

PIRMOKŲ FIZINIO AKTYVUMO PRIKLAUSOMYBĖ NUO SOCIALINIŲ-EKONOMINIŲ VEIKSNIŲ

Liudmila Dregval¹, Vaida Malinauskaitė²

Kauno medicinos universiteto Biomedicininių tyrimų institutas¹, Kauno medicinos universitetas²,
Kaunas, Lietuva

Liudmila Dregval. Biomedicinos mokslų daktarė. Kauno medicinos universiteto Biomedicininių tyrimų instituto Aplinkos ir sveikatos tyrimų laboratorijos vyresnioji mokslo darbuotoja. Mokslinių tyrimų kryptys: gyvenamosios tyrimai; lėtinių neinfekcinių ligų epidemiologija ir profilaktika; aplinka ir sveikata.

SANTRAUKA

Straipsnyje analizuojami pirmaklasių fizinio aktyvumo ypatumai, atsižvelgiant į tėvų socialinę-ekonominę padėtį. Tyrimas atliktas 2008 m. atsitiktinai atrinktose Šiaulių apskrities mokyklose. 630 pirmaklasių išdalytos anketos, prašant tėvus jas užpildyti. Anketas grąžino 515 žmonių (atsako dažnis — 81,8%). Pirmokų fizinis aktyvumas vertintas atsižvelgiant į tėvų išsilavinimą, pajamas ir gyvenamąją vietą.

Nustatyta, kad sporto ar šokių būrelius lanko 39,6% pirmokų. Daugiausia lankančių būrelių buvo tarp vaikų, kurių tėvų (mamų ar tėčių) išsilavinimas aukštasis (atitinkamai 52,8 ir 59,5%), mažiau — šeimose, kuriose tėvų išsilavinimas aukštesnysis ar žemas. Sporto ar šokių būrelius lankė daugiau vaikų, gyvenančių mieste (45,5%) negu kaime (35,4%, $p < 0,05$). Daugiau kaip pusė pirmaklasių nueina (58,8%) ir grįžta iš mokyklos (72,2%) pėsčiomis, 1,2% važiuoja dviračiu. Trečdalį moksleivių į mokyklą automobiliu nuveža tėvai, o parsiveža — tik kas penktą. Didėjant šeimos pajamoms, didėja į mokyklą automobiliu nuvežamų pirmokų dalis (31,1% mažų, 34,1% vidutinių ir 46,3% didelių pajamų). Darbo dienomis beveik trečdalis (36,9%) pirmaklasių lauke žaidžia apie 3 ir daugiau valandų per dieną, tuo tarpu savaitgaliais tokį pat laiką praleidžia lauke didžioji dalis vaikų — 87,1%. Tyrimas parodė, kad pirmokai daug laiko praleidžia pasyviai žaisdami kompiuteriu arba žiūrėdami televizorių. Žaisdami kompiuteriu vaikai dažniausiai praleidžia apie 1 valandą per dieną: darbo dienomis tiek laiko žaidžia 33,9% pirmaklasių, savaitgaliais — 28,5%. Darbo dienomis vaikai dažniausiai žiūri televizorių apie 2 valandas per dieną (45,1%), savaitgaliais — apie 3 valandas ir daugiau (41,4%).

Išvados: 1) pirmaklasių fizinis aktyvumas nėra pakankamas — daugiau negu pusė vaikų nelanko nei sporto, nei šokių būrelių, pirmaklasiai daug laiko praleidžia pasyviai žiūrėdami televizorių ar žaisdami kompiuteriu; 2) tėvų socialinė-ekonominė padėtis turi įtakos pirmokų sportavimui ir jų fiziniam aktyvumui — daugiausia vaikų, lankančių sporto ar šokių būrelius, žaidžiančių kompiuterinius žaidimus, buvo aukšto tėvų išsilavinimo ir didelių pajamų šeimose; 3) pirmokų fizinis aktyvumas priklausė nuo jų gyvenamosios vietos — kaimo vaikai mažiau sportuodavo, mažiau žaisdavo kompiuteriu, jie daugiau laiko darbo dienomis praleisdavo lauke negu mieste gyvenantys pirmokai.

Raktažodžiai: fizinis aktyvumas, tėvų išsilavinimas, socialiniai-ekonominiai veiksniai.

ĮVADAS

Fizinio aktyvumo įgūdžiai susidaro vaikystėje ir paprastai išlieka visam gyvenimui. Vaikui pradėjus lankyti mokyklą, labai sumažėja jo fizinis aktyvumas, veikla nutolsta nuo žaidimo, priartėja prie darbo. Fizinis aktyvumas — viena svarbiausių moksleivių laisvalaikio formų — yra geros sveikatos, socialinės ir emocinės gerovės sąlyga. Net ir trumpas kasdieninis fizinis aktyvumas mažina tikimybę įgyti nereikalingą antsvorį, gerina medžiagų apykaitą, širdies darbą, be to, tei-

giamai veikia bendrą savijautą (Zaborskis, Dumčius, 1997). Įvairių šalių mokslininkai nustatė, kad mokiniai turi būti fiziškai aktyvūs ne mažiau kaip 8–10 valandų per savaitę. Judėjimo aktyvumo ir fizinės būsenos sąsajų tyrimai rodo, kad ikimokyklinio ir jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikų optimali judėjimo norma kasdien yra 3–4 valandos (Armonienė, 2007).

Tai, kaip pirmaklasiai praleis savo laiką po pamokų, planuoja jų tėvai: ar vaikas lankys sporto

būrelius, ar žais kieme su draugais. A. Vilūnienė ir R. Jankauskienė (2002) analizavo skirtingo fizinio aktyvumo tėvų požiūrį į fizinę saviugdą ir vaikų fizinį ugdymą bei nustatė šio požiūrio sąsają su vaikų fiziniu aktyvumu — fiziškai aktyvesnių tėvų vaikai fiziškai aktyvesni. Daugumos tarptautinių gyvenamosios tyrimų duomenimis, Lietuvos ir kitų Baltijos šalių gyventojams būdingas žemas fizinis aktyvumas. Palyginti su Latvija ir Estija, Lietuvos gyventojai išsiskiria kur kas didesniu polinkiu į pasyvų poilsį. Daugiau kaip 60% Lietuvos gyventojų (atitinkamai Estijos 43%, Latvijos 52%) pirmenybę teikia pasyviai laisvalaikiui (Helasoja et al., 2003). Ypač didelį nerimą kelia ir tai, kad nepakankamas fizinis aktyvumas sparčiai plinta tarp moksleivių (Owczarek, 2005). Šeimų, auginančių ikimokyklinio amžiaus vaikus, gyvenamosios tyrimas rodo, kad jų fizinis aktyvumas nėra patenkinamas: pusė tėvų niekada nesimankštino, apie pusės ikimokyklinukų fizinis aktyvumas yra nepakankamas, t. y. jie iš viso nesimankština (41,4%) arba mankština retai (12,5%) (Dregval ir kt., 2007).

Vaikų fizinio aktyvumo problemą turi spręsti ir šeima, ir mokykla. Pagrindinė fizinio lavinimo forma mokykloje yra kūno kultūros pamoka (Proškuvienė, 2004). 2005 m. Lietuvos kūno kultūros asociacijos atlikto Lietuvos moksleivių fizinio aktyvumo tyrimo duomenimis, 85,8% Lietuvos mokinių yra nepakankamai fiziškai aktyvūs (*Vilniaus visuomenės sveikatos centras*, 2006). Jie pernelyg ilgai žiūri televizijos laidas, daug laiko praleidžia prie kompiuterio. Šiaulių miesto švietimo skyriaus atliktas papildomo ugdymo tyrimas parodė: pradinė klasių moksleiviai dažniausiai užsiima vaikų ir jaunimo organizacijos veikla (skautų, maironiečių, ateitininkų ir pan. — 14,2%) bei lanko intelektualinio ugdymo (dažniausiai anglų kalbos) užsiėmimus (29,39%). Nors moksleiviai daugiau domisi aktyvia fizine veikla (sportu, šokiais), jų tėvams svarbiau intelektualinė veikla — ypač užsienio ir lietuvių kalbos, kompiuterinio raštingumo, matematikos būreliai (Vaitkevičius ir kt., 2005).

Socialinė padėtis, pajamos ir išsilavinimas yra fizinį aktyvumą lemiantys veiksniai. Tėvų įtaka vaikų fiziniui aktyvumui susijusi su jų socialine padėtimi ir išsilavinimu (Juškelienė, Kalibatas, 2003; Lawlor et al., 2004). Todėl skirtingų socialinių grupių bei išsilavinimo tėvų įtaka ugdant vaikų požiūrį į kūno kultūrą ir formuojant jų elgesį yra nevienoda. Manoma, kad fiziškai aktyvesni vaikai auga tokiose šeimose, kuriose tėvų išsilavinimas yra aukštesnis (Gričienė,

2006). Nagrinėjant sąsajas tarp moksleivių fizinio aktyvumo ir šeimos socialinės-ekonominės padėties, atkreipiamas dėmesys į sportavimą ir fizinį aktyvumą laisvalaikiu. Analizuodami 11—15 m. moksleivių gyvenamosios (*Health behaviour in school-aged children — HBSC*) duomenis, L. Šumskas ir A. Zaborskis (2000) daro tokią išvadą: rizika būti fiziškai neaktyviems buvo didesnė neturtin-gose šeimose. S. Šukys ir A. Bagdonas (2007), analizuodami Kauno bendrojo lavinimo mokyklų 6, 8, 11 klasės moksleivių apklausos duomenis, nurodo, kad aukštesnis šeimos socialinis-ekonominis statusas nėra moksleivių sportavimą labiau skatinantis veiksnys — daugiau sportuoja tokių šeimų moksleiviai, kurių tėvai neturi aukštojo išsilavinimo ar darbo. Tai lemia galimybę lankyti kai kurių sporto šakų pratybas nemokamai (pvz., berniukams — futbolo, mergaitėms — aerobiką mokykloje). Jeigu tėvai yra mažiau pasiturintys, jų vaikams tai gali būti viena iš nedaugelio alternatyvų tobulinti gebėjimus patinkamoje veikloje ir aktyviai praleisti laisvalaikį. Labiau pasiturinčių šeimų vaikai gali rinktis įvairesnes ir fiziškai aktyvias laisvalaikio praleidimo formas. Kiti autoriai (Huure et al., 2003) mano, kad fiziškai aktyvesnių yra daugiau tarp tų moksleivių, kurių abu tėvai turi aukštąjį išsilavinimą ir didesnes pajamas. Tačiau šios sąsajos nevienodai pasireiškia skirtingo amžiaus moksleivių grupėse, o pirmokai šiuo aspektu iš viso dar iki šiol nebuvo tirti. Anot S. Šukio ir A. Bagdono (2007), moksleivių fizinio aktyvumo ir tėvų socialinio-ekonominio statuso sąsajų tyrimai lieka aktualūs, ypač Lietuvoje, kur trūksta panašios analizės.

Mokslinių tyrimų, nagrinėjančių fizinio aktyvumo ir gyvenamosios vietos sąsajas, yra mažai. Be to, Lietuvos ir užsienio kaimų gyvenimo sąlygos ir įpročiai labai skiriasi. A. Zaborskio su bendraautoriais (2001) atlikto tyrimo duomenys rodo, kad kaimuose yra daugiau moksleivių (11—15 m.), kurie nepakankamai mankština ir sportuoja, lyginant su jų bendraamžiais miestuose.

Taigi minėtas sąsajas ir bus siekiama atskleisti šiuo tyrimu. Jo **tikslas** — įvertinti pirmaklasį fizinio aktyvumo ypatumus, atsižvelgiant į tėvų socialinę-ekonominę padėtį.

TYRIMO METODIKA IR KONTINGENTAS

Tyrimas atliktas Šiaulių apskrities mokyklose 2008 metų balandžio—gegužės mėnesiais. Šis tarptautinis tyrimas, kuriame dalyvauja 17 šalių,

yra koordinuojamas Pasaulinės sveikatos organizacijos (PSO). Jos ekspertai parengė klausimyną (šeimos apklausos anketa), kuris buvo adaptuotas Lietuvai. Jame buvo klausiama apie pirmaklasių fizinio aktyvumo ypatumus: kaip vaikai vyksta į mokyklą ir grįžta iš jos; kaip toli nuo jų namų yra mokykla; ar vaikas lanko sporto ar šokių būrelį; jei lanko, tai kiek kartų per savaitę; kiek laiko darbo dienomis ir savaitgaliais praleidžia žaisdami lauke, ruošdami pamokas, žaisdami kompiuteriu, žiūrėdami televizorių. Apie šio tyrimo vykdymą buvo informuota LR Švietimo ir mokslo ministerija, kuri jam pritarė. Tyrimui atlikti buvo gautas Lietuvos bioetikos komiteto leidimas.

Atsitiktinės atrankos būdu iš Šiaulių apskrities mokyklų, kuriose mokosi pirmaklasiai, sąrašo buvo atrinkta 17 mokyklų. Jose atsitiktinai atrinktiems 630 pirmaklasių išdalytos anketos, prašant tėvus jas užpildyti. Šias anketas išdalyti ir surinkti padėjo mokyklų vadovai bei klasių auklėtojos. Užpildytas anketas grąžino 515 tėvelių (atsako dažnis — 81,8%). Buvo apklausiami 259 (50,3%) berniukų ir 256 (49,7%) mergaičių, gyvenančių mieste (71,1%) ir kaime (28,9%), tėvai.

Analizuojant fizinio aktyvumo veiksnius šeimos socialinės-ekonominės padėties požiūriu, tėvai buvo suskirstyti į grupes: 1) pagal išsilavinimą — žemo (nebaigtas vidurinis ir vidurinis), aukštesniojo (technikumas, aukštesnioji mokykla) bei aukštojo (bakaluro ir magistro laipsnis) išsilavinimo; 2) pagal pajamas — mažų (iki 600 litų per mėnesį vienam šeimos nariui), vidutinių (601—800 litų) ir didelių (801 ir daugiau litų per mėnesį vienam šeimos nariui) pajamų šeimos.

Statistinė duomenų analizė atlikta naudojant *SPSS 12.0 for Windows* programinį paketą. Palyginant proporcijas, taikytas *chi* kvadrato (χ^2) ir *z* kriterijai, statistinė išvada laikytina patikima, kai reikšmingumo lygmuo $p < 0,05$.

REZULTATAI

Apie pusę (57%) pirmaklasių mamų ir tėčių turėjo žemą išsilavinimą, 22,7% — aukštąjį, likusi tėvų dalis turėjo aukštesnįjį išsilavinimą. Mamų ir tėčių išsilavinimas skyrėsi: mamų, turinčių aukštąjį išsilavinimą, buvo daugiau negu tėčių (atitinkamai 28,3 ir 16,5%; $p < 0,001$), tėčių buvo daugiau žemo išsilavinimo (atitinkamai 52,1 ir 62,3%; $p < 0,01$).

Apie pusės (53,1%) apklaustų šeimų pajamos buvo mažos, 18,4% šeimų — vidutinės, daugiau nei ketvirtadalio (28,5%) — didelės. Šeimos paja-

mos priklausė nuo tėvų išsilavinimo: didėjant tėvų išsilavinimui, šeimos pajamos augo ($p < 0,05$). Mažos pajamos buvo daugiausia šeimose, kuriose mamos ar tėčio išsilavinimas žemas (atitinkamai 71,1 ir 61,9%), didelės — kuriose mamos ar tėčio išsilavinimas aukštasis (55,9 ir 60,0%). Reikia pažymėti, kad mieste, lyginant su kaimu, gyveno daugiau šeimų, kuriose tėvų išsilavinimas aukštasis (atitinkamai 35,9 ir 9,7% mamų bei 20,6 ir 5,6% tėčių, $p < 0,05$). Ir atvirkščiai, kaime buvo daugiausia šeimų, kuriose tėvų išsilavinimas žemas: 73,6% kaimo ir 43,4% miesto mamų bei atitinkamai 74,2 ir 57,9% tėčių ($p < 0,05$). Mieste ir kaime gyvenančių šeimų analizė pagal jų pajamas parodė, kad kaime daugiausia šeimų (70,4%) turi mažas pajamas (mieste — 46,4% šeimų), dideles pajamas — dvigubai daugiau miestiečių šeimų negu kaimiečių (atitinkamai 33,2 ir 16,3%; $\chi^2 = 22,918$; $lfs = 2$; $p = 0,000$).

Vaikų fizinis aktyvumas buvo vertinamas analizuojant tėvų atsakymų duomenis apie sporto ar šokių būrelių lankymą, apie praleistą laiką lauke, prie kompiuterio, televizoriaus ir pan. Daugiau kaip pusė pirmaklasių nueina ir grįžta iš mokyklos pėsčiomis (atitinkamai 58,8 ir 72,2%), ir tai nepriklauso nuo tėvų išsilavinimo ar pajamų. 3,3 ir 7,8% apklaustų tėvų nurodė, kad jų vaikas į mokyklą ir iš jos važiuoja visuomeniniu transportu, o 1,2% — dviračiu. Mokyklos autobusu į mokyklą važiuoja beveik kas dešimtas kaimo moksleivis.

Daugiau nei trečdali (35,5%) moksleivių į mokyklą automobiliu nuveža tėvai, o parsiveža tik kas penktą (20,8%). Didėjant mamos išsilavinimui, didėja į mokyklą automobiliu nuvežamų ir parvežamų vaikų dalis (1 lent.). Panašūs duomenys gauti analizuojant vaikų nuvežimo į mokyklą automobiliu sąsajas su tėvo išsilavinimu: į mokyklą vaikus nuveža 33,9% žemo ir 46,7% aukštojo išsilavinimo tėčių ($p < 0,05$).

Didėjant šeimos pajamoms, didėja į mokyklą automobiliu nuvežamų pirmokų dalis (31,1% mažų, 34,1% vidutinių ir 46,3% didelių pajamų šeimose; $\chi^2 = 9,076$; $lfs = 2$; $p = 0,011$) ir mažėja mokyklos autobusu į mokyklą (atitinkamai 11,3,4 ir 2,9%; $\chi^2 = 10,960$; $lfs = 2$; $p = 0,04$) ir iš jos (9,8, 3,4 ir 2,2%; $\chi^2 = 10,2$; $lfs = 2$; $p = 0,006$) važiuojančių vaikų dalis. Taigi didžiausia dalis vaikų autobusu važiuoja į mokyklą ir grįžta iš jos tose šeimose, kurių pajamos mažos.

Apklausos metu nustatyta, kad sporto ar šokių būrelius lanko 39,6% pirmokų, iš jų trys ketvirtadaliai šiuos būrelius lanko vieną (33,3%) ar dvi (43,1%) dienas per savaitę, 15,7% — tris dienas,

Mamos išsilavinimas	Nuveža į mokyklą		Parveža iš mokyklos	
	n	%	n	%
Žemas	67	25,7	45	17,2
Aukštesnysis	30	30,6	16	16,3
Aukštasis	80	56,3	43	30,3

1 lentelė. Sąsajos tarp mamos išsilavinimo bei vaikų nuvežimo automobiliu į mokyklą ir iš jos dažnio

Pastaba. ($\chi^2 = 39,043$; $df = 2$; $p = 0,000$) ($\chi^2 = 10,962$; $df = 2$; $p = 0,004$).

Žaidimo laikas	Darbo dienomis		Savaitgaliais	
	n	%	n	%
Visai nežaidžia	140	27,8	116	23,3
Apie pusę valandos	103	20,4	54	10,9
Apie 1 h	171	33,9	142	28,5
Apie 2 h	76	15,1	135	27,1
Apie 3 h ir daugiau	14	2,8	51	10,2

2 lentelė. Pirmaklasių žaidimo kompiuteriu laiko skirstinys

likusieji užsiėmimus lanko dažniau. Daugiausia lankančių būrelius buvo tarp vaikų, kurių tėvų (mamų ar tėčių) išsilavinimas aukštasis (atitinkamai 52,8 ir 59,5%), mažiau — šeimose, kuriose tėvų išsilavinimas aukštesnysis (37,9 ir 38,6%) ar žemas (41,5 ir 39,4%). Sporto arba šokių būrelius lankė daugiau vaikų, gyvenančių mieste negu kaime — atitinkamai 45,5 ir 35,4% ($p < 0,05$).

Didelės reikšmės vaikų fiziniam aktyvumui laisvalaikiu turi ir tėvų materialinė padėtis. Daugiausia vaikų lankė sporto ar šokių būrelius iš tų šeimų, kurių pajamos didžiausios (52,2%), mažų ir vidutinių pajamų šeimose būrelius lankančių pirmokų dalis buvo patikimai mažesnė — atitinkamai 37,7 ir 39,1% ($\chi^2 = 7,951$; $lfs = 2$; $p = 0,019$).

Tyrimas parodė, kad laisvalaikiu darbo dienomis beveik trečdalis (36,9%) pirmaklasių lauke žaidžia apie 3 ir daugiau valandų per dieną, tuo tarpu savaitgaliais didžioji dalis vaikų (87,1%) žaidžia lauke 3 ir daugiau valandų nepriklausomai nuo tėvų išsilavinimo, pajamų ir gyvenamosios vietos. Pusė (49,6%) moksleivių, kurių mamų išsilavinimas yra žemas, darbo dienomis lauke praleidžia apie 3 ir daugiau valandų per dieną, kai tuo tarpu aukštesniojo ir aukštojo išsilavinimo mamų vaikai lauke praleidžia dažniausiai apie 2 valandas per dieną — atitinkamai 46,9 ir 37,3% ($\chi^2 = 54,916$; $lfs = 8$; $p = 0,000$). Panašūs rezultatai išaiškėjo ir atsižvelgiant į tėčių išsilavinimą. Analogiškai vaikai iš šeimų, kurių pajamos buvo mažiausios, darbo dienomis lauke žaidė ilgiau, lyginant su vaikais iš šeimų, turinčių didesnes pajamas (1 pav.). Daugiausia laiko lauke (3 ir daugiau valandų) darbo dienomis praleidžia kai-

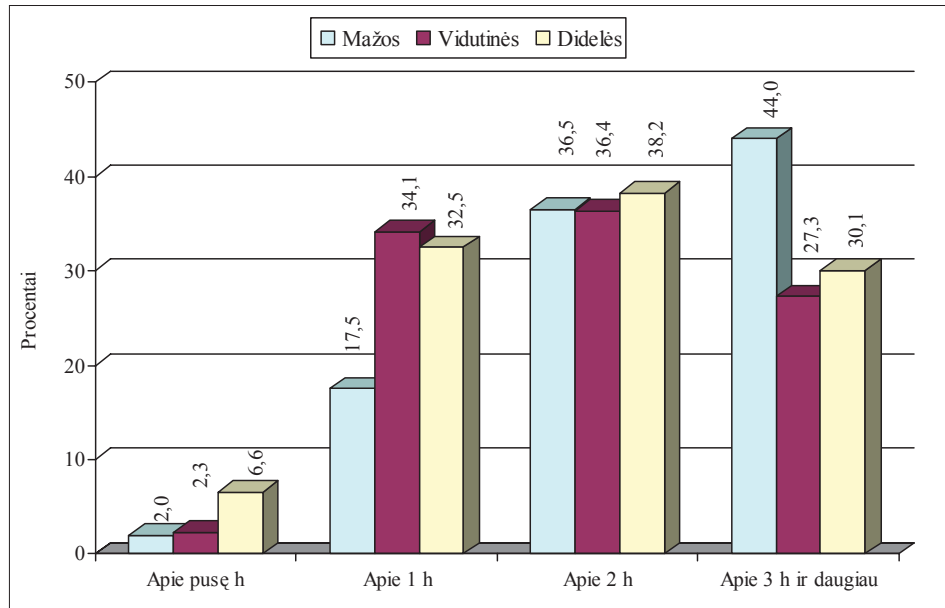
mo moksleiviai (51,7%), lyginant su miestiečiais (30,9%; $p < 0,001$).

Nustatyta, kad darbo dienomis beveik pusė (45,5%) pirmaklasių ruošia pamokas ar skaito knygą apie 1 valandą per dieną, ketvirtadalis (27,2%) tam skiria mažiau nei 1 valandą, o penktadalis (20,9%) — 2 valandas. Savaitgaliais vaikai mažiau skiria laiko pamokų ruošimui ar knygų skaitymui: 31% pirmaklasių tam skiria apie 1 valandą, kas trečias — mažiau nei 1 valandą. Sąsajų tarp tėvų išsilavinimo, pajamų bei gyvenamosios vietos ir vaiko pamokų ruošos bei knygų skaitymo laiko nerasta.

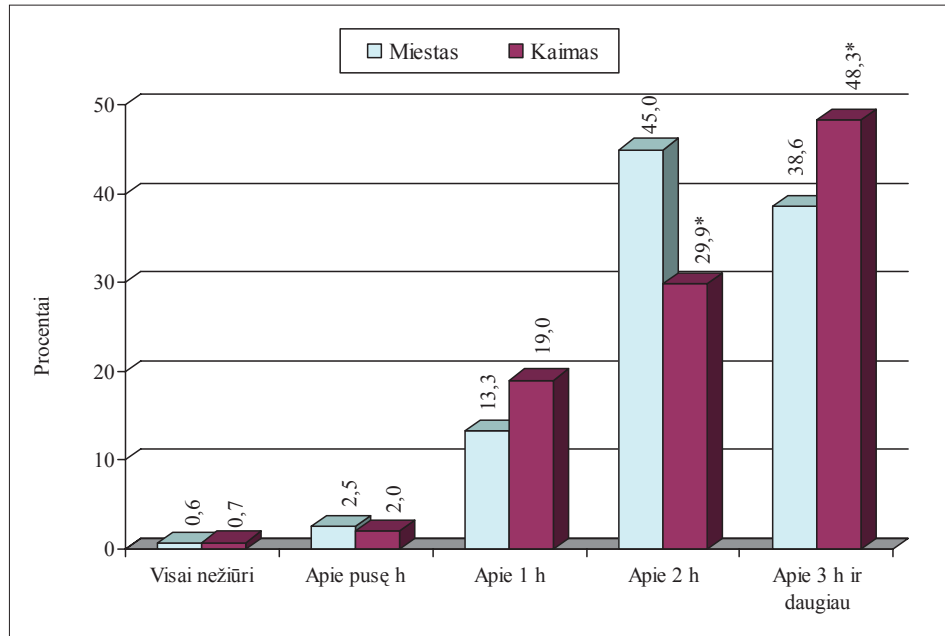
Duomenys apie praleidžiamą laiką prie kompiuterio rodo, kad žaisdami kompiuteriu vaikai dažniausiai praleidžia apie 1 valandą per dieną: darbo dienomis tiek laiko žaidžia trečdalis pirmaklasių, savaitgaliais jų dalis šiek tiek mažesnė (2 lent.).

Didėjant mamos išsilavinimui, mažėja kompiuteriu darbo dienomis ir savaitgaliais nežaidžiančių vaikų dalis. Pavyzdžiui, darbo dienomis kompiuteriu nežaidžia trečdalis (34,3%) vaikų, kurių mamų išsilavinimas žemas, ir penktadalis (19,7%) — kurių aukštasis ($p < 0,01$). Savaitgaliais sumažėja kompiuteriu nežaidžiančių vaikų šeimose, kurių mamos išsilavinimas aukštasis: savaitgaliais nežaidžia tik kas dešimtas (10,1%) vaikas. Nuo tėčių išsilavinimo nežaidžiančių kompiuteriu vaikų dalis nepriklausė. Mažėjant tėvų pajamoms, didėja darbo dienomis ir savaitgaliais kompiuteriu nežaidžiančių vaikų dalis: darbo dienomis nežaidžia 34,1% mažų, 23% vidutinių bei 18,4% didelių pajamų ($\chi^2 = 20,020$; $lfs = 8$; $p = 0,010$).

1 pav. Pirmokų žaidimo lauke darbo dienomis trukmės skirstinys atsižvelgiant į tėvų pajamas



2 pav. Pirmokų laiko, praleisto žiūrint televizorių savaitgaliais, skirstinys atsižvelgiant į gyvenamąją vietą



Pastaba. * — $p < 0,05$ lyginant su miestu.

šeimose ir savaitgaliais — atitinkamai 30,5, 16,3 bei 15,6% ($\chi^2 = 20,675$; IIs = 8; $p = 0,008$). Ieškant sąsajų tarp gyvenamosios vietos ir laiko, praleisto žaidžiant kompiuteriu, statistiškai patikimas skirtumas aptiktas analizuojant savaitgalių duomenis: kaime daugiau kompiuteriu nežaidžiančių pirmokų savaitgaliais negu mieste — atitinkamai 36,6 ir 17,8% ($p < 0,001$).

Vaikai ne tik pasyviai leisdavo laiką žaisdami kompiuteriu, bet ir žiūrėdami televizorių. Darbo dienomis vaikai dažniausiai žiūrėjo televizorių apie 2 valandas (45,1%), savaitgaliais — apie 3 valandas ir daugiau (41,4%). Kas trečias pirmokas (34%) darbo dienomis (savaitgaliais — kas septintas) televizoriaus žiūrėjimui skyrė apie vieną valandą per dieną, apie 3 valandas ir daugiau laiko

prie televizoriaus darbo dienomis praleisdavo trijų ar mažiau vaikų (13,5%) negu savaitgaliais.

Tėčių išsilavinimas nesusijęs su laiku, kuri vaikai praleisdavo prie televizoriaus darbo dienomis. Savaitgaliais daugiausia laiko prie televizoriaus vaikai praleisdavo šeimose, kurių mamos išsilavinimas buvo žemas: 3 ir daugiau valandų per dieną televizorių žiūrėdavo 33,1% aukštojo, 38,1% aukštesniojo ir 46,9% žemo išsilavinimo mamų šeimose; apie 2 h — atitinkamai 32,9, 45,4 ir 54% ($\chi^2 = 19,418$; IIs = 8; $p = 0,013$). Laikas, praleistas prie televizoriaus, nei darbo dienomis, nei savaitgaliais nuo šeimos pajamų nepriklausė ($\chi^2 = 7,927$; IIs = 8; $p = 0,441$). Patikimas skirtumas aptiktas analizuojant laiko, praleisto žiūrint televizorių savaitgaliais, priklausomybę nuo gyvenamosios

vietos: kaimo pirmokai prie televizoriaus praleisdavo daugiau laiko negu miestiečiai (2 pav.).

REZULTATŲ APTARIMAS

Vaikai yra judrūs iš prigimties. Dažniausiai jie juda žaisdami, bėgiodami kambaryje, kieme, lauke, tačiau suaugusieji pernelyg slopina vaikų fizinį aktyvumą įvairiais draudimais, reikalavimais ar nurodymais ramiai sėdėti, netriukšmauti (Proškuvienė, 2004). Pradėjus lankyti mokyklą, pasikeičia daugelio vaikų kasdienybė, keičiasi jų dienos režimas, mažėja fizinis aktyvumas (Gričienė, 2006). Šeima ir mokykla lieka svarbiausios vaikų fizinį aktyvumą palaikančios ir ugdančios institucijos.

Vilniaus visuomenės sveikatos centras 2005 m. atliko tyrimą, norėdamas išaiškinti fizinio pasyvumo priežastis tarp Vilniaus miesto 6, 8, 11 klasių moksleivių. Paaiškėjo, kad daugumai (60%) moksleivių mokykla ir kūno kultūros pamokos yra vienintelė vieta, kur jie užsiima fiziškai aktyvia veikla, nes tik 39,8% moksleivių papildomai lanko sporto būrelius. Mūsų tyrimo duomenimis, sporto arba šokių būrelius lanko panašus skaičius pirmokų — 39,6%. V. Volbekienei (2005) atlikus Lietuvos didžiųjų miestų vidurinių mokyklų vaikų (5—11 klasių moksleivių) tyrimą padaryta išvada, kad mokinių kasdienio fizinio aktyvumo intensyvumas, dažnis ir trukmė neatitinka 2003 m. Pasaulinės sveikatos organizacijos (PSO) pateiktų rekomendacijų: PSO rekomenduoja plėtoti sveikatą stiprinantį fizinį aktyvumą, t. y. kasdien ne mažiau kaip valandą užsiimti vidutinio intensyvumo fizine veikla. 2005 m. Lietuvos kūno kultūros asociacijos atlikto Lietuvos moksleivių fizinio aktyvumo tyrimo duomenimis, 85,8% Lietuvos moksleivių yra nepakankamai fiziškai aktyvūs (*Vilniaus visuomenės sveikatos centras*, 2006). Dažnai (4 ar 5 dienas per savaitę) sporto ar šokių būrelius lankė tik 3% mūsų tirtų pirmokų.

A. Zaborskio ir A. Dumčiaus (1997) atliktas Lietuvos moksleivių (5, 7, 9 klasių) gyvenamosios tyrimas parodė, kad yra statistiškai patikimas ryšys tarp moksleivių fizinio aktyvumo ir jų socialinės integracijos bei šeimos ekonominės būklės rodiklių: neturtingų šeimų vaikai mankštinais ir sportuoja rečiau. Ypač tai būdinga berniukams, tarp kurių 39,8% fiziškai pasyvių buvo iš neturtingų šeimų, o turtingose šeimose tokių buvo perpus mažiau — 20,2% (Zaborskis, Dumčius, 1997). Tačiau S. Šukio ir A. Bagdono (2007) moksleivių (6, 8, 11 klasių) fizinio aktyvumo tyrimo duome-

nimis, moksleivių sportavimas mažai susijęs su socialiniais-ekonomineis veiksniais, t. y. nenustatytas statistiškai reikšmingas skirtumas vertinant sportuojančius moksleivius grupėse pagal tėvų įsidarbinimo ir išsilavinimo rodiklius. Mūsų tyrimo duomenimis, daugiausia lankančių sporto ar šokių būrelius buvo tarp pirmokų, kurių tėvų išsilavinimas aukštasis, taip pat šeimose, kurių pajamos buvo didžiausios. Tai galima sieti su tuo, kad sporto ar šokių būrelių užsiėmimai daugiausia yra mokami. Be to, neretai patys tėvai turi pirkti vaikams brangiai kainuojančių sporto ar šokių inventorių, o mažas pajamas turintys tėvai neturi tokių finansinių galimybių.

A. Zaborskio su bendraautorais (Zaborskis ir kt., 2001) atlikto tyrimo duomenimis, 11—15 m. kaimo berniukai ir mergaitės sportuoja ir mankštinais mažiau negu jų bendraamžiai miestuose. Analogiška situacija pastebima ir vertinant pirmokų tėvų apklausos duomenis: kaimo pirmokai laisvalaikiu mažiau sportuoja negu gyvenantys mieste. Tai akivaizdu, nes mieste yra didesnė sporto ir kitų fiziškai aktyvių laisvalaikio praleidimo būdų pasiūla, kuri kaimo vaikams dažnai yra neprieinama. Be to, kaime, lyginant su miestu, gyvena daugiausia šeimų, turinčių mažas pajamas, t. y. miesto ir kaimo moksleivių galimybės lankyti sporto būrelius yra nevienodos. Tačiau negalima teigti, kad miesto moksleiviai aktyvesni už kaimo, nes vertinant jų fizinį aktyvumą būtina atsižvelgti į tai, kad gyvenant kaime reikia daugiau fizinių pastangų (pavyzdžiui, dirbant ūkio darbus) nei gyvenant mieste.

Apklausa parodė, kad pirmokai daug laiko praleidžia pasyviai žiūrėdami televizorių arba žaisdami kompiuteriu. Šeimų, auginančių ikimokyklinio amžiaus vaikus, gyvenamosios tyrimas rodo, kad net du penktadaliai (39,7%) vaikų prie kompiuterio būna 1—2 valandas, daugiau nei pusė (55,6%) ikimokyklinukų televizoriaus žiūrėjimui per dieną skiria 1 ar 2 valandas (Dregval ir kt., 2007). Mūsų duomenimis, tokį pat laiką prie kompiuterio darbo dienomis praleidžia 49%, žiūrėdami televizorių — 79,1% pirmokų. Taigi pirmaklasiai kur kas daugiau laiko praleidžia pasyviai negu jaunesni vaikai. Tačiau, lyginant su vyresniais moksleiviais (5—11 klasės), pirmokai prie televizoriaus ir kompiuterio praleidžia mažiau laiko. J. V. Vaitkevičiaus ir kt. (2005) duomenimis, tik 24,8% moksleivių televizoriaus žiūrėjimui skyrė tiek laiko, kiek numato higienos rekomendacijos (iki 1 h), 3 ir daugiau valandų — 32,3%; tris ir daugiau valandų prie kompiuterio praleisdavo kas

penktas (20,7%) moksleivis. Tarp tirtų pirmokų buvo daugiau žiūrėjusių televizorių ir žaidžiusių kompiuteriu iki 1 h (39,5 ir 54,3%), o 3 ir daugiau valandų — mažiau (13,5 ir 2,8%).

Didesnių pajamų ir miestiečių šeimose pirmokai daugiau laiko praleidžia žaisdami kompiuteriu, negu mažesnių pajamų ir kaimiečių šeimose. Gal taip yra dėl to, kad mažas pajamas turinčios šeimos paprastai neturi galimybės įsigyti kompiuterį, ir jų vaikai daugiau laiko praleidžia lauke būdami fiziškai aktyvūs. Panašias išvadas daro ir R. Motl (2006) su kolegomis: kuo mažiau moksleiviai žaidžia kompiuterinius žaidimus, tuo jie yra fiziškai aktyvesni.

Estų tyrėjas R. Sila, remdamasis eksperimentinių tyrimų duomenimis, nustatė 7—18 m. moksleivių optimalaus judėjimo aktyvumo normas. Aktyviai judėti jie turi 3—3,5 h per dieną. Pasak jo, 15—40% šio laiko jie turi skirti intensyviai judėjimui (Armonienė, 2007). Mūsų tyrimas parodė, kad apie 3 ir daugiau valandų per dieną darbo dienomis lauke žaidžia beveik trečdalis pirmaklasių, tuo tarpu savaitgaliais jų dalis padidėja

2,5 karto. Ilgiausiai lauke žaisdavo pirmokai iš šeimų, kurių pajamos buvo mažos. Panašiai elgėsi ir kaimo vaikai.

IŠVADOS

1. Pirmaklasių fizinis aktyvumas nėra pakankamas. Daugiau negu pusė vaikų nelanko nei sporto, nei šokių būrelių, pirmokai daug laiko praleidžia pasyviai žiūrėdami televizorių ar žaisdami kompiuteriu. Darbo dienomis lauke apie 3 ir daugiau valandų žaidžia trečdalis vaikų.
2. Tėvų socialinė-ekonominė padėtis turi įtakos pirmokų sportavimui ir jų fiziniam aktyvumui. Daugiausia vaikų, lankančių sporto ar šokių būrelius, žaidžiančių kompiuterinius žaidimus, buvo aukšto tėvų išsilavinimo ir didelių pajamų šeimose.
3. Pirmokų fizinis aktyvumas priklausė nuo jų gyvenamosios vietos. Kaimo vaikai mažiau sportuodavo, mažiau žaisdavo kompiuteriu, jie daugiau laiko darbo dienomis praleisdavo lauke negu mieste gyvenantys pirmokai.

LITERATŪRA

- Armonienė, J. (2007). Mokinių fizinis aktyvumas ir sveikata. *Pedagogika*, 85, 116—121.
- Dregval, L., Petrauskienė A., Petkutė S. (2007). Šeimų, auginančių ikimokyklinio amžiaus vaikus, kai kurie gyvenamosios ypatumai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4 (67), 12—19.
- Gričienė, A. (2006). *Fizinis aktyvumas kaip sveikata stiprinantis veiksnys Kauno miesto bendrojo lavinimo mokyklose*. Kaunas.
- Helasoja, V., Lahelma, E., Prattala, R. et al. (2003). The sociodemographic patterning of health in Estonia, Latvia, Lithuania and Finland. *European Journal of Public Health*, 13 (4), S 65—66.
- Huurre, T., Aro, H., Rahkonen, O. (2003). Well-being and health behaviour by parental socioeconomic status. A follow-up study of adolescents aged 16 until 32 years. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 38, 249—255.
- Juškelienė, V., Kalibatas, J. (2003). Psichosocialiniai veiksniai, turintys įtakos paauglių sveikatai. *Visuomenės sveikata*, 4 (23), 5—12.
- Lawlor, D. A., Smith G. D., Ebrahim, S. (2004). Association between childhood socioeconomic status and coronary heart disease risk among postmenopausal women: Findings from the British women's heart and health study. *American Journal of Public Health*, 94 (8), 1386—1392.
- Motl, R., McAuley, E., Lytle, L. (2006). Naturally occurring changes in time spent watching television are inversely related to frequency of physical activity during early adolescence. *Journal of Adolescence*, 29 (1), 19—32.
- Owczarek, S. (2005). *Ikimokyklinuko gimnastika*. Kaunas: Šviesa. P. 5—23.
- Proškusienė, R. (2004). *Sveikatos ugdymo įvadas*. Vilnius: VPU.
- Šukys, S., Bagdonas, A. (2007). Moksleivių sportavimo ir fizinio aktyvumo laisvalaikio sąsajos su socialiniais-ekonominiais veiksniais. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 1 (64), 44—50.
- Šumskas, L., Zaborskis, A. (2000). Lietuvos moksleivių gyvenama ir jų šeimų socialinė bei ekonominė padėtis. *Visuomenės sveikata*, 2 (12), 36—45.
- Vaitkevičius, J. V., Bakanovienė, T., Miliūnienė, L. (2005). Šiaulių miesto bendrojo lavinimo mokyklų ugdytinių popamokinės veiklos, laisvalaikio ir savijautos tyrimas. *Visuomenės sveikata*, 4 (31), 44—47.
- Vilniaus visuomenės sveikatos centras*. (2006). Fizinio aktyvumo stoka Vilniaus miesto mokyklose. Prieiga internetu: <http://www.vilniausvsc.lt/2006/Vaiku%20sveikata.doc>
- Vilūnienė, A., Jankauskienė, R. (2002). Skirtingo fizinio aktyvumo tėvų požiūris į fizinę saviugdą bei vaikų fizinį aktyvumą ir jo sąsaja su vaikų fiziniu aktyvumu. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 4 (45), 103—109.
- Volbekienė, V. (2005). Lietuvos didžiųjų miestų vidurinių mokyklų fizinio aktyvumo tyrimas: Respublikinio simpoziumo „Fizinis aktyvumas ir sveikata“ medžiaga. Birštonas: LKKA.
- Zaborskis, A., Dumčius, S. (1997). Lietuvos moksleivių fizinio aktyvumo ypatumai. *Visuomenės sveikata*, 2 (2), 16—22.
- Zaborskis, A., Stankevičienė, L., Žemaitienė, N. ir kt. (2001). Lietuvos moksleivių gyvenamosios pokyčiai 1994—1998 m. *Bendrosios praktikos gydytojas*, V (3), 240—245.

PHYSICAL ACTIVITY OF FIRST GRADE PUPILS IN RELATION TO SOCIAL ECONOMIC FACTORS

Liudmila Dregval¹, Vaida Malinauskaitė²

Institute for Biomedical Research¹, Kaunas University of Medicine², Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

Physical activity of first grade pupils in relation to parents' social economic position is analysed in this article. The study was carried out in randomly selected Siauliai region schools in 2008. Questionnaires were distributed among 630 randomly selected first grade pupils and filled-in by 515 parents (response rate 81.8%). Physical activity of pupils was assessed according to parents' education, income and living place.

It was established that sport or dancing clubs were attended by 39.6% of children. The highest number of pupils attending the clubs was among those whose parents (mother or father) had the university education (52.8 and 59.5%, respectively). In families where parents had the vocational or the lower educational level this number was lower. More first grade pupils in cities attended sport or dancing clubs (45.5%) than in villages (35.4%, $p < 0.05$). More than half of children go to school (58.8%) and come from it (72.2%) on foot, 1.2% ride a bicycle. One third of children were brought to school by their parents in a car but only one fifth of them was brought back. The relation between the number of children brought to school by car and parents' income was observed: the highest number of children was in the families where parents' income was the highest (31.1% in families with low income and 46.3% with high income). One third of pupils (36.9%) spent their time playing out-of-doors for 3 or more hours on workdays and majority of them (87.1%) spent the same time at weekends. The study showed that first grade pupils spent much time passively playing computer games or watching TV. Mostly children used a computer for one hour per day (33.9% on workdays and 28.5% at weekends), mostly watched television for 2 hours on workdays and for 3 hours or more at weekends (45.1 and 41.4%, respectively).

Conclusions: 1) Physical activity of first grade pupils is insufficient. The majority of them do not attend sport or dancing clubs, children spend much time passively watching TV or playing on a computer. 2) There are relations between social economic factors and children's physical activity. Most pupils attending sport or dancing clubs and playing on a computer were in families where parents had the highest educational level as well as in the families with the highest income. 3) First grade pupils from villages participate in sports and play computer games less than their peers in cities, they spend more time playing out-of-door.

Keywords: physical activity, parents' education, social economic factors.

Gauta 2008 m. rugpjūčio 14 d.
Received on August 14, 2008

Priimta 2008 m. rugsėjo 9 d.
Accepted on September 9, 2008

Liudmila Dregval
Kauno medicinos universiteto Biomedicininių tyrimų institutas
(Institute for Biomedical Research of Kaunas University of Medicine)
Eivenių g. 4, LT-50009 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 37 302965
E-mail dregval@vector.kmu.lt