

**2020 M. ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS 5, 7, 9 KLASIŲ MOKINIŲ GYVENSENOS TYRIMO ATASKAITA**

Parengė:

Visuomenės sveikatos specialistė,

vykdanti visuomenės sveikatos stebėseną

Jurgita Valančienė

Mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos rodiklių ataskaitoje pateikiami 2020 metais visose Lietuvos savivaldybėse atlikto antrojo mokyklinio amžiaus 5, 7 ir 9 (pirmų gimnazijos) klasių mokinių gyvensenos tyrimo rezultatai. Tyrimas atliktas vykdant Sveikatos apsaugos ministro įsakymą , nurodantį periodiškai savivaldybėse atlikti gyvensenos tyrimus. Tyrimas atliktas vadovaujantis Higienos instituto (toliau – HI) parengta gyvensenos tyrimų organizavimo ir vykdymo metodika. Anketinei apklausai naudotas su Sveikatos apsaugos ministerija suderintas standartizuotas klausimynas. Šioje ataskaitoje pateikiami Šilalės rajono respondentų duomenys, jų sociodemografinės charakteristikos ir 32 gyvensenos rodikliai, esantys aukščiau minėtu įsakymu patvirtintame vaikų gyvensenos stebėsenos rodiklių sąraše. Rodikliai suskirstyti į tris 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. Apklausos pradėtos vykdyti 2020 m. kovo mėnesį, tačiau dėl COVID19 ligos epidemiologinės situacijos ir Lietuvos teritorijoje paskelbto visuotinio karantino kuriam laikui nutrauktos. Apklausos tęstos rugsėjo–spalio mėnesiais.

Šilalės rajono savivaldybėje mokinių gyvensenos tyrime dalyvavo 628 mokiniai. Pagal klases mokiniai pasiskirstė taip: 229 penktos klasės mokiniai, 190 septintos klasės mokinių ir 206 devintos klasės mokiniai. Šilalės rajono savivaldybėje, tyrime dalyvavusių mokinių amžius svyravo nuo 10 iki 16 metų.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Respondentų skaičius | | | |
| Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |
| Lietuva | 35473 | 12168 | 11807 | 11147 |
| Šilalės r.sav. | 628 | 229 | 190 | 206 |

Mokinių buvo klausiama apie savo šeimos padėtį. Didžioji dalis mokinių (74,1 proc.) nurodė, kad gyvena su abiem tėvais, kas ketvirtas vaikas (23,3 proc.) gyvena su vienu iš tėvų.

Vykdant tyrimą, Šilalės rajone 72,7 proc. apklaustų mokinių nurodė, jog yra laimingi arba pakankamai laimingi galvodami apie savo dabartinį gyvenimą (Lietuvoje – 73,2 proc.), o savo sveikatą vertina puikiai arba gerai – 80,6 proc. (Lietuvoje – 79,8 proc.).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų,  kurie jaučiasi labai laimingi arba  pakankamai laimingi vertindami  savo dabartinį gyvenimą, dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie savo sveikatą vertina kaip gerą arba labai gerą, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Iš viso | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 73,2 | 80,0 | 70,08 | 68,3 | 79,8 | 85,0 | 79,7 | 74,3 |
| Šilalės r.sav. | 72,7 | 78,5 | 73,7 | 65,5 | 80,6 | 84,3 | 81,6 | 75,2 |

Vertinant savo išvaizdą, Šilalės r. ja patenkinti 42,5 proc.mokinių. Šalyje šis skaičius nežymiai mažesnis – 40,8 proc.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų,  patenkinti savo išvaizda, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Iš viso | | |
| 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |
| Lietuva | 40,8 | 52,8 | 37,1 | 31,7 |
| Šilalės r.sav. | 42,5 | 55,9 | 42,1 | 28,2 |

Kasdienis fizinis aktyvumas turi didelę reikšmę vaikų sveikatai, yra būtinas jų fiziniam, pažintiniam vystymuisi, taip pat sveikatai ir fiziškai aktyviai gyvensenai suaugus. Mažas fizinis aktyvumas vaikystėje yra kai kurių ligų sveikatos rizikos veiksnys. Didėja mokyklinio amžiaus vaikų, kurie kasdien ne pamokų metų mankštinasi ar sportuoja bent 60 minučių, dalis – 13,1 proc. (Lietuvoje 13,6 proc.) ir mažiau laiko praleidžia prie ekranų (televizoriaus, kompiuterio, planšetė, išmaniojo telefono) – 20,2 proc. (Lietuvoje – 25 proc.).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie 5 ir daugiau dienų mankštinasi ir sportuoja bent 60 min. ir ilgiau,dalis (skaičiuojant kartu su fizinio ugdymo pamokomis) (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie  kasdien ne pamokų metu mankštinasi ar sportuoja bent 60 minučių dalis  (proc.) | | | |
| Iš viso | Iš viso | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 38,1 | 38,5 | 39,5 | 33,5 | 13,6 | 15,7 | 13,5 | 11,5 |
| Šilalės r.sav. | 32,9 | 29,8 | 34,7 | 36,3 | 13,1 | 17,0 | 11,1 | 10,7 |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie vidutiniškai 4 ir daugiau valandų per dieną praleidžia prie ekranų (televizoriaus, kompiuterio, telefono) dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Iš viso | | |
| 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |
| Lietuva | 25,0 | 14,4 | 23,3 | 35,6 |
| Šilalės r.sav. | 20,2 | 8,6 | 19,9 | 33,3 |

Sveikatos specialistų teigimu, racionali vaikų mityba – sveikatos pagrindas, turintis įtakos fizinei ir protinei vaikų raidai, imunitetui, darbingumui ir net gyvenimo trukmei. Tikima, kad tvirti sveikos mitybos įpročiai, įgyti, suformuoti vaikystėje ir paauglystėje, išlieka ir turi teigiamą įtaką sveikatai visą likusį gyvenimą. Tyrimas atskleidė, kad mažiau nei pusė (45,5 proc.) Lietuvos apklausos dalyvių kasdien valgo pusryčius, Šilalės rajone, šis skaičius mokinių mažesnis – 40,4 proc. Tokia dalis 5, 7, 9 kl. moksleivių dieną pradeda nuo pusryčių. Taip pat nustatyta, kad Šilalės rajono vaikai per mažai ir per retai valgo daržoves (25 proc.) ir vaisius (29 proc.). Beveik 13,4 proc. rajono vaikų bent kartą per dieną valgo saldumynus, 9,4 proc. bent kartą per dieną geria gazuotus saldžiuosius gėrimus, 22 proc. mokinių bent kartą per savaitę geria energetinius gėrimus, 36,4 proc. nededa papildomai druskos į paruoštą maistą. Padidėjo mokyklinio amžiaus vaikų, kurie valosi dantis šepetėliu ir pasta dažniau nei kartą dažniau nei kartą per dieną, dalis – 53,5 proc. (Lietuvoje – 57 proc.).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kasdien valgančių pusryčius, dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo vaisius (neskaitant sulčių), dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Klasė | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 45,5 | 51,0 | 43,6 | 41,8 | 34,7 | 38,8 | 35,2 | 30,1 |
| Šilalės r.sav. | 40,4 | 41,6 | 43,4 | 36,5 | 29,0 | 34,9 | 28,6 | 22,8 |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo daržoves (neskaitant bulvių), dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie  bent kartą per dieną valgo  saldumynus, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Klasė | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 32,3 | 32,6 | 33,2 | 31,1 | 17,4 | 16,4 | 17,8 | 18,1 |
| Šilalės r.sav. | 25,0 | 28,4 | 25,4 | 21,4 | 13,4 | 13,5 | 13,8 | 12,6 |

Alkoholio, tabako ir kitų narkotikų vartojimas, ypač paauglių, yra svarbi bei aktuali šiandieninė problema, nes sukelia visuomenėje socialinių, mechaninių, ekonominių, teisinių ir kitų problemų. Tyrimo duomenys rodo, kad šių problemų paplitimas ir mastai išlieka itin aktualūs.Tabako gaminių bei elektroninių cigarečių vartojimas – paplitęs reiškinys, bent kartą per metus vartoję tabako gaminius prisipažino 9,9 proc. respondentų Šilalės rajone. Pastebimas sumažėjęs tiek tabako gaminių (tabako gaminius per paskutiniuosius 12 mėn. bent kartą rūkė 15,8 proc. mokinių, elektronines cigaretes -11,2 proc., alkoholinius gėrimus per paskutines 30 dienų vartojo 12,9 proc. Šilalės r. mokinių (šalyje 10,6 proc.).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą rūkė tabako gaminius dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bent kartą rūkė tabako gamius, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Klasė | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 7,0 | 2,1 | 4,8 | 14,8 | 12,7 | 3,4 | 9,8 | 25,8 |
| Šilalės r.sav. | 9,9 | 3,5 | 7,9 | 18,5 | 15,8 | 7,0 | 12,1 | 28,3 |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą rūkė elektronines cigaretes ar naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per pakutinius 12 mėn. Bent kartą rūkė elektronines cigaretes ar naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Klasė | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 12,2 | 3,3 | 9,5 | 24,7 | 20,1 | 5,8 | 19,4 | 36,6 |
| Šilalės r.sav. | 11,2 | 2,6 | 8,9 | 22,4 | 19,7 | 5,2 | 18,4 | 36,4 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius  12 mėnesių bent kartą vartojo alkoholinius  gėrimus, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Klasė | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 10,6 | 4,1 | 8,1 | 20,3 | 21,9 | 8,0 | 18,8 | 40,4 |
| Šilalės r.sav. | 12,9 | 5,7 | 7,9 | 25,9 | 23,9 | 8,7 | 20,0 | 44,9 |

Dar viena šių laikų nerimą kelianti problema – patyčios, neretai sukeliančios ne tik psichologinį diskomfortą, bet ir rimtų sveikatos sutrikimų. Analizės duomenys atskleidė, kad per paskutiniuosius du mėnesius iš kitų tyčiojosi apie 42 proc mokinių). Tyrimas atskleidė, kad visoje šalyje daugiausiai besityčiojančių skaičiuojama tarp 7 klasės moksleivių.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, iš kurių tyčiojosi kiti mokiniai per paskutinius 2 mėn., dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie patys tyčiojosi iš kitų mokinių per paskutinius 2 mėn., dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Klasė | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 33,0 | 37,1 | 36,8 | 23,5 | 24,9 | 22,0 | 28,1 | 24,1 |
| Šilalės r.sav. | 42,0 | 46,1 | 50,3 | 30,1 | 25,1 | 22,8 | 28,6 | 24,4 |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų patyrė patyčias per socialinius tinklus, elektroniniu paštu ar telefonu, dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėn. patyrė patyčias per socialinius tinklus, elektroniniu paštu ar telefonu, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Klasė | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 9,3 | 10,0 | 9,5 | 8,3 | 15,9 | 13,4 | 17,9 | 16,6 |
| Šilalės r.sav. | 11,7 | 9,6 | 10,0 | 15,6 | 19,4 | 12,7 | 22,6 | 23,5 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kuriuos per paskutinius 2 mėn. mušė ar kitaip fiziškai baudė, dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie jaučiasi saugūs namų aplinkoje, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Klasė | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 8,2 | 11,4 | 7,2 | 5,6 | 96,2 | 96,1 | 96,3 | 96,3 |
| Šilalės r.sav. | 9,7 | 12,3 | 7,4 | 8,7 | 95,7 | 96,5 | 95,3 | 95,1 |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie jaučiasi saugūs mokyklos aplinkoje, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Iš viso | | |
| 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |
| Lietuva | 85,0 | 85,9 | 83,2 | 86,8 |
| Šilalės r.sav. | 83,4 | 85,9 | 78,4 | 85,9 |

Šilalės r. mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešioja atšvaitus buvo 31,4 proc., tuo tarpu šalyje šis skaičius buvo 25,6 proc., vaikų,kurie visada segi saugos diržą važiuodami automobiliu dalis sudarė 19 proc. (šalyje šis skaičius buvo 80,3), o mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada dėvi šalmą važiuodami dviračiu, dalis sudarė 9,6 proc. (šalyje 9,3 proc.)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešioja atšvaitus, dalis (proc.) | | | | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada segi saugos diržą važiuodami automobiliu,  dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Klasė | | | Iš viso | Klasė | | |
| 5 | 7 | 9 |  | 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |
| Lietuva | 25,6 | 39,6 | 22,3 | 13,9 | 80,3 | 85,4 | 79,7 | 75,4 |
| Šilalės r.sav. | 31,4 | 46,9 | 31,1 | 14,6 | 79,0 | 85,2 | 76,8 | 74,3 |
|  | Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada dėvi šalmą važiuodami dviračiu, dalis (proc.) | | | |
| Iš viso | Iš viso | | |
| 5 | 7 | 9 |
|  |  |  |
| Lietuva | 9,3 | 16,3 | 7,1 | 3,5 |
| Šilalės r.sav. | 9,6 | 13,9 | 7,1 | 6,1 |

TYRIMO APIBENDRINIMAS

1. Analizuojant tyrimo rezultatus, matome jog Šilalės r. sav. dalyvavo 229 penktokai, 190 septintokų ir 206 devintokai. Mokiniai jaučiasi labai laimingi arba pakankamai laimingi galvodami apie savo dabartinį gyvenimą 78,5 proc. penktokų, 73,7 proc. septintokų ir 65,5 proc. devintokų.

2. Tyrimo rezultatai rodo, jog Šilalės r. sav mokiniai mankštinasi ir sportuoja mažiau palyginus su Lietuvos vidurkiu (32,9 proc.). Šilalės r. sav lyginant su Lietuvos vidurkiu (25,0 proc) mažiau laiko praleidžia prie televizoriaus ir kompiuterio – 20,2 proc. Kuo vyresni mokiniai, tuo daugiau laiko praleidžia pasyviai prie kompiuterių ir televizorių ekranų.

3. Nustatyta, kad mažiau nei pusė Šilalės r. sav., tyrime dalyvavusių, moksleivių valgo pusryčius, t. y. 40,4 proc.

4. 25,0 proc. Šilalės r. sav. moksleivių bent kartą per dieną valgo daržoves. 29,0 proc. moksleivių bent kartą per dieną valgo vaisius.

6. Tabako, alkoholio ir narkotinių medžiagų vartojime Šilalės r. sav. mokinių tyrimo rezultatai aplenkia Lietuvos vidurkį. Didžiausi skaičiai, kaip ir rūkymo suvestinėje, matomi tarp devintų klasių moksleivių.

7. Iš gautų rezultatų matyti, kad penktų klasių mokiniai daugiausiai tamsiu paros metu nešioja atšvaitus 38,4proc., tačiau didėjant vaikų amžiui, mažėjo moksleivių, kurie nešioja atšvaitus (7 kl.-19,3 proc., 9 kl. – 14,8 proc.).

8. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad patyčių problema labai aktuali visose Lietuvos mokyklose. Mokiniai, iš kurių tyčiojosi per paskutinius 2 mėn. Šilalės r. sav yra 42,0 proc.- Lietuvos vidurkis 33,0 proc. 11,7 proc. mokinių per paskutines 30 dienų patyrė patyčias per socialinius tinklus, telefonus.

9. Per paskutinius 2 mėn. fiziškai baudė Šilalės r. sav. 9,7 proc. mokinių. Daugiausiai fiziškai nukentėjo penktokai, tai yra 12,3 proc., mažiausiai devintokai – 8,7 proc.

10. 95,7 proc. Šilalės r. sav mokinių jaučiasi saugūs namuose, o 83,4 – mokyklos aplinkoje.