



**ŠIAULIŲ MIESTO
IKIMOKYKLINIO IR
PRIEŠMOKYKLINIO AMŽIAUS
VAIKŲ GYVENSENOS
APKLAUSA**

Šiauliai,
2016 m.

TURINYS

ĮVADAS	3
TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS	4
1. Demografiniai duomenys	4
2. Sveikata	5
3. Mityba	7
4. Fizinis aktyvumas	10
5. Laisvalaikis	16
6. Sveikatos stiprinimas	20
7. Kita	23
IŠVADOS	27

JVADAS

Mokslininkai, tyrinėjantys vaikų sveikatą, pastaraisiais metais pastebi, kad šalyje mažėja geros sveikatos vaikų, o daugėja turinčių įvairių sveikatos sutrikimų ir sergančių lėtinėmis ligomis. Dauguma rizikos veiksnių yra susiję su gyvenimo būdu, įpročiais, kurie formuojasi vaikystėje. Vaikai gyvenamosios sampratą pradeda kurti jau ankstyvojoje vaikystėje, bendraudami su jiems artimais žmonėmis. Šeima ir ikimokyklinio ugdymo įstaiga vaikui turi padėti suprasti, kad sveikata yra vertybė, kurią reikia stiprinti ir saugoti nuo mažų dienų.

Tyrimo tikslas - išsiaiškinti ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikatos ir gyvenamosios ypatumus bei sveikatos ugdymo ir stiprinimo poreikį ikimokyklinio ugdymo įstaigose.

Tyrimo uždaviniai:

1. Nustatyti Šiaulių miesto ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikatos ir gyvenamosios ypatumus.
2. Įvertinti sveikatos ugdymo ir stiprinimo poreikį ikimokyklinio ugdymo įstaigose.

Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, dirbantys miesto ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigose, 2015 m rugsėjo - gruodžio mėn. vaikų tėveliams išdalino anketas. Prieš pildant anketas, kiekvienas respondentas buvo supažindinamas su atliekama apklausa. Vykdamas apklausą buvo naudojamas pačių parengtas klausimynas, kurį sudarė 32 klausimai: apie sveikatą, mitybą, fizinį aktyvumą, laisvalaikį bei sveikatos stiprinimą. Išsistinės apklausos metu buvo išdalintos 4 764 anketos, sugrįžo užpildytos – 3 549 (74,5 proc.).

Surinkti anketinės apklausos duomenys buvo analizuojami „SPSS 15,0 for Windows“ bei „MS Excel“ programomis. Kiekybinių požiūrių priklausomumo, homogeniškumo bei proporcijų lygybių vertinimui naudotas χ^2 kriterijus ir z kriterijus. Rezultatų skirtumas laikytas statistiškai reikšmingu, kai $p < 0,05$. Duomenys analizuoti taikant aprašomąją statistiką.

TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

1. Demografiniai duomenys

Tiriamųjų imtis (N) 4 764 Šiaulių miesto ikimokyklinio ugdymo įstaigas lankantys vaikai. Klausimynas buvo užpildytas 3 549 darželinukams (74,5 proc.).

Į anketos klausimus dažniausiai atsakinėjo motinos (89,5 proc.) (žr. 1 lentelę).

1 lentelė. Respondentų pasiskirstymas pagal, tai kas jie yra vaikui (proc.)

Motina	Tėvas	Pamotė	Patėvis	Globėjas (-a)	Senelis (-ė)
89,8	7,9	0,0	0,0	0,5	0,4

Lyginant demografinius duomenis pagal amžiaus grupes, dažniausiai į klausimus atsakė 25 - 34 m. (61,8 proc.) amžiaus respondentai (žr. 2 lentelę).

2 lentelė. Respondentų pasiskirstymas pagal amžių (proc.)

Iki 24 m.	25-34 m.	35-44 m.	45-50 m.	51 m.+
3,7	61,8	30,4	2,1	0,5

Lyginant demografinius duomenis pagal įgytą išsilavinimą, dažniausiai klausimyną pildė aukštąjį universitetinį išsilavinimą turintys apklaustieji (47,9 proc.) (žr. 3 lentelę).

3 lentelė. Respondentų pasiskirstymas pagal išsilavinimą (proc.)

Pagrindinis	Vidurinis	Profesinis	Aukštesnysis	Aukštasis
3,7	12,2	16,9	17,4	47,9

Lyginant demografinius duomenimis, pagal profesinę veiklą, didžiausią dalį atsakinėjusių sudarė darbininkai (39,8 proc.) ir tarnautojai (29,5 proc.) (žr. 4 lentelę).

4 lentelė. Respondentų pasiskirstymas pagal profesinę veiklą (proc.)

Darbininkas (-ė)	Tarnautojas (-a)	Verslininkas (-ė)	Studentas (-ė)	Nedirbantis (-i)
39,8	29,5	6,6	1,1	19,6

Apklaustųjų šeimos dažniausiai gyveno mieste (93,2 proc.) ir 6,4 proc. – kaime. Anketos buvo užpildytos (50,5 proc.) berniukų ir (49,4 proc.) mergaičių. Vaikai pagal amžių pasiskirstė tolygiai (žr. 5 lentelę).

5 lentelė. Vaikų pasiskirstymas pagal amžių (proc.)

Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.
21,4	18,0	22,2	22,8	15,5

Šeimoje vaikai dažniausiai gyveno su abiem tėvais (84,0 proc.) (žr. 6 lentelę).

6 lentelė. Respondentų apibūdinimo su kuo šeimoje gyvena vaikas pasiskirstymas (proc.)

Su abiem tėvais	Tik su motina	Tik su tėvu	Su motina ir patėviu	Su tėvu ir pamote	Su seneliais	Su globėjais
84,0	10,5	0,4	2,8	0,1	0,1	0,5

Šeima dažniausiai augino du vaikus (48,7 proc.) (žr. 7 lentelę). Vaikų amžius svyravo nuo 1 sav. iki 28 metų.

7 lentelė. Respondentų apibūdinimo apie vaikų skaičių šeimoje pasiskirstymas (proc.)

Vienas vaikas	Du vaikai	Trys vaikai	Keturi ir daugiau vaikų
38,1	48,7	8,5	1,2

2. Sveikata

Šiauliečių darželinukų tėvelių buvo paklausta, kiek kartų per šiuos metus jų vaikai dėl ligos nelankė ugdymo įstaigos. Kas trečias atsakiusysis nurodė, kad vaikas nelankė tik kartą, beveik kas penktas - kad du kartus, beveik kas trečias – kad keturis ir daugiau kartų. 9,2 proc. respondentų nurodė, kad per šiuos metus jų vaikas dar nesirgo.

Lyginant apklausos duomenis pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Vieną kartą per šiuos metus dažniau sirgo iki 3 m. amžiaus vaikai, keturis ir daugiau kartų dažniau sirgo 3 – 5 m. amžiaus vaikai. Daugiau iki 3 m. (48,0 proc.) amžiaus vaikų nei 6 – 7 m. (31,0 proc.), 3 m. (26,9 proc.), 5 m. (24,7 proc.) ir 4 m. (20,6 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikų nelankė darželio dėl ligos tik vieną kartą. Statistiškai reikšmingai daugiau 5 m. (20,2 proc.), 6 – 7 m. (18,6 proc.), 4 m. (18,1 proc.) ir 3 m. (14,4 proc.) nei iki 3 m. (4,5 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikų nelankė darželio tris kartus. Taip pat daugiau 4 m. (37,8 proc.), 3 m. (32,7 proc.), 5 m. (29,6 proc.) ir 6 – 7 m. (22,0 proc.) amžiaus vaikų nei iki 3 m. (12,0 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikų nelankė darželio keturis ir daugiau kartų (žr. 8 lentelę).

8 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kiek kartų per šiuos metus Jūsų vaikas dėl ligos nelankė darželio?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Kartai \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.
Vieną kartą*	48,0	26,9	20,6	24,7	31,0
Du kartus	15,4	17,7	19,1	20,1	20,3
Tris kartus*	4,5	14,4	18,1	20,2	18,9
Keturis ir daugiau kartų*	12,0	32,7	37,8	29,6	22,0

* $p < 0,05$

Buvo domėtasi dėl kokių ligų vaikai dažniausiai nelankė ikimokyklinio ugdymo įstaigos. Didžioji dalis (87,5 proc.) respondentų patvirtino, kad vaikai sirgo peršalimo ligomis, 6,7 proc. – virškinimo sistemos sutrikimais, 0,8 proc. - patyrė traumas. 2,1 proc. tėvelių paminėjo ir kitus susirgimus: bronchinę astmą, alergiją, vėjaraupius, anginą, operacijas.

Lyginant tėvų atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 4 m. (93,0 proc.), 5 m. (90,7 proc.), 3 m. (88,9 proc.) ir 6 – 7 m. (87,7 proc.) amžiaus vaikai nei iki 3 m. (77,0 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai nelankė ikimokyklinio ugdymo įstaigos dėl peršalimo ligų.

Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (9,1 proc.) amžiaus vaikų nei 3 m. (5,3 proc.) ir iki 3 m. (5,0 proc.) amžiaus vaikų nelankė darželio dėl virškinimo sistemos sutrikimų (žr. 9 lentelę).

9 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Dėl kokių ligų Jūsų vaikas dažniausiai nelankė darželio?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Liga \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.
Peršalimo ligų*	77,0	88,9	93,0	90,7	87,7
Traumų	0,4	0,8	0,6	0,7	1,6
Virškinimo sistemos sutrikimų*	5,0	5,3	7,8	6,9	9,1

*p<0,05

Apklaustos metu buvo pasidomėta ar vaikai yra alergiški tam tikriems maisto produktams. Iš apklausos rezultatų paaiškėjo, kad 6,7 proc. darželinukų yra alergiški maisto produktams. Dažniausiai vaikai buvo alergiški pienui ir jo produktams (1,4 proc.), citrusiniams vaisiams (1,0 proc.), šokoladui ir medui (0,6 proc.). Buvo vaikų (0,9 proc.), kurie alergiški ne vienam, o net keletui maisto produktų.

Tėvelių buvo paprašyta įvertinti savo vaikų sveikatą. Du trečdaliai apklaustųjų savo vaikų sveikatą vertino gerai, o kas penktas – labai gerai. Lyginant apklausos duomenis pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 3 m. (18,1 proc.) ir 4 m. (17,5 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (12,3 proc.) iki 3 m. (11,5 proc.) (p<0,05) amžiaus vaikus auginantys tėvai vaikų sveikatą vertino tik vidutiniškai (žr. 10 lentelę).

10 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip vertinate savo vaiko sveikatą?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

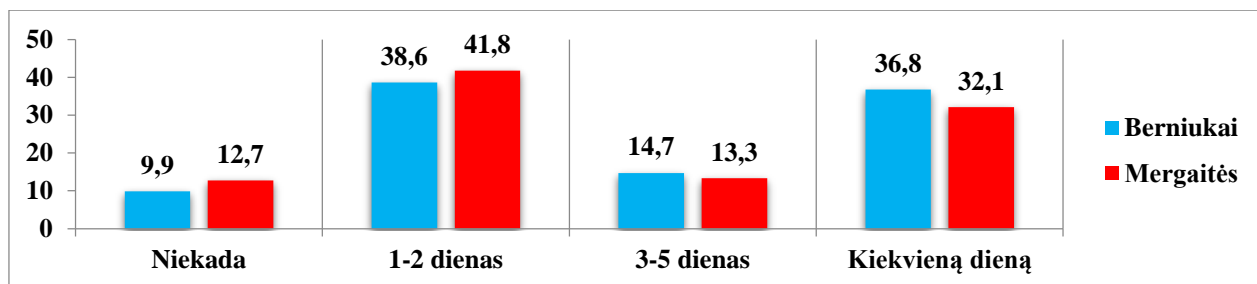
Vertinimas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.
Labai gerai	26,4	23,8	20,6	22,9	24,1
Gerai	62,0	57,5	61,3	62,6	63,2
Vidutiniškai*	11,5	18,1	17,5	14,0	12,3
Blogai	0,1	0,6	0,6	0,5	0,4

*p<0,05

Apibendrinant analizę matyti, kad kas trečias atsakiusysis nurodė, jog vaikas nelankė ikimokyklinio ugdymo įsitaigos tik kartą, taip pat beveik kas trečias nelankė – keturis ir daugiau kartų. Vieną kartą per šiuos metus dažniau sirgo iki 3 m. amžiaus vaikai, keturis ir daugiau kartų dažniau sirgo 3 – 5 m. amžiaus vaikai. Didžioji dalis respondentų patvirtino, kad vaikai dažniausiai sirgo peršalimo ligomis. Daugiau vyresni vaikai sirgo per praėjusius metus peršalimo ligomis, taip pat daugiau priešmokyklinio amžiaus vaikai sirgo ir virškinimo sistemos sutrikimais (p<0,05). Dažniausiai vaikai buvo alergiški pienui ir jo produktams, citrusiniams vaisiams, šokoladui ir medui. Buvo vaikų, kurie alergiški ne vienam, o net keletui maisto produktų. Du trečdaliai apklaustųjų savo vaikų sveikatą vertino gerai, o kas penktas – labai gerai.

3. Mityba

Vaisiai ir daržovės bei grūdinės kultūros sudaro „Maisto pasirinkimo piramidės“ pagrindą – svarbiausią rekomenduojamų didesnės biologinės vertės maisto produktų dalį. Šiauliečių tėvelių buvo paklausta, kiek dienų per savaitę jų vaikai pusryčiauja namie. Lyginant atsakymus pagal lytį, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau berniukai (36,8 proc.) nei mergaitės (32,1 proc.) ($p < 0,05$) kiekvieną dieną pusryčiauvo namie. Tuo tarpu daugiau mergaičių (12,7 proc.) nei berniukų (9,9 proc.) niekada nepusryčiauvo namie ($p < 0,05$) (žr. 3.1 pav.).



3.1 pav. Tėvų atsakymų į klausimą „Kiek dienų per savaitę Jūsų vaikas pusryčiauja namie?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų lytį (proc.)

Buvo pasiteirauta ir apie šeimos mitybos įpročius, ar yra stengiamasi sveikai maitintis. Daugiau nei pusė (58,6 proc.) apklaustųjų patvirtino, dažnai stengiasi sveikai maitintis, 40,4 proc. – tai daro kartais, 1,0 proc. – niekada sveikai nesimaitina. Lyginant atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 5 m. (61,9 proc.), iki 3 m. (60,3 proc.) ir 4 m. (58,8 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (52,4 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus auginančios šeimos stengėsi dažnai sveikai maitintis. Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (46,7 proc.) amžiaus vaikus nei 5 m. (37,7 proc.) ir iki 3 m. (37,6 proc.) amžiaus vaikus auginančios šeimos sveikai maitinosi tik kartais (žr. 11 lentelę).

11 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Ar Jūsų šeima stengiasi sveikai maitintis?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Dažnis \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.
Dažnai*	60,3	56,7	58,8	61,9	52,4
Kartais*	37,6	41,8	40,4	37,7	46,7
Niekada	1,7	1,4	0,6	0,2	0,9

* $p < 0,05$

Statistiškai reikšmingai daugiau iki 3 m. (74,8 proc.), 3 m. (72,6 proc.) ir 4 m. (71,2 proc.) amžiaus vaikų nei 6 – 7 m. (63,8 proc.) amžiaus vaikų kasdien valgė namie vaisius, taip pat daugiau iki 3 m. (73,0 proc.), 3 m. (67,1 proc.) ir 4 m. (67,1 proc.) amžiaus vaikai nei 6 – 7 m. (60,7 proc.) amžiaus vaikai kasdien valgė namie ir daržoves. Daugiau 6 – 7 m. (20,2 proc.) ir 5 m. (17,2 proc.) amžiaus vaikai nei 3 m. (13,5 proc.) ir iki 3 m. (11,1 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai kasdien valgė namie saldainius, šokoladą (žr. 12 lentelę).

12 lentelė.

Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip dažnai Jūsų vaikas namie valgo arba geria ką nors iš šių maisto produktų?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

	Kasdien					Kartais					Niekada				
	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.
Vaisiai*	74,8	72,6	71,2	68,0	63,8	24,8	27,4	28,7	31,9	35,6	0,4	0,0	0,1	0,1	0,5
Daržovės*	73,0	67,1	67,1	63,6	60,7	26,4	31,1	31,8	35,1	36,9	0,7	1,7	1,1	1,4	2,4
Saldainiai, šokoladas*	11,1	13,5	17,1	17,2	20,2	84,1	85,8	81,9	82,6	79,4	4,8	0,8	1,0	0,2	0,4
Tortas, pyragaičiai, sausainiai	2,4	2,8	3,7	3,3	1,8	90,7	92,5	91,7	91,9	94,4	6,9	4,7	4,6	4,8	3,8
Kokakola ir kt. gazuoti saldūs gėrimai	0,3	0,3	0,4	1,2	0,4	31,1	44,6	54,8	59,1	69,3	68,7	55,1	44,8	39,6	30,4
Bulvių traškučiai	0,0	0,0	0,4	0,1	0,0	50,8	61,0	67,5	71,2	76,9	49,2	39,0	32,1	28,6	23,1
Greito maisto produktai	0,0	0,3	0,4	0,1	0,4	43,5	49,5	57,7	61,9	69,5	56,5	50,2	41,9	37,9	30,2

*p<0,05

Apklausoje metu buvo pasidomėta ar tiriamųjų šeimos mėgsta lankytis greito maisto restoranuose, kavinėse. Daugiau nei du trečdaliai (65,8 proc.) respondentų patvirtino, kad jie kartais lankėsi tokio tipo maitinimo įstaigose. 33,2 proc. apklausoje dalyvių niekada nesilankė greito maisto kavinėse. Lyginant atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 6 – 7 m. (69,1 proc.) ir 5 m. (69,0 proc.) amžiaus vaikus nei 3 m. (64,3 proc.) ir iki 3 m. (61,3 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus auginančios šeimos kartais lankėsi greito maisto kavinėse. Statistiškai reikšmingai daugiau iki 3 m. (38,0 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (29,9 proc.) ir 5 m. (29,4 proc.) amžiaus vaikus turinčios šeimos niekada nesilankė tokiose maitinimo įstaigose (žr. 13 lentelę).

13 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Ar Jūsų šeima mėgsta lankytis greito maisto restoranuose, kavinėse?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Dažnis \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.
Dažnai	0,7	0,9	0,9	1,6	0,9
Kartais*	61,3	64,3	65,7	69,0	69,1
Niekada*	38,0	34,7	33,4	29,4	29,9

* $p < 0,05$

Tėvelių buvo paprašyta įvertinti maitinimą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje. Beveik du trečdaliai (59,9 proc.) respondentų maitinimą vertino gerai, ketvirtadalis – labai gerai. Lyginant atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau iki 3 m. (31,1 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (24,4 proc.), 5 m. (24,2 proc.) ir 4 m. (24,0 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus turintys tėvai maitinimą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje vertino labai gerai. Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (15,8 proc.), 5 m. (15,3 proc.) ir 4 m. (15,3 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (9,3 proc.) amžiaus vaikus auginantys tėvai maitinimą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje vertino tik vidutiniškai (žr. 14 lentelę).

14 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip vertinate maitinimą vaiko ikimokyklinio ugdymo įstaigoje?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Vertinimas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.
Labai gerai*	31,1	26,6	24,0	24,2	24,4
Gerai	59,4	61,3	60,7	59,6	57,9
Vidutiniškai*	9,3	11,8	15,3	15,3	15,8
Blogai	0,1	0,3	0,0	1,0	1,8

* $p < 0,05$

Apibendrinant atliktą analizę matyti, kad kasdien namuose pusryčiauja dažniau nei kas trečias vaikas. Daugiau berniukai kasdien pusryčiaavo namuose, tuo tarpu daugiau mergaitės niekada nevalgė pusryčių ($p < 0,05$). Du trečdaliai apklaustųjų tvirtino, kad jų šeima dažnai stengiasi sveikai maitintis. Daugiau nei du trečdaliai vaikų namie kasdien valgo vaisius ir daržoves, beveik kas penktas vaikas – saldinius. Daugiau jaunesni vaikai kasdien namie valgė vaisius ir daržoves, vyresni – saldinius, šokoladą ($p < 0,05$). Daugiau nei trečdalis respondentų nurodė, kad jų šeima niekada nesilanko greito

maisto kavinėse, du trečdaliai, kad lankosi kartais. Daugiau iki 3 m. amžiaus vaikus auginančios šeimos niekada nesilankė greito maisto kavinėse ($p < 0,05$). Maitinimą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje du trečdaliai apklaustų tėvelių vertino gerai, ketvirtadalis – labai gerai. Daugiau iki 3 m. amžiaus vaikų tėveliai maitinimą vertino labai gerai, o vyresnių vaikų – tik vidutiniškai ($p < 0,05$).

4. Fizinis aktyvumas

Fizinis aktyvumas – vienas iš svarbiausių sveikos gyvensenos komponentų. Pagal PSO rekomendacijas vaikai kasdien bent 60 min. turėtų skirti vidutinio sunkumo energingai fizinei veiklai.

Šiauliečių tėvelių buvo pasiteirauta, kaip dažniausiai vaikas nuvyksta į ikimokyklinę ugdymo įstaigą (yra nuvežamas automobiliu, eina pėsčiomis, važiuoja visuomeniniu transportu). 57,0 proc. respondentų atsakė, kad nuveža vaiką automobiliu, 40,2 proc. – vaikas eina pėsčiomis, 2,8 proc. – vaikas važiuoja visuomeniniu transportu. Lyginant atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 6 – 7 m. (63,2 proc.) ir 5 m. (59,7 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (51,3 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus tėvai į ikimokyklinio ugdymo įstaigą dažniausiai nuveža automobiliu. Statistiškai reikšmingai daugiau iki 3 m. (46,5 proc.) amžiaus vaikai nei 5 m. (37,3 proc.) ir 6 – 7 m. (34,3 proc.) amžiaus vaikai į darželį dažniausiai eina pėsčiomis (žr. 15 lentelę). Nuvykimo laikas į ikimokyklinio ugdymo įstaigą svyravo nuo 1 - 2 min. iki 60 min.

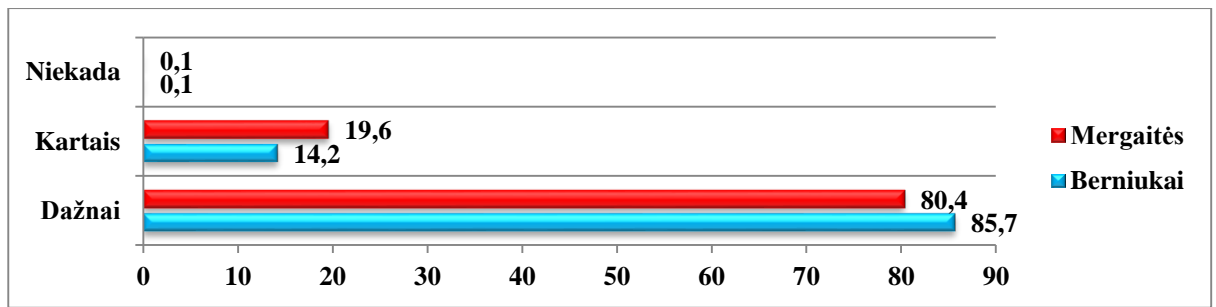
15 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip vaikas dažniausiai nuvyksta į ikimokyklinio ugdymo įstaigą?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Nuvykimo būdas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6-7 m.
Nuveža automobiliu*	51,3	56,3	56,1	59,7	63,2
Eina pėsčiomis*	46,5	41,3	40,3	37,3	34,3
Važiuoja visuomeniniu transportu	2,2	2,3	3,6	3,0	2,4

* $p < 0,05$

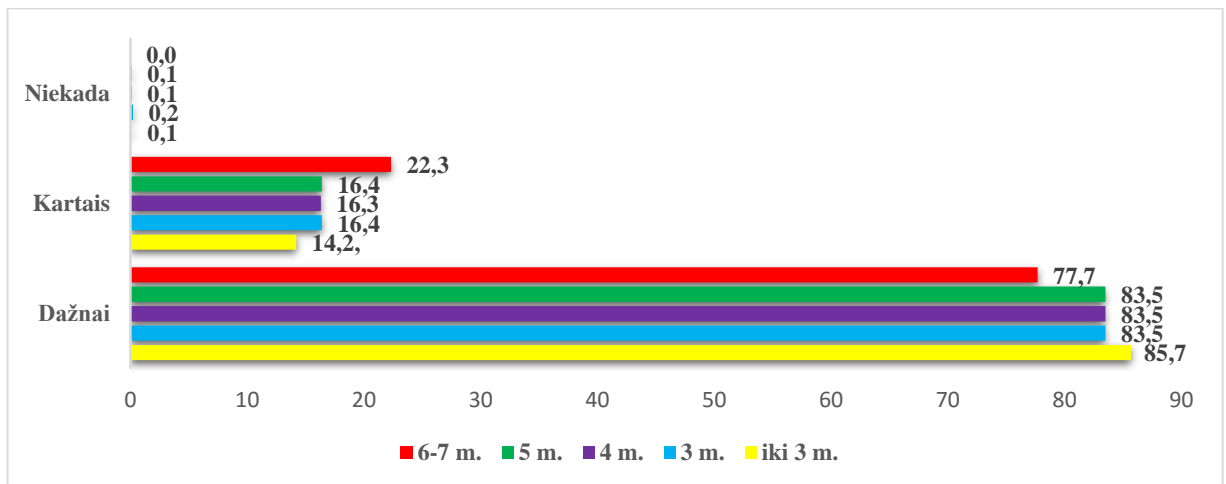
Tėvelių buvo klausama, ar jų manymu vaikas yra pakankamai fiziškai aktyvus. Lyginant atsakymus pagal vaikų lytį ir amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau berniukai ir mažesni ikimokyklinukai dažnai buvo fiziškai aktyvūs.

Statistiškai reikšmingai daugiau berniukai (85,7 proc.) nei mergaitės (80,4 proc.) dažnai buvo fiziškai aktyvūs. Tuo tarpu daugiau mergaitės (19,6 proc.) nei berniukai (14,2 proc.) ($p < 0,05$) buvo fiziškai aktyvios kartais (žr. 4.1 pav.).



4.1 pav. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip manote, ar Jūsų vaikas yra pakankamai fiziškai aktyvus?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų lytį (proc.)

Daugiau iki 3 m. (85,7 proc.), 3 m. (83,5 proc.), 4 m. (83,5 proc.), 5 m. (83,5 proc.) amžiaus vaikai nei 6 – 7 m. (77,7 proc.) amžiaus vaikai ($p < 0,05$), tėvelių manymu, dažnai buvo fiziškai aktyvūs. Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (22,3 proc.) amžiaus vaikai nei 3 m. (16,4 proc.), 5 m. (16,4 proc.) 4 m. (16,3 proc.) ir iki 3 m. (14,2 proc.) amžiaus vaikai fiziškai aktyvūs buvo kartais (žr. 4.2 pav.).



4.2 pav. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip manote, ar Jūsų vaikas yra pakankamai fiziškai aktyvus?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Apklausoje metu šiauriečių tėvelių buvo pasiteirauta, kiek vidutiniškai laiko per dieną vaikas skiria aktyviam poilsiui (judėjimui, žaidimams) darbo dienomis ir poilsio dienomis. Darbo dienomis beveik pusė (47,5 proc.) vaikų buvo fiziškai aktyvūs 1 – 2 val., 27,9 proc. – 3 – 4 val., 17,4 proc. – daugiau nei 4 val. laiko per dieną. Lyginant atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau iki 3 m. (28,3 proc.) amžiaus vaikai nei 3 m. (19,3 proc.), 4 m. (15,2 proc.), 5 m. (12,3 proc.) ir 6 – 7 m. (11,1 proc.) amžiaus vaikai ($p < 0,05$) žaidimams, judėjimui skyrė keturias ir daugiau valandas. Tuo tarpu daugiau 6 – 7 m. (56,6 proc.), 5 m. (51,1 proc.), 4 m. (50,9 proc.) amžiaus vaikai nei 3 m. (43,3 proc.) ir iki 3 m. (36,8 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai aktyviam poilsiui darbo dienomis skyrė 1 - 2 val. laiko per dieną (žr. 16 lentelę).

16 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kiek vidutiniškai laiko per dieną vaikas skiria aktyviam poilsiui darbo dienomis?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Laikas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Mažiau nei 1 val.	4,8	5,8	6,6	10,4	8,7
1-2 val.*	36,8	43,3	50,9	51,1	56,6
3-4 val.	30,1	31,6	27,3	26,2	23,5
Daugiau nei 4 val.*	28,3	19,3	15,2	12,3	11,1

*p<0,05

Poilsio dienomis beveik pusė (41,7 proc.) vaikų buvo fiziškai aktyvūs 4 ir daugiau val., 38,0 proc. – 3 – 4 val., 18,5 proc. – 1 - 2 val. per dieną. Lyginant atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau iki 3 m. (49,5 proc.) amžiaus vaikai nei 4 m. (41,5 proc.), 5 m. (37,0 proc.) ir 6 – 7 m. (34,9 proc.) amžiaus vaikai (p<0,05) žaidimams, judėjimui poilsio dienomis skyrė keturias ir daugiau valandas. Tuo tarpu daugiau 6 – 7 m. (23,0 proc.) ir 5 m. (21,8 proc.) amžiaus vaikai nei 3 m. (15,8 proc.) ir iki 3 m. (14,5 proc.) (p<0,05) amžiaus vaikai aktyviam poilsiui teskyrė 1 - 2 val. laiko per dieną (žr. 17 lentelę).

17 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kiek vidutiniškai laiko per dieną vaikas skiria aktyviam poilsiui poilsio dienomis?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Laikas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Mažiau nei 1 val.	1,5	1,7	2,3	1,9	2,2
1-2 val.*	14,5	15,8	18,4	21,8	23,0
3-4 val.	34,6	38,7	37,8	39,3	40,0
Daugiau nei 4 val.*	49,5	43,8	41,5	37,0	34,9

*p<0,05

Buvo padomėta vaikų savijauta po aktyvaus poilsio. Beveik pusė atsakiusiųjų (48,7 proc.) tvirtino, kad jų vaikas jaučiasi žvalus, 31,8 proc. – kad vaikas jaučiasi taip pat, kaip prieš aktyvų poilsį, 12,0 proc. – kad vaikas mieguistas, nori prigulti. Lyginant tėvų atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 5 m. (52,0 proc.), 4 m. (50,9 proc.) ir 6 – 7 m. (50,7 proc.) amžiaus vaikai nei 3 m. (44,7 proc.) ir iki 3 m. (44,4 proc.) (p<0,05) amžiaus vaikai jautėsi po aktyvaus poilsio žvalūs. Daugiau iki 3 m. (16,6 proc.) ir 3 m. (14,6 proc.) amžiaus vaikai nei 6 – 7 m. (7,8 proc.) (p<0,05) amžiaus vaikai, tėvelių manymu, buvo mieguisti, norėjo prigulti (žr. 18 lentelę).

18 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip jaučiasi vaikas po aktyvaus poilsio?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Savijauta \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Žvalus*	44,4	44,7	50,9	52,0	50,7
Mieguistas, nori prigulti*	16,6	14,6	12,0	9,2	7,8
Tampa aktyvesnis	7,2	8,0	8,7	6,7	7,3
Taip pat, kaip prieš poilsį	31,9	32,7	28,4	32,1	34,1

*p<0,05

Pačių tėvelių buvo paklausta, ar jie patys dažnai laisvalaikiu mankština, sportuoja ar kitaip būna fiziškai aktyvūs. Kasdien fiziškai aktyvūs buvo 18,8 proc. apklaustųjų, 75,7 – kartais, o 5,5 proc. – niekada.

Apklaustos metu šiauliečių tėvelių buvo pasiteirauta, kiek vidutiniškai laiko vaikas praleidžia lauke darbo dienomis ir poilsio dienomis. Darbo dienomis 69,1 proc. vaikų lauke praleisdavo 1 - 2 val., 16,5 proc. – 3 - 4 val., 11,4 proc. – mažiau nei 1 val., tik 2,8 proc. – daugiau nei 4 val. laiko. Lyginant tėvų atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 6 – 7 m. (20,9 proc.) amžiaus vaikai nei 5 m. (15,9 proc.) ir iki 3 m. (14,0 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai praleido lauke darbo dienomis 3 - 4 val. laiko. Statistiškai reikšmingai daugiau iki 3 m. (14,0 proc.) amžiaus vaikų nei 6 – 7 m. (9,7 proc.) ir 4 m. (9,3 proc.) amžiaus vaikų lauke praleido mažiau nei 1 val. laiko (žr. 19 lentelę).

19 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kiek vidutiniškai laiko vaikas praleidžia lauke darbo dienomis?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Laikas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Mažiau nei 1 val.*	14,0	11,5	9,3	12,7	9,7
1-2 val.	69,8	69,5	70,8	68,0	66,5
3-4 val.*	14,0	16,4	16,8	15,9	20,9
Daugiau nei 4 val.	2,1	2,7	3,1	3,5	2,7
Nebūna lauke	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2

* $p < 0,05$

Poilsio dienomis 43,3 proc. vaikų lauke praleido 3 - 4 val., 28,6 proc. – 1 - 2 val., 26,3 proc. – daugiau nei 4 val. laiko. Lyginant tėvų atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 6 – 7 m. (31,9 proc.), 5 m. (29,6 proc.) ir 4 m. (27,1 proc.) amžiaus vaikų nei 3 m. (22,4 proc.) ir iki 3 m. (21,1 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikų poilsio dienomis lauke praleido daugiau nei 4 val. laiko. Statistiškai reikšmingai daugiau iki 3 m. (34,4 proc.) ir 3 m. (29,7 proc.) amžiaus vaikų nei 6 – 7 m. (24,2 proc.) amžiaus vaikų lauke praleido 1 - 2 val. laiko (žr. 20 lentelę).

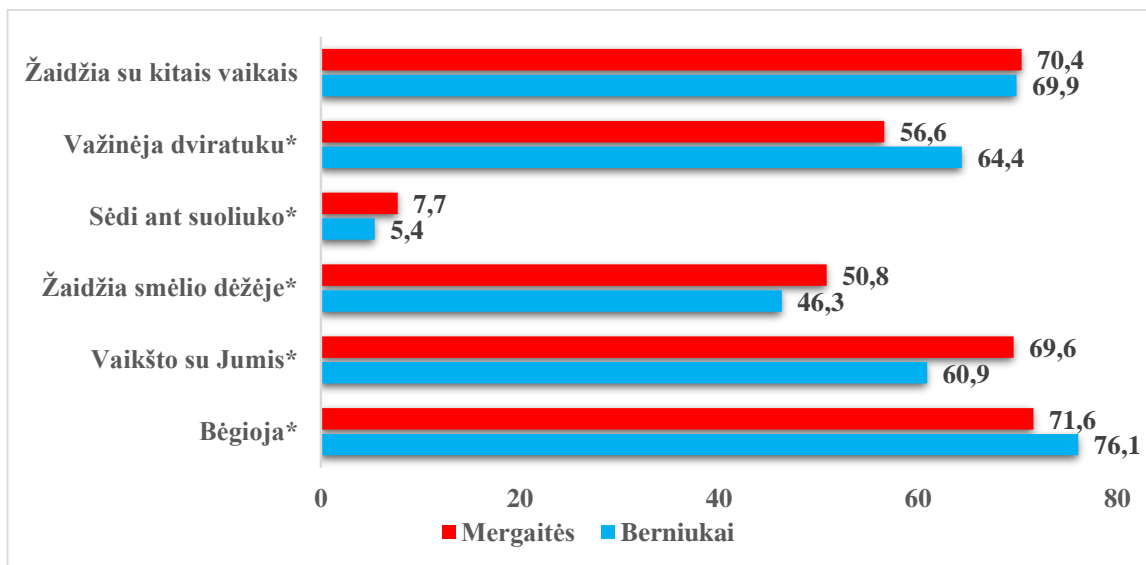
20 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kiek vidutiniškai laiko vaikas praleidžia lauke poilsio dienomis?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Laikas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Mažiau nei 1 val.	1,6	2,4	2,2	2,0	0,7
1-2 val.*	34,4	29,7	26,2	28,0	24,2
3-4 val.	42,9	45,5	44,5	40,3	43,2
Daugiau nei 4 val.*	21,1	22,4	27,1	29,6	31,9
Nebūna lauke	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0

* $p < 0,05$

Pasidomėta, kaip vaikas dažniausiai poilsiauja lauke (ar jis bėgioja, vaikšto, žaidžia smėlio dėžėje ar žaidžia su kitais vaikais, važinėja dviratuku, sėdi ant suoliuko). Lyginant atsakymus tiek pagal

vaikų lytį, tiek pagal amžių jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Statistiškai reikšmingai daugiau berniukai (76,5 proc.) nei mergaitės (71,6 proc.) poilsiaudami lauke bėgiojo, taip pat daugiau berniukai (64,4 proc.) nei mergaitės (56,6 proc.) važinėjo dviratuku. Tuo tarpu daugiau mergaitės (69,6 proc.) nei berniukai (60,9 proc.) poilsiaudamos lauke vaikščiojo su tėvais, žaidė smėlio dėžėje (50,8 proc. mergaičių ir 46,3 proc. berniukų bei daugiau mergaičių (7,7 proc.) nei berniukų (5,5 proc.) ($p < 0,05$) lauke sėdėjo ant suolo (žr. 4.3 pav.). Pasirinkę atsakymą „kita“ (3,1 proc.) tėveliai dažniausiai minėjo, kad jų vaikas, poilsiaudamas lauke, važinėjasi paspirtuku, šokinėja ant batuto, supasi sūpynėse, piešia kreidelėmis, vedžioja šunį.



4.3 pav. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip vaikas dažniausiai poilsiauja lauke?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų lytį (proc.)

Daugiau iki 3 m. (76,0 proc.), 4 m. (75,9 proc.), 3 m. (75,0 proc.) ir 5 m. (74,3 proc.) amžiaus vaikai nei 6 – 7 m. (68,2 proc.) amžiaus vaikai ($p < 0,05$) poilsiaudami lauke bėgiojo. Statistiškai reikšmingai daugiau iki 3 m. (74,7 proc.), 3 m. (69,5 proc.), 4 m. (64,3 proc.) ir 5 m. (61,9 proc.) amžiaus vaikų nei 6 – 7 m. (53,4 proc.) amžiaus vaikų po lauką vaikščiojo su savo tėveliais. Taip pat daugiau 3 m. (58,7 proc.), iki 3 m. (57,1 proc.), 4 m. (48,7 proc.) ir 5 m. (41,5 proc.) amžiaus vaikai nei 6 – 7 m. (35,0 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai poilsiaudami lauke žaidė smėlio dėžėje. Tuo tarpu daugiau 6 – 7 m. (78,8 proc.), 5 m. (75,2 proc.) ir 4 m. (71,7 proc.) amžiaus vaikai nei 3 m. (65,6 proc.) ir iki 3 m. (60,9 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai lauke žaidė su kitais vaikais. Statistiškai reikšmingai daugiau 5 m. (70,7 proc.), 6 – 7 m. (69,7 proc.), 4 m. (67,9 proc.) ir 3 m. (57,7 proc.) amžiaus vaikų nei iki 3 m. (37,9 proc.) amžiaus vaikų lauke važinėjo dviratuku (žr. 21 lentelę).

21 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip vaikas dažniausiai poilsiauja lauke?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Veikla \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Bėgioja*	76,0	75,0	75,9	74,3	68,2
Vaikšto su Jumis*	74,7	69,5	64,3	61,9	53,4
Žaidžia smėlio dėžėje*	57,1	58,7	48,7	41,5	35,0
Sėdi ant suoliuko	7,8	6,7	5,8	5,8	6,9
Važinėja dviratuku*	37,9	57,7	67,9	70,7	69,7
Žaidžia su kitais vaikais*	60,9	65,6	71,7	75,2	78,8

*p<0,05

Šiauliečių tėvelių buvo paklausta, kaip jų vaikai jaučiasi grįžę iš lauko. 53,2 proc. vaikų norėtų dar eiti į lauką, 36,9 proc. – jautėsi taip pat, kaip prieš einant į lauką, 9,2 proc. – jautėsi pavargę, norėjo prigulti. Lyginant tėvų atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau iki 3 m. (57,3 proc.), 4 m. (54,5 proc.) ir 3 m. (53,8 proc.) amžiaus vaikai nei 5 m. (48,3 proc.) amžiaus vaikai (p<0,05) amžiaus vaikų grįžę iš lauko, norėjo vėl eiti į lauką. Statistiškai reikšmingai daugiau 5 m. (42,6 proc.), 6 – 7 m. (41,1 proc.), amžiaus vaikų nei 3 m. (35,3 proc.), 4 m. (34,7 proc.) ir iki 3 m. (31,0 proc.) amžiaus vaikų jautėsi taip pat, kaip prieš einant į lauką. Daugiau jaunesni vaikai (iki 3 m. (11,2 proc.), 3 m. (10,5 proc.), 4 m. (9,8 proc.)) nei 6 – 7 m. (5,7 proc.) amžiaus vaikai parėję iš lauko jautėsi pavargę, norėjo prigulti (žr. 22 lentelę).

22 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip jaučiasi vaikas grįžęs iš lauko?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Savijauta \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Nori eiti į lauką*	57,3	53,8	54,5	48,3	52,6
Pavargęs, nori prigulti*	11,2	10,5	9,8	8,0	5,7
Taip pat, kaip prieš einant į lauką*	31,0	35,3	34,7	42,6	41,1
Prasčiau nei prieš einant į lauką	0,4	0,2	1,0	1,1	0,7

*p<0,05

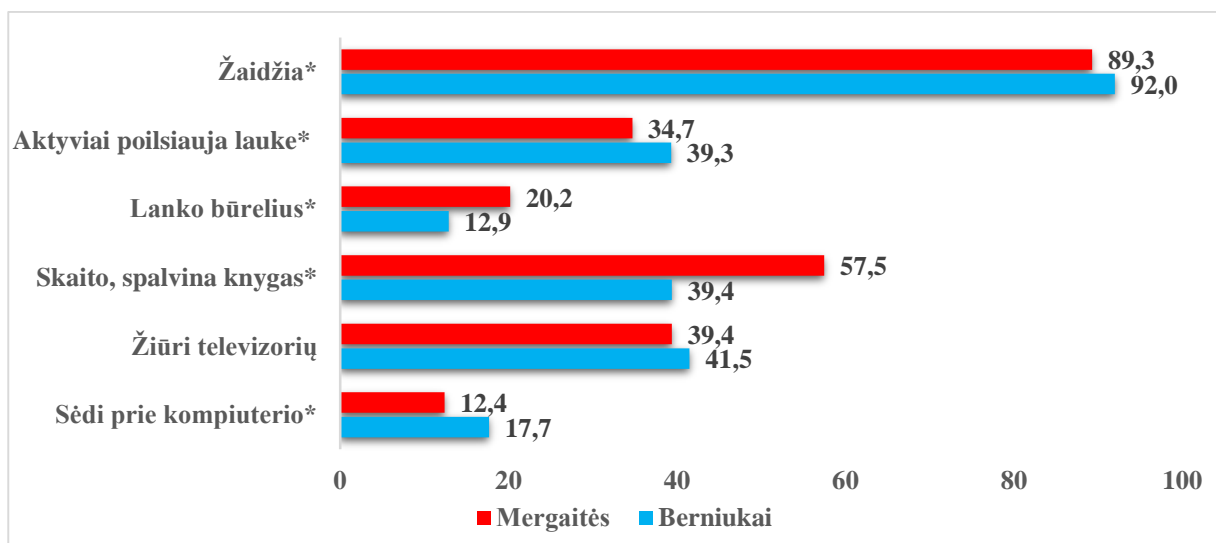
Apibendrinant atliktą analizę matyti, kad vaikus į ikimokyklinio ugdymo įstaigą tėvai dažniausiai nuveža automobiliu. Daugiau berniukai ir mažesni ikimokyklinukai dažnai buvo fiziškai aktyvūs (p<0,05). Darbo dienomis beveik pusė vaikų aktyviam poilsiui skyrė 1 – 2 val., poilsio dienomis beveik pusė vaikų skyrė daugiau nei 4 val. per dieną. Daugiau iki 3 m. amžiaus vaikai aktyviam poilsiu per dieną skyrė daugiau nei 4 val. laiko (p<0,05). Kasdien laisvalaikiu fiziškai aktyvus buvo tik beveik kas penktas apklaustas tėvelis. Darbo dienomis du trečdaliai vaikų lauke praleido 1 - 2 val. laiko, poilsio dienomis beveik pusė vaikų praleido lauke 3 - 4 val. laiko. Daugiau berniukai ir jaunesni vaikai poilsiaudami lauke bėgiojo, daugiau mergaitės ir jaunesni vaikai vaikščiojo su savo tėvais ar žaidė smėlio dėžėje (p<0,05). Daugiau berniukai ir vyresni vaikai poilsiaudami lauke važinėjo dviratuku, daugiau vyresni vaikai lauke žaidė su kitais vaikais (p<0,05). Daugiau nei pusė vaikų grįžę

iš lauko norėjo vėl eiti į lauką. Daugiau jaunesni vaikai nei priešmokyklinukai grįžę iš lauko jautėsi pavargę, norėjo prigulti ($p < 0,05$).

5. Laisvalaikis

Šiauliečių tėvelių buvo pasiteirauta, kaip jų vaikai dažniausiai leidžia laisvalaikį grįžę iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos ir poilsio dienomis namuose (ar sėdi prie kompiuterio, žiūri televizorių, skaito, spalvina knygas, lanko būrelius, aktyviai poilsiauja lauke, žaidžia). Lyginant tėvų atsakymus tiek pagal vaikų lytį, tiek pagal amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi.

Statistiškai reikšmingai daugiau berniukai (17,7 proc.) nei mergaitės (12,4 proc.) grįžę iš darželio sėdėjo prie kompiuterio, taip pat daugiau berniukų (39,3 proc.) nei mergaičių (34,7 proc.) aktyviai poilsiauvo lauke bei žaidė (92,0 proc. berniukų ir 89,3 proc. mergaičių). Tuo tarpu daugiau mergaitės (57,5proc.) nei berniukai (39,4 proc.) po darbo dienos namie skaitė, spalvino knygeles bei lankė būrelius (20,2 proc. mergaičių ir 12,9 proc. berniukų) ($p < 0,05$) (žr. 5.1 pav.). Tėveliai, pasirinkę atsakymą „kita“ (0,5 proc.) paminėjo, kad vaikai grįžę iš darželio eina į svečius, į parduotuvę, žaidžia su kitais vaikais.



5.1 pav. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip dažniausiai Jūsų vaikas leidžia laisvalaikį darbo dienomis?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų lytį (proc.)

Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (24,1 proc.), 5 m. (21,1 proc.), 4 m. (16,1 proc.) ir 3 m. (10,6 proc.) amžiaus vaikų nei iki 3 m. (4,7 proc.) amžiaus vaikų grįžę namo iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos sėdėjo prie kompiuterio. Daugiau 5 m. (47,9 proc.), 4 m. (45,2 proc.), 6 – 7 m. (44,8 proc.) ir 3 m. (38,7 proc.) amžiaus vaikų nei iki 3 m. (26,5 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikų po darbo dienos namie žiūrėjo televizorių. Taip pat daugiau 5 m. (52,5 proc.), 4 m. (52,0 proc.), 3 m. (50,5 proc.) ir 6 – 7 m. (50,3 proc.) amžiaus vaikų nei iki 3 m. (37,6 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikų grįžę iš darželio skaitė, spalvino knygeles. Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (31,4 proc.), 5 m. (26,8 proc.), 4

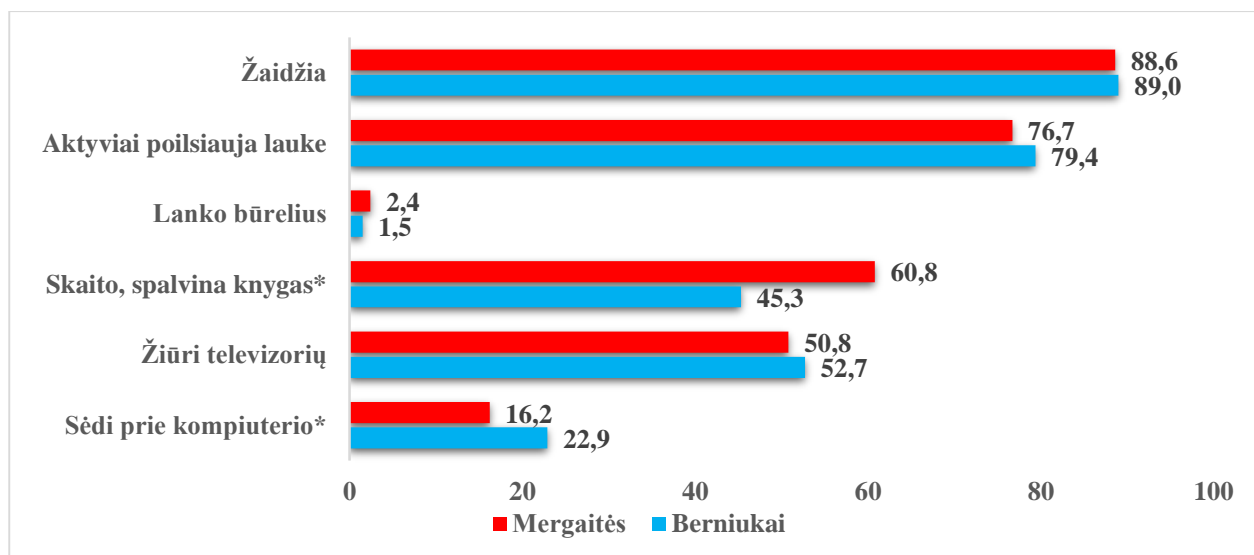
m. (16,3 proc.) amžiaus vaikų nei iki 3 m. (3,3 proc.) amžiaus vaikų darbo dienomis lankė būrelius. Daugiau 6 – 7 m. (41,0 proc.) ir 5 m. (40,7 proc.) amžiaus vaikai nei 4 m. (34,9 proc.), 3 m. (34,7 proc.) ir iki 3 m. (34,3 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai grįžę namo iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos aktyviai poilsiaavo lauke. Tuo tarpu daugiau iki 3 m. (95,3 proc.) ir 3 m. (93,0 proc.) amžiaus vaikai nei 5 m. (87,8 proc.) ir 6 – 7 m. (85,8 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai – žaidė (žr. 23 lentelę).

23 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip dažniausiai Jūsų vaikas leidžia laisvalaikį darbo dienomis?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Veikla \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Sėdi prie kompiuterio*	4,7	10,6	16,1	21,1	24,1
Žiūri televizorių*	26,5	38,7	45,2	47,9	44,8
Skaito, spalvina knygas*	37,6	50,5	52,0	52,5	50,3
Lanko būrelius*	3,3	6,7	16,3	26,8	31,4
Aktyviai poilsiauja lauke*	34,3	34,7	34,9	40,7	41,0
Žaidžia*	95,3	93,0	90,6	87,8	85,8

* $p < 0,05$

Statistiškai reikšmingai daugiau berniukai (22,9 proc.) nei mergaitės (16,2 proc.) poilsio dienomis namie sėdėjo prie kompiuterio, tuo tarpu daugiau mergaitės (60,8 proc.) nei berniukai (45,3 proc.) - skaitė, spalvino knygeles. Daugiau nei du trečdaliai vaikų poilsio dienomis namie aktyviai poilsiaavo lauke (78,1 proc.) ar žaidė (88,8 proc.), daugiau nei pusė jų – žiūrėjo televizorių (51,8 proc.) (žr. 5.2 pav.). Tėveliai, pasirinkę atsakymą „kita“ (1,1 proc.) tvirtino, kad poilsio dienomis vaikai šokinėjo ant batuto, važinėjo dviračiu, dėliojo dėliones, piešė, lipdė, šoko, dainavo.



5.2 pav. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip dažniausiai Jūsų vaikas leidžia laisvalaikį poilsio dienomis?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų lytį (proc.)

Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (29,9 proc.), 5 m. (29,0 proc.), 4 m. (19,9 proc.) ir 3 m. (14,7 proc.) amžiaus vaikų nei iki 3 m. (5,8 proc.) amžiaus vaikų poilsio dienomis sėdėjo prie kompiuterio. Daugiau 5 m. (62,7 proc.), 6 – 7 m. (59,0 proc.), 4 m. (56,0 proc.) ir 3 m. (49,9 proc.) amžiaus vaikų nei iki 3 m. (32,2 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikų savaitgaliais namie žiūrėjo televizorių.

Taip pat daugiau 5 m. (57,6 proc.), 4 m. (57,6 proc.), 6 – 7 m. (54,8 proc.) ir 3 m. (53,1 proc.) amžiaus vaikai nei iki 3 m. (42,7 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai - skaitė, spalvino knygeles. Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (3,1 proc.), 4 m. (2,4 proc.) ir 5 m. (2,3 proc.) amžiaus vaikų nei iki 3 m. (0,9 proc.) ir 3 m. (0,9 proc.) amžiaus vaikų poilsio dienomis lankė būrelius. Tuo tarpu daugiau iki 3 m. (92,3 proc.) ir 3 m. (91,2 proc.) amžiaus vaikai nei 5 m. (86,4 proc.) ir 6 – 7 m. (83,7 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikai – žaidė (žr. 24 lentelę).

24 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip dažniausiai Jūsų vaikas leidžia laisvalaikį poilsio dienomis?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Veikla \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Sėdi prie kompiuterio*	5,8	14,7	19,9	29,0	29,9
Žiūri televizorių*	32,2	49,9	56,0	62,7	59,0
Skaito, spalvina knygas*	42,7	53,1	57,6	57,6	54,8
Lanko būrelius*	0,9	0,9	2,4	2,3	3,1
Aktyviai poilsiauja lauke	74,1	78,7	79,5	79,8	78,0
Žaidžia*	92,3	91,2	89,5	86,4	83,7

* $p < 0,05$

Apklausoje metu buvo pasidomėta, kaip šeima organizuoja savo laisvalaikį (ar visa šeima aktyviai sportuoja, eina pasivaikščioti, žaidžia kompiuterinius žaidimus ar stalo žaidimus, kartu skaito vaikišką literatūrą ar kartu žiūri TV laidas, ar paprasčiausiai nieko nedaro kartu). Daugiau nei du trečdaliai apklaustųjų (87,9 proc.) tvirtino, kad kartu eina pasivaikščioti, beveik pusė respondentų nurodė, kad skaito vaikišką literatūrą (48,2 proc.) ar kartu žiūri TV laidas (48,9 proc.), beveik trečdalis – kartu žaidė stalo žaidimus (27,3 proc.). Lyginant tėvėlių atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi.

Daugiau iki 3 m. (91,2 proc.) ir 3 m. (89,4 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (83,5 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus turinčios šeimos laisvalaikiu kartu ėjo pasivaikščioti. Daugiau 5 m. (52,1 proc.), 3 m. (49,9 proc.), iki 3 m. (49,2 proc.) ir 4 m. (47,5 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (41,0 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus auginančios šeimos kartu skaitė vaikišką literatūrą. Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (54,6 proc.), 4 m. (52,0 proc.), 5 m. (51,1 proc.) ir 3 m. (47,1 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (41,2 proc.) amžiaus vaikus turinčios šeimos laisvalaikiu kartu žiūrėjo TV laidas. Taip pat daugiau 6 – 7 m. (37,5 proc.), 5 m. (30,0 proc.), 4 m. (28,6 proc.) ir 3 m. (25,7 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (17,3 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus auginančios šeimos laisvalaikiu žaidė stalo žaidimus. Statistiškai reikšmingai daugiau 5 m. (11,2 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (6,7 proc.) ir 3 m. (6,7 proc.) amžiaus vaikus turinčios šeimos aktyviai sportavo laisvalaikiu. Taip pat daugiau 5 m. (6,8 proc.), 6 – 7 m. (6,2 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (2,4 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus turinčios šeimos kartu žaidė kompiuterinius žaidimus (žr. 25 lentelę). Tėveliai, pasirinkę atsakymą „kita“ (13,1 proc.) tvirtino, kad jų šeimos laisvalaikiu važiuoja į gamtą (4,7 proc.), keliauja (4,3 proc.), eina į

kultūros renginius, kiną, teatrą (1,7 proc.), kartu su vaikais dirba namuose (1,4 proc.), važinėjasi dviračiais (0,5 proc.), eina į svečius (0,5 proc.).

25 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip Jūsų šeima organizuoja savo laisvalaikį?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Veikla \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Aktyviai sportuoja*	6,7	6,7	9,8	11,2	8,3
Eina pasivaikščioti*	91,2	89,4	88,7	86,0	83,5
Žaidžia kompiuterinius žaidimus*	2,4	3,1	5,1	6,8	6,2
Žaidžia stalo žaidimus*	17,3	25,7	28,6	30,0	37,5
Skaito vaikišką literatūrą*	49,2	49,9	52,1	47,5	41,0
Kartu žiūri TV laidas*	41,2	47,1	52,0	51,1	54,6
Niekaip neorganizuoja	2,8	3,3	2,4	2,6	3,4

*p<0,05

Šiauliečių tėvelių buvo paklausta, kiek vidutiniškai laiko laisvalaikiu jie leidžia savo vaikams žiūrėti TV, žaisti kompiuterinius žaidimus. Daugiau nei pusė apklaustųjų (55,8 proc.) tvirtino, kad leidžia apie 1 val. per dieną, trečdalis (33,0 proc.) – 2 val. žiūrėti TV ar žaisti kompiuterinius žaidimus. Lyginat atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi.

Daugiau 3 m. (60,5 proc.), iki 3 m. (58,5 proc.) ir 4 m. (56,5 proc.) amžiaus vaikai nei 6 – 7 m. (50,7 proc.) (p<0,05) amžiaus vaikai laisvalaikiu žiūrėjo TV, žaidė kompiuterinius žaidimus apie 1 val. per dieną. Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (41,2 proc.), 5 m. (39,3 proc.), 4 m. (35,6 proc.) ir 3 m. (29,3 proc.) amžiaus vaikai nei iki 3 m. (20,7 proc.) amžiaus vaikai laisvalaikiu prie televizoriaus ar kompiuterio praleido 2 val. per dieną. Daugiau 6 – 7 m. (7,0 proc.) ir 5 m. (6,2 proc.) amžiaus vaikai nei iki 3 m. (2,8 proc.) amžiaus vaikai laisvalaikiu prie televizoriaus ar kompiuterio praleido 3 val. per dieną. Tuo tarpu daugiau iki 3 m. (18,0 proc.) amžiaus vaikų nei 3 m. (4,8 proc.), 4 m. (3,2 proc.), 5 m. (1,9 proc.) ir 6 – 7 m. (1,1 proc.) (p<0,05) amžiaus vaikų laisvalaikiu visai nežiūrėjo televizoriaus, nežaidė kompiuteriu (žr. 26 lentelę).

26 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kiek vidutiniškai laiko laisvalaikiu Jūsų vaikas žiūri TV, žaidžia kompiuterinius žaidimus?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Laikas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Apie 1 val. per dieną*	58,5	60,5	56,5	52,6	50,7
2 val. per dieną *	20,7	29,3	35,6	39,3	41,2
3 val. ir daugiau per dieną*	2,8	5,4	4,7	6,2	7,0
Nežiūri, nežaidžia*	18,0	4,8	3,2	1,9	1,1

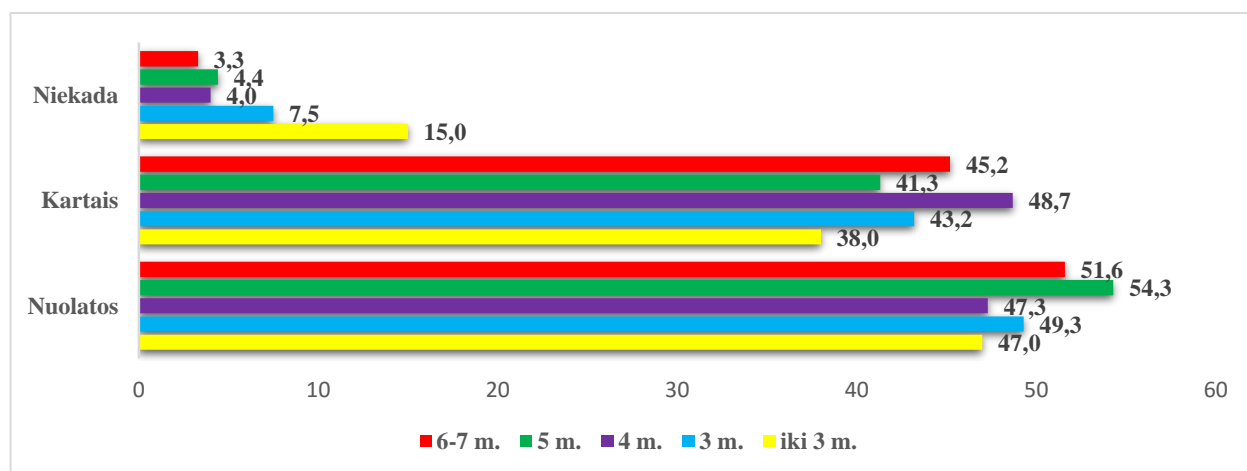
*p<0,05

Apibendrinant atliktą analizę galima teigti, kad laisvalaikiu grįžę iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos ar poilsio dienomis didžioji dauguma vaikų žaidžia. Darbo dienomis daugiau berniukai ir vyresni vaikai laisvalaikiu namie žaidė kompiuteriu ar aktyviai poilsavo lauke (p<0,05). Taip pat daugiau vyresni vaikai ir mergaitės grįžę iš darželio skaitė, spalvino knygeles ar lankė būrelius, o

berniukai ir jaunesni vaikai – žaidė. Poilsio dienomis daugiau berniukai ir vyresni vaikai laisvalaikiu namie žaidė kompiuteriu, taip pat vyresni vaikai ir mergaitės laisvalaikiu namie skaitė, spalvino knygeles ($p < 0,05$). Daugiau vyresni vaikai savaitgaliais žiūrėjo televizorių ar lankė būrelius, o jaunesni – žaidė ($p < 0,05$). Didžioji dauguma šeimų laisvalaikiu eina pasivaikščioti, kas antra kartu su vaikais žiūri TV, skaito vaikišką literatūrą. Daugiau šeimos su jaunesniais vaikais ėjo pasivaikščioti ar skaitė vaikišką literatūrą, o šeimos su vyresniais vaikais - žiūrėjo TV, žaidė stalo žaidimus ar kompiuterinius žaidimus ($p < 0,05$). Laisvalaikiu daugiau nei pusė vaikų žiūri TV, žaidžia kompiuteriu dažniausia apie 1 val. per dieną. Daugiau vyresni vaikai leido laiką prie televizoriaus ar kompiuterio – 2 val. per dieną, o daugiau jauniausi – visai nežiūrėjo TV, nežaidė kompiuteriu.

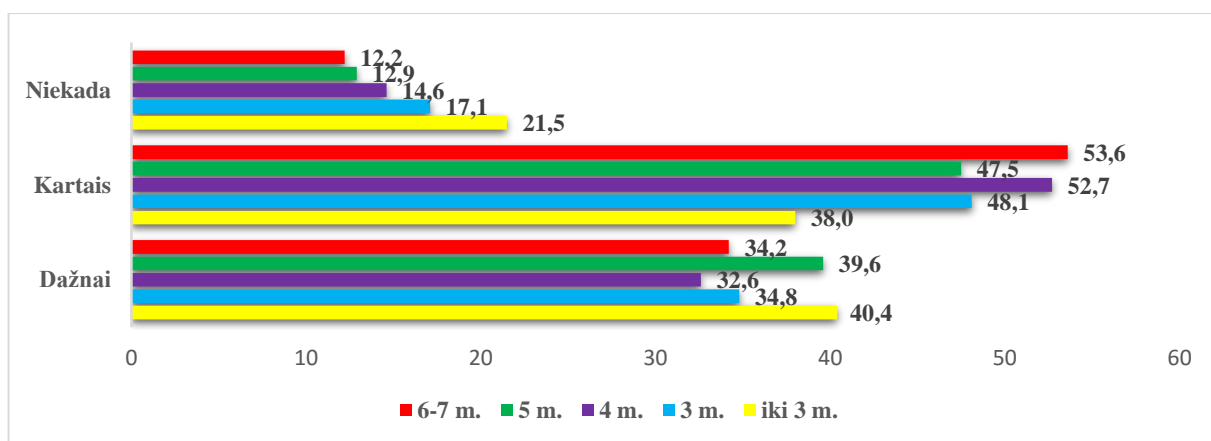
6. Sveikatos stiprinimas

Apklausos metu buvo pasidomėta, ar ikimokyklinio ugdymo įstaigoje yra vykdomos vaikų sveikatos ugdymo ir stiprinimo priemonės. 49,8 proc. apklaustųjų tvirtino, kad tokios priemonės vyksta nuolatos, 43,2 proc. – kartais, o 7,0 proc. – niekada. Lyginant respondentų atsakymus pagal amžiaus grupes, statistiškai reikšmingai daugiau iki 3m. amžiaus vaikų tėvai (15,0 proc.) tvirtino, kad sveikatos stiprinimo priemonės jų ikimokyklinio ugdymo įstaigoje nevykdomos (žr. 6.1 pav.).



6.1 pav. Tėvų atsakymų į klausimą „Ar Jūsų ikimokyklinio ugdymo įstaigoje yra vykdomos vaikų sveikatos ugdymo ir stiprinimo priemonės?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Taip pat buvo klausiama, ar ikimokyklinio ugdymo įstaiga bendradarbiauja su tėvais vaikų sveikatos ugdymo ir stiprinimo klausimais. 36,6 proc. respondentų atsakė, kad bendradarbiaujama šiais klausimais dažnai, 47,6 proc. – kartais, 15,8 proc. – niekada. Dažniau nei kas penktas apklausoje dalyvavęs iki 3 m. amžiaus vaiko tėvas tvirtino, kad niekada tokias klausimais su jais nebendradarbiavo (žr. 6.2 pav.).



6.2 pav. Tėvų atsakymų į klausimą „Ar ikimokyklinio ugdymo įstaiga bendradarbiauja su Jumis vaikų sveikatos ugdymo ir stiprinimo klausimais?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Buvo pasiteirauta, ar tėvus aplamai domina vaikų sveikatos stiprinimo klausimai. 97,5 proc. atsakiusiųjų tvirtino, kad tokie klausimai juos domina. 90,8 proc. respondentų norėtų dalyvauti ikimokyklinio ugdymo įstaigos organizuojamuose vaikų sveikatos stiprinimo ir ugdymo priemonėse.

Apklauskos metu siekta išsiaiškinti, koks laikas tėveliams būtų patogus dalyvauti vaikų sveikatos stiprinimo priemonėse. Du trečdaliai (65,3 proc.) tėvų galėtų dalyvauti šiose priemonėse 17–19 val., 16,2 proc. tėvų – 15–17 val., 11,1 proc. tėvų – 8–10 val., 6,6 proc. tėvų – 10-12 val.

Respondentų buvo paklausta, kokiose vaikų sveikatos stiprinimo priemonėse (išvykose į gamtą, vaikų sporto šventėse, mokymuose, individualiuose pokalbiuose) jie yra dalyvavę per praėjusius metus. 30,2 proc. tėvelių tvirtino dalyvavę vaikų sporto šventėse, 24,0 proc. – išvykose į gamtą, 20,0 proc. – individualiuose pokalbiuose, 8,6 proc. – pamokėlėse, mokymuose. 21,3 proc. apklaustųjų nedalyvavo jokiose priemonėse ar tvirtino, kad tokių priemonių nebuvo.

Lyginant apklausos duomenis pagal vaikų amžių, atsakymai statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 3 m. (25,5 proc.), 4 m. (31,9 proc.), 5 m. (37,4 proc.) ir 6 - 7 m. (39,7 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (18,2 proc.) $p < 0,05$ amžiaus vaikus turintys apklaustieji tvirtino dalyvavę vaikų sporto šventėse. Taip pat statistiškai reikšmingai daugiau 3 m. (20,7 proc.), 4 m. (21,5 proc.), 5 m. (21,9 proc.) ir 6 - 7 m. (21,6 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (14,9 proc.) amžiaus vaikus turintys respondentai dalyvavo individualiuose pokalbiuose (žr. 27 lentelę).

27 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kokiuose vaikų sveikatos stiprinimo priemonėse esate dalyvavę per praėjusius metus?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Priemonė \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Išvykos į gamtą	23,2	21,2	24,1	24,5	26,7
Vaikų sporto šventės*	18,2	25,5	31,9	37,4	39,7
Pamokėlės, mokymai	8,2	9,2	8,9	8,8	7,6
Individualūs pokalbiai*	14,9	20,7	21,5	21,9	21,6

* $p < 0,05$

Tėvelių buvo paklausta, kokių žinių apie vaikų sveikatą jiems trūksta. 48,6 proc. apklaustųjų truko žinių apie ligų prevenciją, 46,8 proc. – apie sveikatos stiprinimą, 22,3 proc. – apie sveiką mitybą, 14,3 proc. – apie fizinį aktyvumą. 9,6 proc. apklaustųjų nurodė, kad jiems netrūksta žinių apie vaikų sveikatą. Keletas tėvelių paminėjo, kad jiems trūksta psichologijos ar netradicinės medicinos žinių.

Lyginat apklaustųjų atsakymus pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 6 – 7 m. (13,8 proc.), 4 m. (13,5 proc.), 3m. (12,8 proc.) ir 5 m. (12,8 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (8,2 proc.) $p < 0,05$ amžiaus vaikus turintys apklaustieji tvirtino, kad jiems trūksta žinių apie žalingas priklausomybes. Tuo tarpu daugiau iki 3 m. (51,2 proc.), 3 m. (49,9 proc.) ir 4 m. (48,9 proc.) amžiaus vaikus nei 5 m. (41,7 proc.) ir 6 - 7 m. (41,4 proc.) $p < 0,05$ amžiaus vaikus auginantys tėvai teigė, kad jiems trūksta žinių apie vaikų sveikatos stiprinimą. Statistiškai reikšmingai jaunesnių vaikų tėvai (iki 3m. (54,5 proc.), 3m. (51,3 proc.) ir 4 m. (49,7 proc.)) nei vyresnių vaikų (5 m. (44,6 proc.) ir 6 - 7 m. (41,0 proc.)) tėvai nurodė, kad jiems trūksta žinių apie ligų prevenciją (žr. 28 lentelę).

28 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kokių žinių apie vaikų sveikatą Jums trūksta?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Žinios \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Sveika mityba	21,0	22,8	21,6	21,7	24,7
Fizinis aktyvumas	14,2	14,4	16,0	13,8	12,2
Asmens higiena	5,5	4,9	5,6	4,3	4,0
Žalingos priklausomybės*	8,2	12,8	13,5	12,8	13,8
Sveikatos stiprinimas*	51,2	49,9	48,9	41,7	41,4
Ligų prevencija*	54,5	51,3	49,7	44,6	41,0

* $p < 0,05$

Apklaustos metu siekta išsiaiškinti tėvų nuomonę apie jų vaikams priimtinausius metodus mokantis apie sveikatos stiprinimą (ar tai būtų išvykos, ekskursijos, masiniai renginiai, pamokėlės, mokymai, individualūs pokalbiai, ugdomieji žaidimai). 77,9 proc. apklaustųjų manė, kad mokantis apie sveikatos stiprinimą vaikams priimtinausi būtų ugdomieji žaidimai, 54,3 proc. – pamokėlės, mokymai, 48,9 proc. – išvykos, ekskursijos, 21,5 proc. – individualūs pokalbiai. Keletas tėvų dar paminėjo ir vaizdinę medžiagą, mokymąsi vaidinimų pagalba ar remiantis teigiamais gerais pavyzdžiais iš gyvenimo.

Lyginat apklaustos duomenis pagal vaikų amžių, tėvų atsakymai statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 6 – 7 m. (59,7 proc.), 5 m. (56,7 proc.) 4 m. (49,6 proc.) ir 3 m. (44,0 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (36,8 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus turintys apklaustieji manė, kad mokytis apie sveikatos stiprinimą vaikams priimtinausia būtų išvykų, ekskursijų metu. Statistiškai reikšmingai daugiau 5 m. (60,6 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (54,8 proc.) ir iki 3 m. (55,3 proc.) amžiaus vaikus auginantys tėvai nurodė pamokėles, mokymus kaip priimtinausią būdą. Daugiau iki 3 m. (80,9 proc.) ir 3 m. (79,2 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (73,1 proc.) amžiaus vaikus turintys apklaustieji atsakė, kad priimtinausi būtų ugdomieji žaidimai (žr. 29 lentelę).

29 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kokie metodai Jūsų vaikui būtų priimtinausi mokantis apie sveikatos stiprinimą?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Metodas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Išvykos, ekskursijos*	36,8	44,0	49,6	56,7	59,7
Masiniai renginiai	7,9	9,7	9,4	11,5	11,4
Pamokėlės, mokymai*	55,3	58,2	57,2	60,6	54,8
Individualūs pokalbiai	19,4	21,6	21,0	24,4	22,9
Ugdomieji žaidimai*	80,9	79,2	77,0	75,4	73,1

*p<0,05

Apibendrinant atliktą analizę matyti, kad pusė apklaustų tėvų tvirtino, jog ikimokyklinio ugdymo įstaigoje nuolatos vyksta sveikatos ugdymo ir stiprinimo priemonės. Daugiau iki 3 m. amžiaus vaikų tėveliai tvirtino, kad tokios priemonės nevyko niekada. Daugiau nei trečdalis apklaustųjų nurodė, kad jų ikimokyklinio ugdymo įstaiga dažnai bendradarbiauja vaikų sveikatos stiprinimo klausimais. Didžiąją daugumą respondentų domina vaikų sveikatos stiprinimo klausimai ir jie norėtų dalyvauti vaikų sveikatos stiprinimo priemonėse. Daugiau kaip du trečdaliai apklaustųjų šiose priemonėse galėtų dalyvauti 17 – 19 val. Per praėjusius metus kas trečias tėvelis tvirtino dalyvavęs vaikų sporto šventėse, kas ketvirtas – išvykose į gamtą, kas penktas – individualiuose pokalbiuose. Daugiau vyresnių vaikų tėveliai tvirtino dalyvavę vaikų sporto šventėse ir individualiuose pokalbiuose (p<0,05). Beveik pusė apklaustųjų nurodė, kad jiems trūksta žinių apie ligų prevenciją ir sveikatos stiprinimą. Daugiau vyresnių vaikų tėveliams truko žinių apie žalingas priklausomybes, o jaunesnių – apie ligų prevenciją ir sveikatos stiprinimą (p<0,05). Daugiau kaip du trečdaliai respondentų ugdomuosius žaidimus, pusė apklaustųjų – pamokėles, mokymus ir išvykas, ekskursijas įvardijo, kaip priimtinausius būdus vaikams mokantis apie sveikatos stiprinimą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje. Daugiau vyresnių vaikų tėvams pamokėlės, mokymai ir išvykos, ekskursijos, o daugiau jaunesnių - ugdomieji žaidimai - priimtinausi būdai vaikams mokantis apie sveikatos stiprinimą (p<0,05).

7. Kita

Apklaustos metu buvo pasidomėta, kokią pagalbą tėveliai norėtų gauti iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos visuomenės sveikatos priežiūros specialisto (ar individualių pokalbių, konsultacijų, pamokėlių, mokymų, informacinės medžiagos, sveikatingumo renginių). 46,6 proc. respondentų pageidavo gauti informacinės medžiagos, 40,3 proc. – sveikatingumo renginių, 33,6 proc. – pamokėlių, mokymų, 29,9 proc. – konsultacijų. 2,1 proc. tėvų iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos visuomenės sveikatos priežiūros specialisto nenorėjo jokios pagalbos.

Lyginant apklaustos duomenis pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 3 m. (34,4 proc.) ir iki 3 m. (33,9 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (27,2 proc.) ir 5 m. (26,0 proc.) (p<0,05) amžiaus vaikus turintys respondentai norėjo gauti konsultacijų. Daugiau iki 3 m. (37,2 proc.)

amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (31,2 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus auginantys tėvai iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos visuomenės sveikatos priežiūros specialisto pageidavo pamokėlių mokymų. Statistiškai reikšmingai daugiau iki 3 m. (52,9 proc.), 3 m. (47,4 proc.) ir 5 m. (45,3 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (41,0 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus turintys apklaustieji norėjo gauti informacinės medžiagos. Daugiau 5 m. (43,7 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (38,4 proc.) ir 3 m. (35,7 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus turintys respondentai norėjo iš visuomenės sveikatos priežiūros specialisto sveikatingumo renginių (žr. 30 lentelę).

30 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kokią pagalbą norėtumėte gauti iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos visuomenės sveikatos priežiūros specialisto?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Pagalba \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Individualūs pokalbiai	17,3	17,7	17,7	18,8	15,1
Konsultacijos*	33,9	34,4	28,2	26,0	27,2
Pamokėlės, mokymai*	37,2	33,5	32,8	32,6	31,2
Informacinė medžiaga*	52,9	47,4	44,6	45,3	41,0
Sveikatingumo renginiai*	38,4	35,7	41,8	43,7	41,6

* $p < 0,05$

Respondentų buvo pasiteirauta, kaip jie puoselėja savo vaikų psichinę sveikatą. 87,5 proc. apklaustųjų vaikus mokė bendrauti, 76,6 proc. – skatino pasitikėti savimi, 70,4 proc. – mokė valdyti emocijas, 50,8 proc. - ugdė savivertės jausmą. Kaip kitus būdus (0,9 proc.) stiprinant psichinę sveikatą tėveliai įvardijo gerus šiltus tarpusavio santykius šeimoje, meilę ir atsivimą savo vaikui.

Lyginant apklausos duomenis pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 3 m. (74,0 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (67,9 proc.), 6 – 7 m. (68,1 proc.) ir 4 m. (68,2 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus turintys tėvai mokė valdyti emocijas. Statistiškai reikšmingai daugiau 5 m. (54,6 proc.) ir 4 m. (53,0 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (45,6 proc.) amžiaus vaikus turintys respondentai ugdė savivertės jausmą. Daugiau 6 – 7 m. (81,1 proc.) ir 5 m. (80,0 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (71,2 proc.) ir 3 m. (74,3 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus auginantys apklaustieji skatino pasitikėti savimi. Statistiškai reikšmingai daugiau iki 3 m. (89,8 proc.), 4 m. (88,9 proc.) ir 3 m. (87,6 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (83,1 proc.) amžiaus vaikus turintys tėvai mokė bendrauti (žr. 31 lentelę).

31 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip puoselėjate savo vaiko psichinę sveikatą?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Metodas \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Moko valdyti emocijas*	67,9	74,0	68,2	74,0	68,1
Ugdo savivertės jausmą*	45,6	49,0	53,0	54,6	51,6
Skatina pasitikėti savimi*	71,2	74,3	76,6	80,0	81,1
Moko bendrauti*	89,8	87,5	88,9	86,9	83,1

* $p < 0,05$

Apklaustos dalyvių buvo pasiteirauta ar jie patys ir jų šeimos propaguoja sveiką gyvenimo būdą. Respondentų atsakymai statistiškai reikšmingai nesiskyrė. 26,9 proc. apklaustųjų sveiką gyvenimo būdą propagavo nuolatos, 70,3 proc. – kartais, o 2,9 proc. – niekada.

Tėvų buvo paklausta, kokiomis priemonėmis jie stiprina savo vaikų sveikatą (ar vitaminais, maisto papildais, ekologišku maistu, mankštomis, grūdinimu, įvairiomis terapijomis (vandens, šviesos, druskų ir t.t)). Didžioji dauguma tėvų (70,3 proc.) vaikų sveikatą stiprino vitaminais, maisto papildais, 44,8 proc. – ekologišku maistu, 33,4 proc. – grūdinimu, 21,8 proc. – mankštomis. Kitas papildomas priemonės respondentai (2,7 proc.) įvardijo buvimą gryname ore, pakankamą fizinį aktyvumą ir poilsį, sveikatos stiprinimą liaudies medicinos ir netradicinės medicinos priemonėmis. 0,6 proc. apklaustųjų savo vaikų sveikatos nestiprino jokiais priemonėmis.

Lyginant apklausos duomenis pagal vaikų amžių, jie statistiškai reikšmingai skyrėsi. Daugiau 4 m. (73,7 proc.) amžiaus vaikus nei 6 – 7 m. (66,8 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus turintys tėvai sveikatą stiprino vitaminais, maisto papildais. Statistiškai reikšmingai daugiau 6 – 7 m. (24,3 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (19,5 proc.) amžiaus vaikus auginantys respondentai sveikatą stiprino mankštomis. Taip pat daugiau 6 – 7 m. (16,2 proc.) amžiaus vaikus nei iki 3 m. (9,5 proc.) ir 3 m. (10,6 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus vaikus auginantys apklausos dalyviai sveikatą stiprino įvairiomis terapijomis (vandens, šviesos, druskų) (žr. 32 lentelę).

32 lentelė. Tėvų atsakymų į klausimą „Kaip stiprinate savo vaiko sveikatą?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vaikų amžių (proc.)

Priemonė \ Amžius	Iki 3 m.	3 m.	4 m.	5 m.	6–7 m.
Vitaminai, maisto papildai*	70,3	70,3	73,7	69,6	66,8
Ekologiškas maistas	44,7	44,0	44,1	47,0	43,7
Mankštos*	19,5	21,9	21,9	22,1	24,3
Grūdinimas	34,7	32,7	34,7	32,2	32,5
Įvairios terapijos (vandens, šviesos, druskų)*	9,5	10,6	12,7	14,1	16,2

* $p < 0,05$

Apibendrinant atliktą analizę galima teigti, kad iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos visuomenės sveikatos priežiūros specialisto beveik kas antras apklaustas tėvelis norėtų gauti informacinės medžiagos ir sveikatingumo renginių, kas trečias – pamokėlių, mokymų, konsultacijų. Daugiau jaunesnių vaikų tėveliai norėjo gauti konsultacijų, pamokėlių mokymų, informacinės medžiagos, vyresnių – sveikatingumo renginių ($p < 0,05$). Puoselėdami vaikų psichinę sveikatą didžioji dalis respondentų savo atžalas mokė bendrauti, valdyti emocijas, ugdė savivertės jausmą. Daugiau vyresnių vaikų tėvai skatino vaikus pasitikėti savimi, ugdė savivertės jausmą, jaunesnių – mokė bendrauti ($p < 0,05$). Tik dažniau nei kas ketvirtas apklaustasis tvirtino, kad jis pats ir jo šeima propaguoja sveiką gyvenimo būdą nuolatos. Didžioji dauguma tėvelių savo vaikų sveikatą stiprino vitaminais, maisto papildais, beveik kas antras – ekologišku maistu, kas trečias – grūdinimu, kas

penktas – mankštomis. Daugiau priešmokyklinio amžiaus vaikų sveikata buvo stiprinama mankštomis ir įvairiomis terapijomis ($p < 0,05$).

IŠVADOS

1. Sveikata. Kas trečias atsakiusysis nurodė, kad jo vaikas nelankė ikimokyklinio ugdymo įstaigos tik kartą, taip pat beveik kas trečias – keturis ir daugiau kartų. Vieną kartą per šiuos metus dažniau sirgo iki 3 m. amžiaus vaikai, keturis ir daugiau kartų dažniau sirgo 3 – 5 m. amžiaus vaikai. Didžioji dalis respondentų patvirtino, kad vaikai dažniausiai sirgo peršalimo ligomis. Daugiau vyresni vaikai sirgo per praėjusius metus peršalimo ligomis, taip pat daugiau priešmokyklinio amžiaus vaikai sirgo ir virškinimo sistemos sutrikimais ($p < 0,05$). Dažniausiai vaikai buvo alergiški pienui ir jo produktams, citrusiniams vaisiams, šokoladui ir medui. Buvo vaikų, kurie alergiški ne vienam, o keletui maisto produktų. Du trečdaliai apklaustųjų savo vaikų sveikatą vertino gerai, o kas penktas – labai gerai.

Mityba. Kasdien namuose pusryčiavo dažniau nei kas trečias vaikas. Daugiau berniukai kasdien pusryčiavo namuose, tuo tarpu daugiau mergaitės niekada nevalgė pusryčių ($p < 0,05$). Du trečdaliai apklaustųjų tvirtino, jų šeima dažnai stengiasi sveikai maitintis. Daugiau nei du trečdaliai vaikų namie kasdien valgė vaisius ir daržoves, beveik kas penktas vaikas – saldainius. Daugiau jaunesni vaikai kasdien namie valgė vaisius ir daržoves, vyresni – saldainius, šokoladą ($p < 0,05$). Daugiau nei trečdalis respondentų nurodė, kad jų šeima niekada nesilankė greito maisto kavinėse, du trečdaliai, kad lankosi kartais. Daugiau iki 3 m. amžiaus vaikus auginančios šeimos niekada nesilankė greito maisto kavinėse ($p < 0,05$).

Fizinis aktyvumas. Vaikus į ikimokyklinio ugdymo įstaigą tėvai dažniausiai nuveža automobiliu. Daugiau berniukai ir mažesni ikimokyklinukai dažnai buvo fiziškai aktyvūs ($p < 0,05$). Darbo dienomis beveik pusė vaikų aktyviam poilsiui skyrė 1 – 2 val., poilsio dienomis beveik pusė vaikų skyrė daugiau nei 4 val. per dieną. Daugiau vaikai iki 3 m. amžiaus aktyviam poilsiu per dieną skyrė daugiau nei 4 val. laiko ($p < 0,05$). Kasdien laisvalaikiu fiziškai aktyvus buvo tik beveik kas penktas apklaustas tėvelis. Darbo dienomis du trečdaliai vaikų lauke praleido 1 - 2 val. laiko, poilsio dienomis beveik pusė vaikų praleido lauke 3 - 4 val. laiko. Daugiau berniukai ir jaunesni vaikai poilsiaudami lauke bėgiojo, daugiau mergaitės ir jaunesni vaikai vaikščiojo su savo tėvais ar žaidė smėlio dėžėje ($p < 0,05$). Daugiau berniukai ir vyresni vaikai poilsiaudami lauke važinėjo dviratuku, daugiau vyresni vaikai lauke žaidė su kitais vaikais ($p < 0,05$).

Laisvalaikis. Grįžę iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos ar poilsio dienomis didžioji dauguma vaikų žaidė. Darbo dienomis daugiau berniukai ir vyresni vaikai laisvalaikiu namie žaidė kompiuteriu ar aktyviai poilsiauvo lauke ($p < 0,05$). Taip pat daugiau vyresni vaikai ir mergaitės grįžę iš darželio skaitė, spalvino knygeles ar lankė būrelius, o berniukai ir jaunesni vaikai – žaidė ($p < 0,05$). Poilsio dienomis daugiau berniukai ir vyresni vaikai laisvalaikiu namie žaidė kompiuteriu, taip pat vyresni vaikai ir mergaitės laisvalaikiu namie skaitė, spalvino knygeles ($p < 0,05$). Daugiau vyresni vaikai savaitgaliais

žiūrėjo televizorių ar lankė būrelius, o jaunesni – žaidė ($p < 0,05$). Didžioji dauguma šeimų laisvalaikiu ėjo pasivaikščioti, kas antra kartu su vaikais žiūrėjo TV, skaitė vaikišką literatūrą. Daugiau šeimoms su jaunesniais vaikais ėjo pasivaikščioti ar skaitė vaikišką literatūrą, o šeimoms su vyresniais vaikais – žiūrėjo TV, žaidė stalo žaidimus ar kompiuterinius žaidimus ($p < 0,05$). Laisvalaikiu daugiau nei pusė vaikų žiūrėjo TV, žaidė kompiuteriu apie 1 val. per dieną. Daugiau vyresni vaikai leido laiką prie televizoriaus ar kompiuterio – 2 val. per dieną, o daugiau jauniausi – visai nežiūrėjo TV, nežaidė kompiuteriu ($p < 0,05$).

2. Sveikatos stiprinimas. Pusė apklaustų tėvų tvirtino, kad ikimokyklinio ugdymo įstaigoje nuolatos vyksta sveikatos ugdymo ir stiprinimo priemonės. Daugiau iki 3 m. amžiaus vaikų tėveliai tvirtino, kad tokios priemonės nevyko niekada ($p < 0,05$). Daugiau nei trečdalis apklaustųjų nurodė, kad jų ikimokyklinio ugdymo įstaiga dažnai bendradarbiauja vaikų sveikatos stiprinimo klausimais. Didžiąją daugumą respondentų domino vaikų sveikatos stiprinimo klausimai ir jie norėjo dalyvauti vaikų sveikatos stiprinimo priemonėse. Daugiau kaip du trečdaliai apklaustųjų šiose priemonėse galėtų dalyvauti 17 – 19 val. Per praėjusius metus kas trečias tėvelis tvirtino dalyvavęs vaikų sporto šventėse, kas ketvirtas – išvykose į gamtą, kas penktas – individualiuose pokalbiuose. Daugiau vyresnių vaikų tėveliai tvirtino dalyvavę vaikų sporto šventėse ir individualiuose pokalbiuose ($p < 0,05$). Beveik pusė apklaustųjų nurodė, kad jiems trūksta žinių apie ligų prevenciją ir sveikatos stiprinimą. Daugiau vyresnių vaikų tėveliams truko žinių apie žalingas priklausomybes, o jaunesnių – apie ligų prevenciją ir sveikatos stiprinimą ($p < 0,05$). Daugiau kaip du trečdaliai respondentų ugdomuosius žaidimus, pusė apklaustųjų – pamokėles, mokymus ir išvykas, ekskursijas įvardijo, kaip priimtinausius būdus vaikams mokantis apie sveikatos stiprinimą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje. Daugiau vyresnių vaikų tėvams pamokėlės, mokymai ir išvykos, ekskursijos, o daugiau jaunesnių – ugdomieji žaidimai - priimtinausi būdai vaikams mokantis apie sveikatos stiprinimą ($p < 0,05$). Iš ikimokyklinio ugdymo įstaigos visuomenės sveikatos priežiūros specialisto beveik kas antras apklaustas tėvelis norėtų gauti informacinės medžiagos ir sveikatingumo renginių, kas trečias – pamokėlių, mokymų, konsultacijų. Daugiau jaunesnių vaikų tėveliai norėjo gauti konsultacijų, pamokėlių mokymų, informacinės medžiagos, vyresnių – sveikatingumo renginių ($p < 0,05$).