

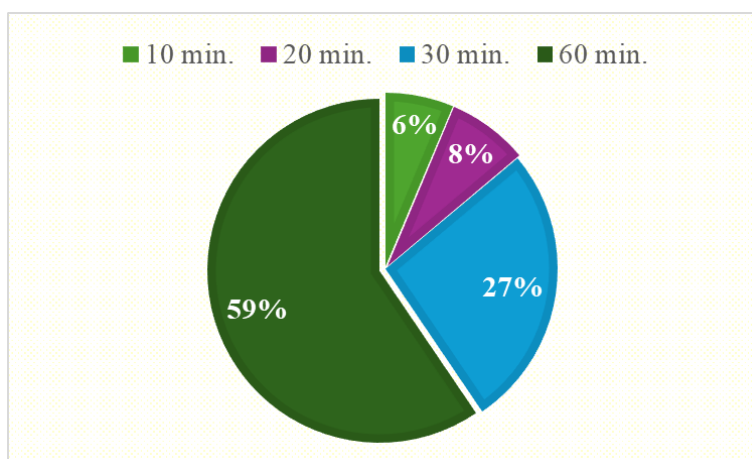
VILNIAUS „VYTURIO“ PRADINĖ MOKYKLA

Mokinių sveikatos raštingumo tyrimo apibendrinimas

Tikslinė grupė: **3 – 4 klasės.**

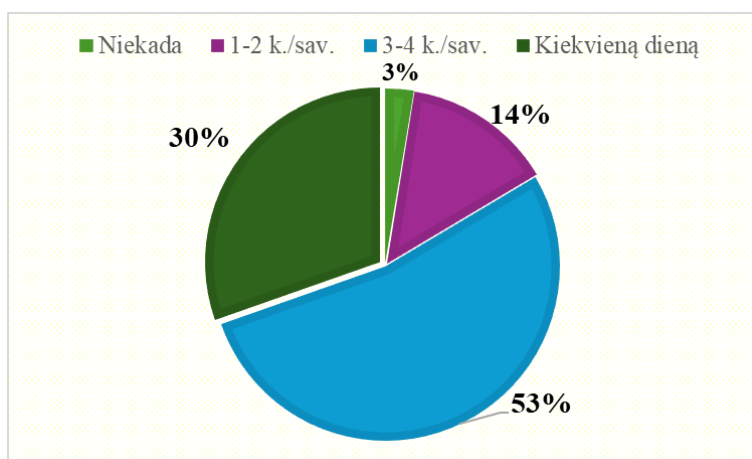
Iš viso yra 8 klasės, apklaustos 4 klasės: 3 klasės ketvirtokų ir viena klasė trečiokų. Tyrime dalyvavo 79 mokiniai.

Ar žinai kiek mažiausiai laiko per dieną tu, ar tavo draugas(-ė) turėtumėte užsiimti aktyvia fizine veikla?



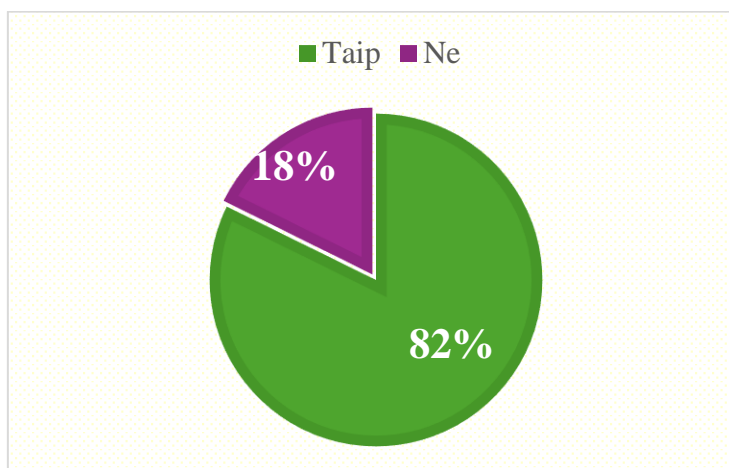
59 proc., t. y. 47 mokiniai, nurodė, kad mažiausiai per dieną 1 valandą reikėtų užsiimti aktyvia fizine veikla. 27 proc., arba 21 mokinys, mano, kad pakanka 30 minučių per dieną aktyvios fizinės veiklos, 8 proc., t. y. 6 mokiniai, mano, kad pakanka 20 minučių, o 6 proc., 5 mokiniai, – 10 minučių.

Kiek kartų per savaitę užsiimi aktyvia fizine veikla (važinėji dviračiu, sportuoji, bėgioji, žaidimai kieme ir kita)?



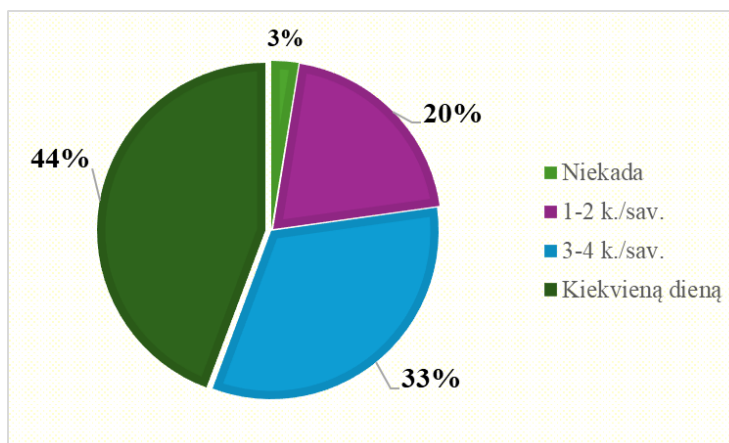
Kiekvieną dieną aktyvia fizine veikla užsiima 30 proc., arba 24 mokiniai. 3-4 kartus per savaitę tokiai veiklai skiria 53 proc., t. y. 42 mokiniai. 11 mokinių, t. y. 14 proc., aktyviai fizinei veiklai skiria 1 -2 kartus per savaitę, o 2 mokiniai, arba 3 proc., nurodė, kad niekada neužsiima aktyvia fizine veikla.

Ar žinai ką vadiname sveikatai palankia mityba?



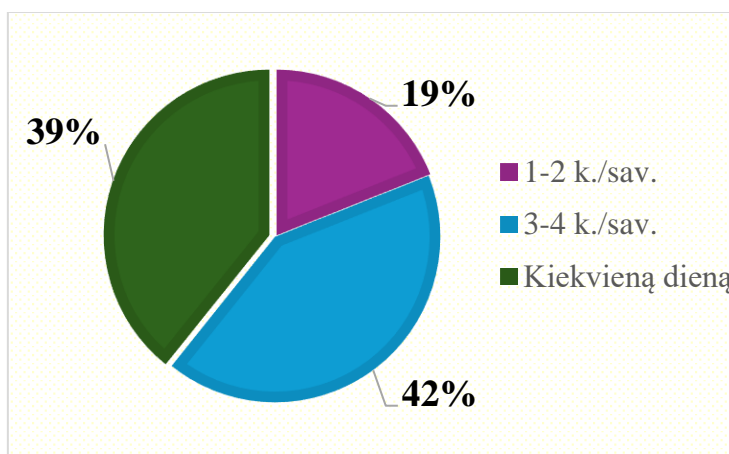
82 proc., t. y. 65 mokiniai, žino, ką vadiname sveikatai palankia mityba. 14 mokinių, arba 18 proc., nurodė nežinantys.

Kiek kartų per savaitę valgai daržoves?



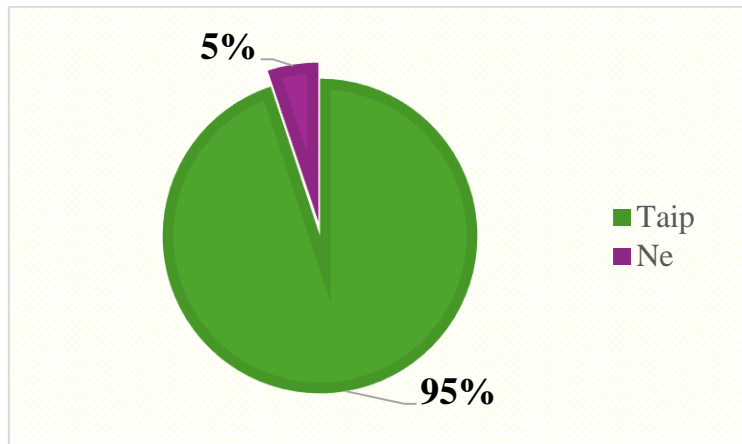
Dauguma mokinių – 44 proc. (35 mokiniai) daržoves valgo kiekvieną dieną, 33 proc., t. y. 26 mokiniai, – 3-4 kartus per savaitę. Rečiau, 1-2 kartus per savaitę daržoves valgo 20 proc., t. y. 16 mokinių. O 2 mokiniai (3 proc.) nurodė, kad niekada nevalgo daržovių.

Kiek kartų per savaitę valgai vaisius?



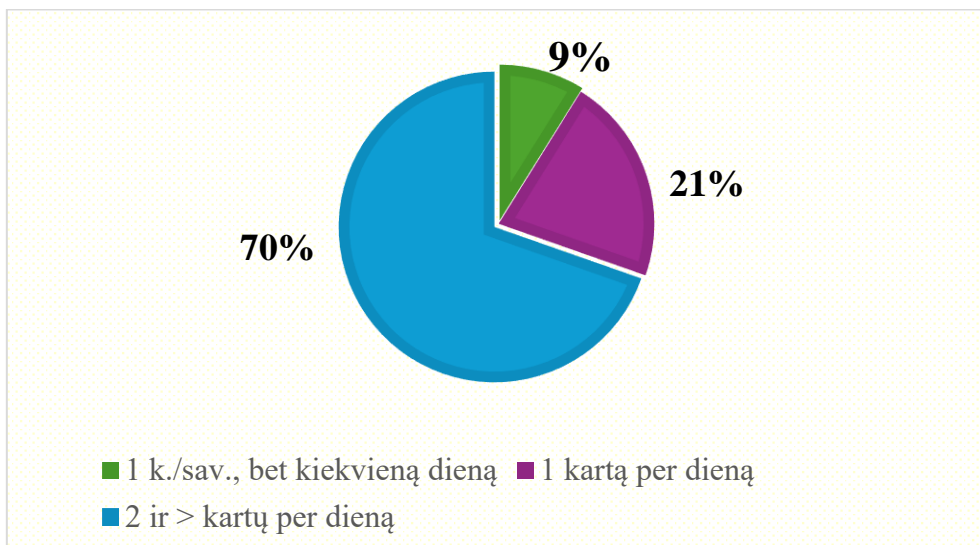
Vaisius mokiniai dažniausiai valgo 3-4 kartus per savaitę – tai nurodė 42 proc., arba 33 mokiniai. Kiekvieną dieną vaisius valgo 39 proc., 31 mokinys, rečiau, 1-2 kartus per savaitę, – 19 proc., t. y. 15 mokinių.

Ar žinai kiek kartų per dieną rekomenduojama valyti dantis šepetėliu ir pasta?



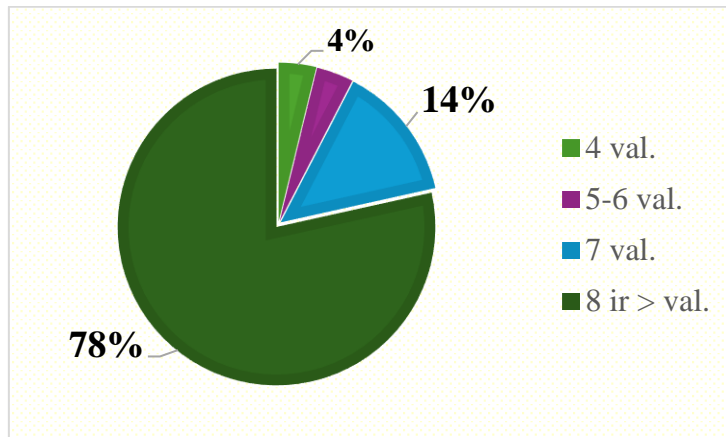
Tik 4 mokiniai, arba 5 proc., nežino, kiek kartų per dieną rekomenduojama valyti dantis šepetėliu ir pasta. Dauguma žino – tai nurodė 95 proc., t. y. 75 mokiniai.

Kaip dažnai valaisi dantis šepetėliu ir pasta?



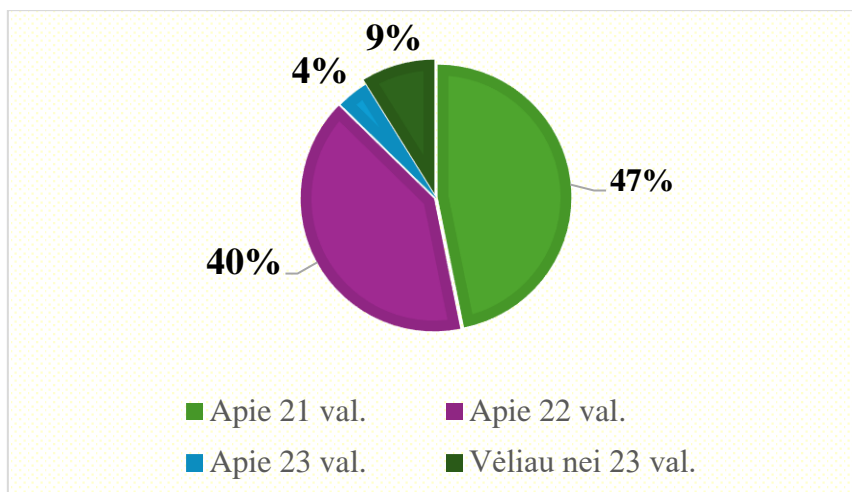
Didžioji dalis mokinių, 70 proc., arba 55 mokiniai, dantis valosi 2 ir daugiau kartų per dieną. 1 kartą per dieną dantis valosi 21 proc., t. y. 17, mokinių.

Ar žinai kiek valandų per parą reikia miego tau, ar tavo bendraamžiui draugui (-ei) ?



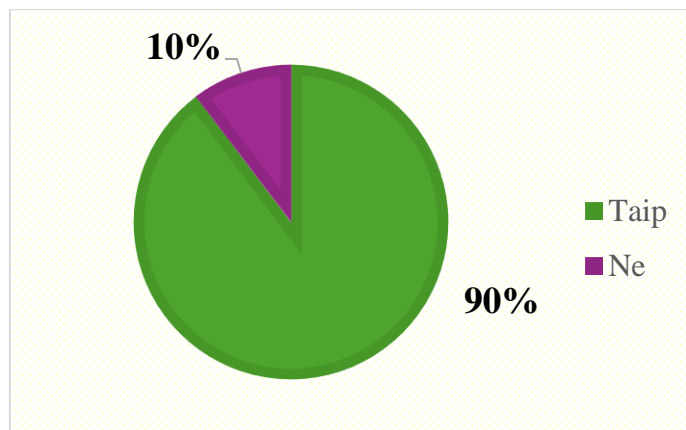
62 mokiniai, t. y. 78 proc., žino, kiek reikia skirti laiko miegui – 8 ir daugiau valandų. Anot 11 mokinių, t. y. 14 proc., miegoti reikia 7 valandas. 4 proc., arba 3 mokiniai, mano, kad pakanka 5-6 valandų miego. Tiek pat mokinių, t. y. 4 proc., miegotų tik 4 valandas – jų nuomone, tai pakanka.

Kada dažniausiai eini miegoti?



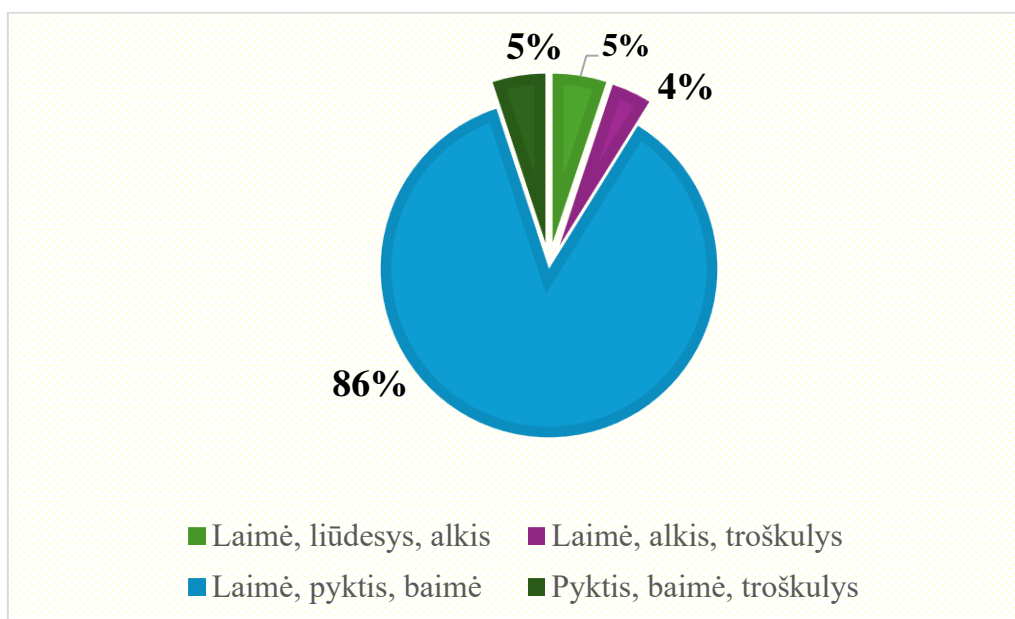
Dauguma mokinių, t. y. 47 proc., arba 37 mokiniai, miegoti eina apie 21 valandą, 40 proc., t. y. 32 mokiniai eina miegoti apie 22 valandą. 3 mokiniai (4 proc.) nurodė, kad eina miegoti vėliau, t. y. 23 valandą, o 7 mokiniai, t. y. 9 proc., – vėliau nei 23 valandą.

Ar žinai, ką vadiname emocijomis?



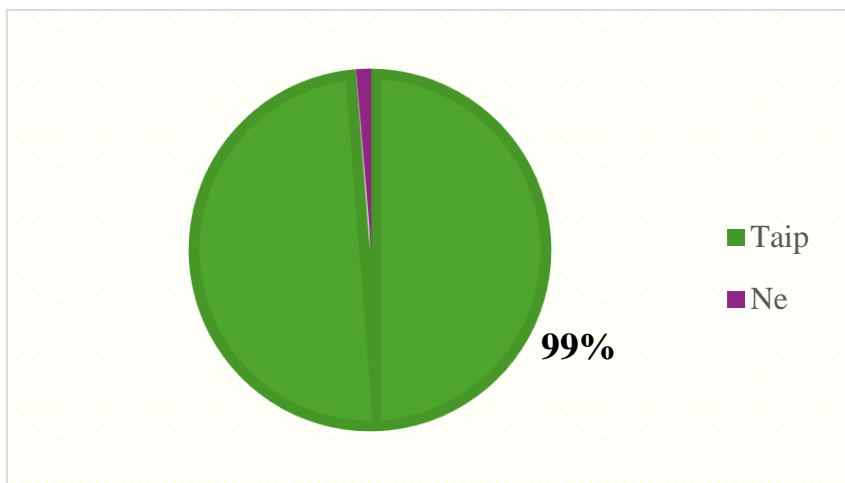
90 proc. mokinių nurodė, kad žino, kas yra emocijos. Tik 10 proc., arba 8 mokiniai, nežino, ką vadiname emocijomis,

Kuriame iš variantų yra išvardytos emocijos?



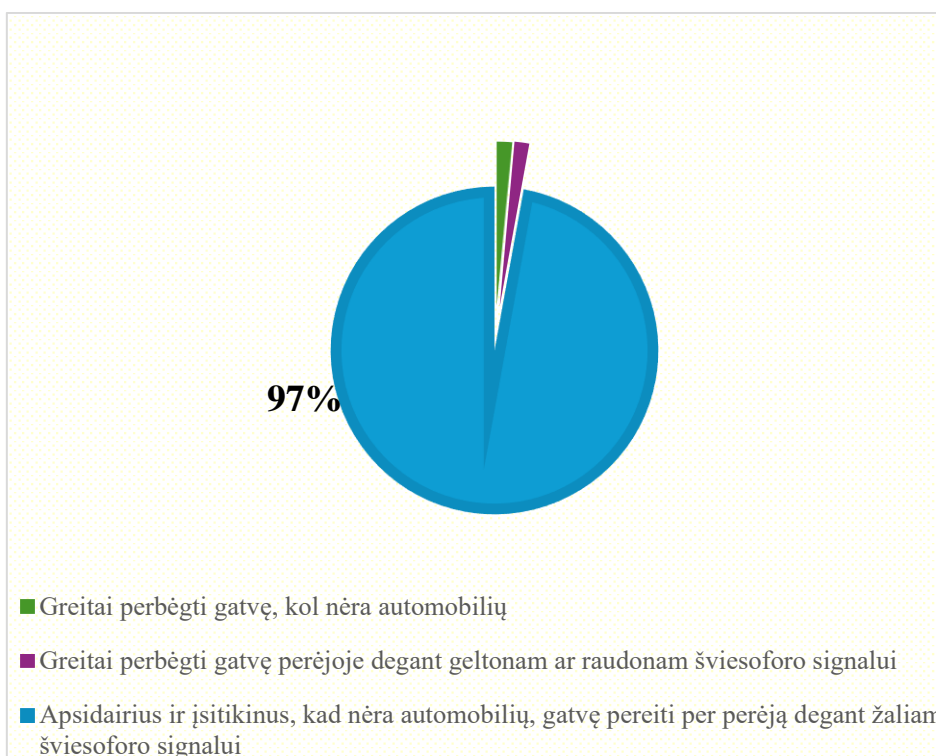
Išvardytas emocijas atpažino 86 proc., t. y. 68 mokiniai. Kita dalis, 14 proc., arba 11 mokinių, maišo emocijas su poreikiais – alkium, troškulium.

Ar žinai kaip saugiai elgtis gatvėje?



Kaip elgtis gatvėje žino 99 proc. apklaustų mokinių. Deja, 1 proc. nurodė, kad nežino.

Kaip saugiai pereiti gatvę?



Saugiai gatvę pereitų 97 proc. mokinių. Kiti, t. y. 3 proc. (2 mokiniai), mano, kad galima perbėgti gatvę degant geltonam ar raudonam šviesoforo signalui arba, kai nėra automobilių.