvendinant Sveikatos apsaugos ministro įsakymą, įtvirtinantį periodinius gyvensenos tyrimus kaip visuomenės sveikatos stebėsenos elementus.

Tyrimas atskleidė esamą mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos situaciją atskirose savivaldybėse ir bendrai Lietuvoje, pateikiant įrodymus kryptingam sveikatą stiprinančios veiklos planavimui konkrečioje savivaldybėje, o ateityje atlikus daugiau pakartotinių tyrimų bus galima stebėti rodiklių pokyčius.

Tyrimas atliktas vadovaujantis Higienos instituto (toliau – HI) parengta gyvensenos tyrimų organizavimo ir vykdymo metodika. Anketinei apklausai naudotas su Sveikatos apsaugos ministerija suderintas standartizuotas klausimynas.

Vaikų gyvensenos stebėsenos rodikliai suskirstyti į 3 grupes:

- ✓ laimingumas, sveikatos ir išvaizdos vertinimas;
- ✓ sveikatos elgsena (fizinis aktyvumas, pasyvus laisvalaikis ir mitybos įpročiai, burnos higiena);
- ✓ rizikingas elgesys (tabako, elektroninių cigarečių rūkymas, alkoholio, narkotinių medžiagų vartojimas, patyčios ir saugumas kelyje, namuose bei mokykloje).

2020 m. mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos tyrimo duomenų bazę sudarė 35 562 respondentų užpildytos anketos, iš kurių 335 anketas užpildė Molėtų r. sav. moksleiviai, iš jų 121 buvo 5 kl. mokiniai, 102 – 7 kl. mokiniai, 112 – 9 arba I gimnazijos klasės mokiniai (žr. 1 lentelę). Apklausos pradėtos vykdyti 2020 m. kovo mėnesį (iki galo jos atliktos 2 savivaldybėse, tačiau dėl COVID-19 ligos epidemiologinės situacijos ir Lietuvos teritorijoje paskelbto visuotinio karantino kuriam laikui nutrauktos. Apklausos tęstos rugsėjo–spalio mėnesiais.

1 lentelė. Respondentų skaičius Lietuvoje ir Molėtų r. 2016 ir 2020 m.

		Iš viso	5 klasė	7 klasė	9 klasė
Lietuva	2016 m.	38 633	12 708	12 449	13 148
	2020 m.	35 562	12 203	11 843	11 164
Molėtų r.	2016 m.	441	120	126	193
	2020 m.	335	121	102	112

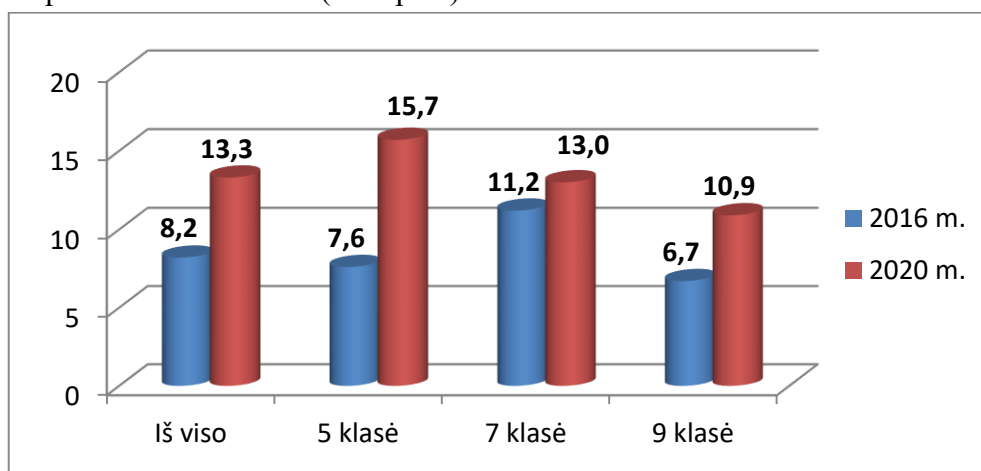
2020 m. Molėtų r. vaikų gyvensenos tyrimo duomenimis, sumažėjo mokinių skaičius, kurie jaučiasi laimingi galvodami apie savo dabartinį gyvenimą ir savo sveikatą vertina gerai. 5 klasės mokinių vertinimai yra geresni už kitų klasių mokinių (žr. 2 lentelę).

2 lentelė. Mokinių laimingumas, sveikatos ir išvaizdos vertinimas pagal klases (proc.)  
2016 m. ir 2020 m.

		Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie jaučiasi labai laimingi arba pakankamai laimingi galvodami apie savo dabartinį gyvenimą, dalis (proc.)			Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie savo sveikatą vertina labai gerai arba gerai, dalis (proc.)		
Molėtų r.		5 klasė	7 klasė	9 klasė	5 klasė	7 klasė	9 klasė
	2016 m.	89,9	85,7	89,1	89,7	86,4	86,8
	2020 m.	77,1	74,5	73,6	81,7	83,3	83,9

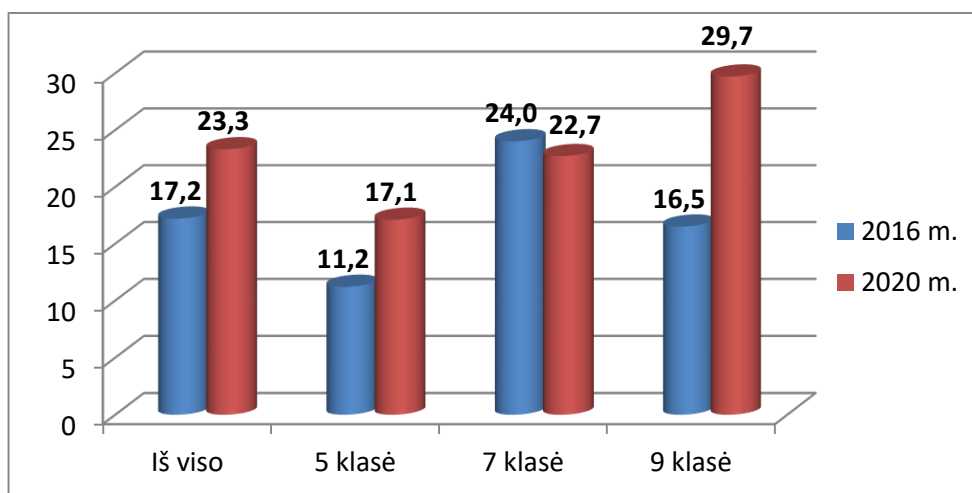
Beveik kas trečias (39,3 proc.) tyrime dalyvavęs mokinys 5 ir daugiau dienų mankštinosi ar sportavo bent 60 minučių.

Lyginant su 2016 m. nežymiai padaugėjo mokinių, kurie kasdien, ne pamokų metu mankštinosi ar sportavo bent 60 min. (žr. 1 pav.).



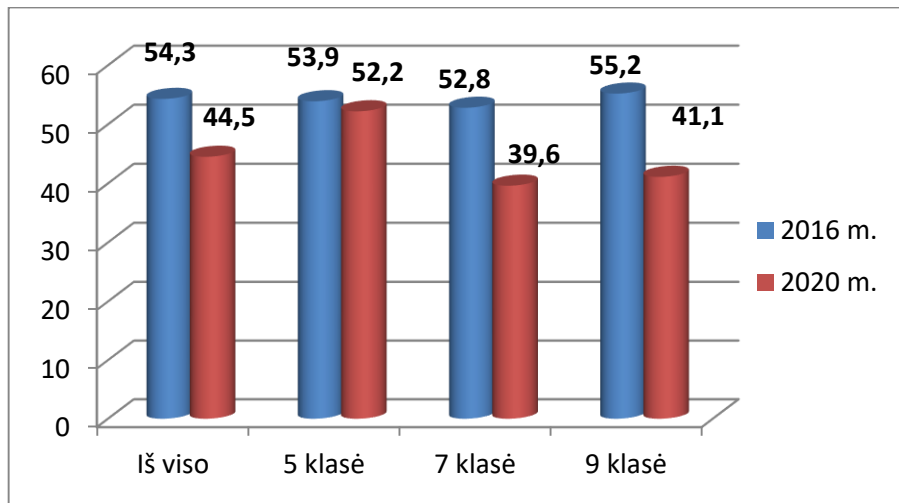
1 pav. Mokinių, fizinis aktyvumas ne pamokų metu, dalis (proc.) 2016 m. ir 2020 m.

Padaugėjo mokinių, kurie vidutiniškai 4 ir daugiau valandų per dieną praleidžia prie ekranų (televizoriaus, kompiuterio, planšetės, išmaniojo telefono ir etc.). Lyginant pagal klases naudojamas ekranais daugiausia išaugo 9 klasėje (žr. 2 pav.), tai galėjo paveikti ir karantino metu susiklosčiusi situacija: nuotolinis mokymasis, judėjimo apribojimai ir kt.



2 pav. Mokinių, kurie vidutiniškai 4 ir daugiau valandų per dieną praleidžia prie ekranų, dalis (proc.) 2016 m. ir 2020 m.

Mažėjo mokinių skaičius, kurie kasdien pusryčiauja (žr. 3 pav.) ir bent kartą per dieną valgo daržoves (išskyrus bulves) ir vaisius (neskaitant sulčių) (žr. 3 lentelę).

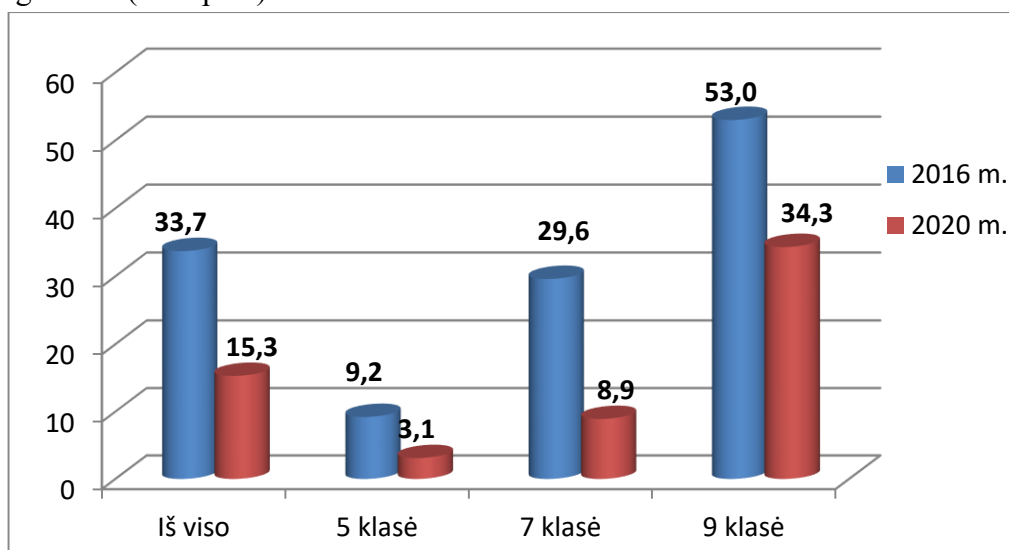


3 pav. Mokinių, kasdien valgančių pusryčius, dalis (proc.) 2016 m. ir 2020 m.

3 lentelė. Utenos r. mokinių, bent kartą per dieną valgančių vaisius ir daržoves, dalis (proc.) 2016 m. ir 2020 m.

		Iš viso	5 klasė	7 klasė	9 klasė
Mokyklinio amžiaus vaikų, bent kartą per dieną valgo vaisius (neskaitant sulčių), dalis (proc.)	2016 m.	38,1	45,5	52,0	24,7
	2020 m.	36,9	38,8	40,2	31,8
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo daržoves (neskaitant bulvių), dalis (proc.)	2016 m.	34,2	32,7	45,1	28,2
	2020 m.	35,6	33,3	34,3	39,3

Daugiau nei per pusę sumažėjo mokinių, kurie per paskutinius 12 mėn., bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus (žr. 4 pav.).



4 pav. Mokinių, kurie per paskutinius 12 mėnesių bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.) 2016 m. ir 2020 m.

Lyginant su 2016 m. mažiau mokinių teigė, kad nukentėjo nuo patyčių ir patys tyčiojosi (žr. 4 lentelę).

4 lentelė. Mokinių, iš kurių tyčiojosi kurie patys tyčiojosi iš kitų vaikų per paskutinius du mėnesius, dalis (proc.) 2016 m. ir 2020 m.






		Iš viso	5 klasė	7 klasė	9 klasė
Mokyklinio amžiaus vaikų, iš kurių tyčiojosi per paskutinius du mėnesius, dalis (proc.)	2016 m.	40,0	44,5	50,8	30,2
	2020 m.	37,5	48,8	42,6	20,7
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie patys tyčiojosi iš kitų vaikų per paskutinius du mėnesius, dalis (proc.)	2016 m.	38,5	37,6	51,2	30,7
	2020 m.	22,7	18,2	32,4	18,8

Daugiau vaikų gyvenenos tyrimo rezultatų pateikiama 5 lentelėje. Spalvinis žymėjimas rodo: situacijos gerėjimą – žalia spalva, blogėjimą – raudona spalva, jei pokyčio nėra – geltona spalva (5 lentelė).

5 lentelė. Vaikų gyvenenos tyrimo rezultatai 2020 m.

Rodiklio pavadinimas	Savivaldybės rodiklio reikšmė 2020 m.	Savivaldybės rodiklio reikšmė 2016 m.	Lietuvos rodiklio reikšmė	Santykis savivaldybė/Lietuva
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie jaučiasi labai laimingi arba pakankamai laimingi galvodami apie savo dabartinį gyvenimą, dalis (proc.)	75,2	88,4	73,2	1,03
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie savo sveikatą vertina labai gerai arba gerai, dalis (proc.)	82,9	87,5	79,8	1,04
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie yra patenkinti savo išvaizda, dalis (proc.)	44,6	*	40,8	1,09
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie 5 ir daugiau dienų mankština ar sportuoja bent 60 minučių (skaičiuojasi kartu su fizinio ugdymo pamokomis), dalis (proc.)	39,3	*	38,1	1,03
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie kasdien ne pamokų metu mankština ar sportuoja bent 60 minučių, dalis (proc.)	13,3	8,2	13,6	0,98
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie vidutiniškai 4 ir daugiau valandų per dieną praleidžia prie ekranų (televizoriaus, kompiuterio, planšetė, išmaniojo telefono), dalis (proc.)	23,3	17,2	25,0	0,93
Mokyklinio amžiaus vaikų, kasdien valgančių pusryčius, dalis (proc.)	44,5	54,3	45,5	1,00
Mokyklinio amžiaus vaikų, bent kartą per dieną valgo vaisius (neskaitant sulčių), dalis (proc.)	36,9	38,1	34,7	1,06
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo daržoves (neskaitant bulvių), dalis (proc.)	35,6	34,2	32,3	1,10

Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo saldumynus, dalis (proc.)	17,5	*	17,4	1,00
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną geria gazuotus saldžiuosius gėrimus, dalis (proc.)	12,3	*	10,6	1,16
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per savaitę geria energinius gėrimus, dalis (proc.)	3,9	*	3,5	1,11
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie papildomai nededa druskos į paruoštą maistą, dalis (proc.)	39,9	*	36,7	1,09
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie valosi dantis šepetėliu ir pasta dažniau nei kartą dažniau nei kartą per dieną, dalis (proc.)	59,7	48,7	57,0	1,05
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą rūkė tabako gaminius, dalis (proc.)	5,5	*	7,0	0,79
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bent kartą rūkė tabako gaminius, dalis (proc.)	13,0	*	12,7	1,02
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą rūkė elektronines cigaretes ar naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis (proc.)	11,3	*	12,2	0,92
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bent kartą rūkė elektronines cigaretes ar naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis (proc.)	19,3	*	20,1	0,96
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.)	8,4	19,0	10,6	0,79
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.)	15,3	33,7	21,9	0,70
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per savo gyvenimą vartojo kanapes („žolę“, marihuaną, hašišą), dalis (proc.)	1,8	*	3,2	0,56
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per savo gyvenimą vartojo kitus narkotikus nei kanapes, dalis (proc.)	1,5	*	1,8	0,83
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešioja atšvaitus, dalis (proc.)	28,7	24,8	25,6	1,12
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada segi saugos diržą važiuodami automobiliu, dalis (proc.)	83,1	77,8	80,3	1,03
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada dėvi šalmą važiuodami dviračiu, dalis (proc.)	9,2	*	9,3	0,99
Mokyklinio amžiaus vaikų, iš kurių tyčiojosi per paskutinius du mėnesius, dalis (proc.)	37,5	40	33,0	1,14
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie patys tyčiojosi iš kitų mokinių per paskutinius du mėnesius, dalis (proc.)	22,7	38,5	24,9	0,92

Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų patyrė patyčias per socialinius tinklus, elektroniniu paštu ar telefonu, dalis (proc.)	8,0 	*	9,3	0,86
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių patyrė patyčias per socialinius tinklus, elektroniniu paštu ar telefonu, dalis (proc.)	18,8 	*	15,9	1,18
Mokyklinio amžiaus vaikų, kuriuos per paskutinius 2 mėnesius mušė ar kitaip fiziškai baudė tėvai, dalis, (proc.)	5,4 	*	8,2	0,66
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie jaučiasi saugūs namų aplinkoje, dalis (proc.)	98,2 	*	96,2	1,02
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie jaučiasi saugūs mokyklos aplinkoje, dalis (proc.)	88,7 	*	85,3	1,04

\*2016 m. duomenų nėra

## IŠVADOS

- Molėtų r. sav. anketas užpildė 335 moksleiviai.
- 2020 m. Molėtų r. vaikų gyvensenos tyrimo duomenimis, sumažėjo mokinių skaičius, kurie jaučiasi laimingi galvodami apie savo dabartinį gyvenimą ir savo sveikatą vertina gerai.
- Lyginant su 2016 m. nežymiai padaugėjo mokinių, kurie kasdien, ne pamokų metu mankštinosi ar sportavo bent 60 min.
- Padaugėjo mokinių, kurie vidutiniškai 4 ir daugiau valandų per dieną praleidžia prie ekranų (televizoriaus, kompiuterio, planšetės, išmaniojo telefono ir etc.). Lyginant pagal klases naudojamasis ekranais daugiausia išaugo 9 klasėje, tai galėjo paveikti ir karantino metu susiklosčiusi situacija: nuotolinis mokymasis, judėjimo apribojimai ir kt.
- Mažėjo mokinių skaičius, kurie kasdien pusryčiauja ir bent kartą per dieną valgo daržoves (išskyrus bulves) ir vaisius (neskaitant sulčių).
- Beveik per pusė sumažėjo mokinių, kurie per paskutinius 12 mėn., bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus.
- Lyginant su 2016 m., mažiau mokinių teigė, kad nukentėjo nuo patyčių ir patys tyčiojosi.

Duomenų šaltinis: Higienos instituto Visuomenės sveikatos technologijų centro Visuomenės sveikatos tyrimų skyrius „Mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos tyrimas 2020 m. rodiklių suvestinė-ataskaita“

2020 m. mokyklinio amžiaus vaikų tyrimo klausimynas. Prieiga per internetą:

<[https://www.hi.lt/uploads/pdf/padaliniai/GYVENSENA/vaiku\\_gyvensenos\\_klausimynas\\_2020.pdf](https://www.hi.lt/uploads/pdf/padaliniai/GYVENSENA/vaiku_gyvensenos_klausimynas_2020.pdf)>