

KAUNO MEDICINOS UNIVERSITETAS
Visuomenės sveikatos fakultetas
Sveikatos vadybos katedra

Violeta Juozapavičienė

**Pasvalio rajono mokinių, mokytojų, mokyklų vadovų nuomonės,
informuotumo ir pasitenkinimo mokyklos aplinka vertinimas**

Magistro diplominis darbas
(Visuomenės sveikatos vadyba)

Mokslinis vadovas
Doc. dr. Ričardas Radišauskas

KAUNAS, 2010

SANTRAUKA

Visuomenės sveikatos vadyba

Pasvalio rajono mokinių, mokytojų, mokyklų vadovų nuomonės, informuotumo ir pasitenkinimo mokyklos aplinka vertinimas

Violeta Juozapavičienė

Mokslinis vadovas doc. dr. R. Radišauskas

Kauno medicinos universitetas, Visuomenės sveikatos fakultetas, Sveikatos vadybos katedra.

Kaunas; 2010. 93 p.

Darbo tikslas. Įvertinti mokinių, mokytojų ir mokyklos vadovų nuomonę, informuotumą apie mokyklos aplinką ir mokyklos aplinkos optimizavimo reikšmę mokinių sveikatai ir savijautai.

Tyrimo metodika. 2010 m. sausio mėn. buvo atlikta Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklose besimokančių 10 klasių mokinių, mokytojų ir mokyklų vadovų anoniminė anketinė apklausa. Apklausoje dalyvavo 382 mokiniai (atsako dažnis 86,4 proc.), 170 mokytojų (75,3 proc.), 41 mokyklos vadovas (80,4 proc.). Duomenys analizuoti naudojant SPSS 15.0 versijos programą. Statistinis duomenų reikšmingumas buvo tikrinamas pagal χ^2 (Chi-kvadrato) kriterijų, laisvės laipsnių skaičių (Ils) bei statistinį reikšmingumą (p).

Rezultatai. Atlikus tyrimą buvo nustatyta, kad apšvietimas klasėse, mokinių nuomone, geras, suolų būklė klasėse gera, vėdinimas įvertintas patenkinamai, higieninė tualetų būklė ir maitinimas patenkinami. Mokiniai išreiškė nusiskundimų apšvietimu, tualetų higienine būkle, dušais prie sporto salių. Didesnė dalis vaikinių nei merginų neturi sveikatos problemų. Mokiniai skundėsi informuotumo stoka sveikatinimo temomis. Daugiau vaikinių jautėsi pavargę grįžę po pamokų nei merginų. Mokytojų nuomone, mokyklos aplinkos sąlygos yra pakankamai geros. Būdų mokinių mokymosi krūviui mažinti ieškojo didesnė dalis mokytojų. Nustatytas nepakankamas mokytojų požiūris į kai kurias sveikatinimo temas. Mokyklose nėra tinkamai organizuojamas mokinių darbo dienos režimas. Mokyklos nepakankamai gauna lėšų mokyklų remontams, tualetų higieninė būklė, apšvietimo, baldų kokybė neužtikrina sveikų ir saugių mokyklos aplinkos sąlygų. Mokyklose ne visos sveikatinimo temos, mokyklų vadovų nuomone, yra aktualios.

Išvados. Pasvalio rajono mokyklų aplinka 10 klasių mokinių nuomone, nėra pakankamai sveika ir saugi. Mokytojų nuomone, mokyklos aplinkos sąlygos yra pakankamai geros. Mokyklų vadovai neužtikrina sveikų ir saugių sąlygų mokykloje, neturi tam finansinių išteklių.

Praktinės rekomendacijos. Nustatyti prioritetingas mokyklų aplinkos sąlygų gerinimo sritis, visuomenės sveikatos priežiūros specialistams mokyklose vertinti moksleivių sveikatos būklės kitimą ir rekomenduoti priemones ir būdus mokyklų aplinkos gerinimui mokyklų vadovams. Mokytojams skatinti mokinių domėjimąsi savo sveikata, žalingų veiksmų išvengimo būdais.

Raktažodžiai. Mokiniai, mokyklos aplinka, nuomonė, informuotumas, pasitenkinimas.

SUMMARY

Management of Public Health

Pasvalys district schoolchildren's, teachers, school manager's opinion, awareness and satisfaction with school environment assessment

Supervisor Ričardas Radišauskas Dr. Sc.

Department of Health Management, Faculty of Public Health, Kaunas University of Medicine. Kaunas; 2010. 93 p.

Aim of the study. To evaluate schoolchildren's, teachers and managers opinion, about the school environment and school environment with the optimization value student health and well-being.

Methods. The study was performed in January 2010 among 10 grade students, teachers and school managers of Pasvalys district general education schools. The survey has included 382 students, 170 teachers and 41 head of the school. An anonymous original questionnaire was used. The data were analyzed using SPSS statistical analysis program. Statistical significance of data was measured by the criteria χ^2 , and the statistical significance level ($p < 0.05$).

Results. During the survey was assessed, that according to the schoolchildren opinion lighting and table's condition are good, ventilation (microclimate), hygienic condition of toilets and nutrition assessed as satisfactory. The major part of boys does not have health problems compared with girls. Schoolchildren are complained about the lack of awareness of health topics. More males felt tired when they get to school than girls, but the girls often complained of the headache, felt great anxiety than boys. According to the teacher's opinion, school environmental conditions are good enough. The greater part of the teachers sought ways to reduce the learning load for students. The lack of teachers' attitude to some health issues was assessed. The students learning schedule not suitably organized. Schools receive insufficient funding school repairs, toilets and sanitary condition, the lighting and the furniture quality does not provide healthy and safe school environment. Health issues in schools as students are referred to but not all events, school leaders think is relevant.

Conclusions. According to the opinion of tenth grade schoolchildren's the schools environment in Pasvalys district did not consider sufficiently healthy and safe. According to the teacher's opinion, school environmental conditions are good enough. School leaders do not provide healthy and safe environment for school does not have the financial resources.

Practical recommendations. The level of municipality to identify priority schools areas to improve environmental conditions in schools, for public health care specialists working in the schools to assess students' health status changes and provide the means and ways to improve the environment of schools to school managers. For teachers to promote students' interest in their health, the avoidance ways of harmful factors.

Key words: Schoolchildren, school environment, opinion, awareness, satisfaction.

SANTRUMPOS

PSO – Pasaulinė sveikatos organizacija

ES – Europos sąjunga

KMU – Kauno medicinos universitetas

HN 21:2005 – Lietuvos higienos norma HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla: bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“

VVSPT – Valstybinė visuomenės sveikatos priežiūros tarnyba

LR SAM - Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerija

χ^2 – Chi kvadrato kriterijus

lls – laisvės laipsnių skaičius

p – patikimumo lygmuo

VSC – visuomenės sveikatos centras

abs. sk. – absoliutus skaičius

proc.- procentai

TURINYS

IVADAS	8
DARBO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI	10
1. LITERATŪROS APŽVALGA	11
1.1. Moksleivių sveiką ir saugią aplinką reglamentuojantys dokumentai Europoje	12
1.2. ES ir Lietuvos Respublikos teisės aktai, reglamentuojantys teisę būti sveikam	14
1.3. Lietuvos Respublikos teisės aktai, reglamentuojantys moksleivių sveiką ir saugią aplinką mokykloje	16
1.4. Mokinių sveikatos būklė	18
1.5. Bendrojo lavinimo mokyklos fizinės aplinkos aspektai	23
1.5.1. Reikalavimai mokyklos sklypui ir teritorijai	24
1.5.2. Mokyklos patalpos ir jų įrengimo reikalavimai	26
1.5.3. Mokinių ugdymo proceso higienos reikalavimai	31
1.5.4. Maitinimo organizavimas	34
1.5.5. Mokinių sveikatos ugdymas ir priežiūra	37
2. TYRIMO MEDŽIAGA IR METODAI	39
2.1. Tiriamųjų kontingentas	39
2.2. Tyrimo instrumentas	40
2.3. Statistinė duomenų analizė	41
3. REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS	42
3.1. Tiriamieji moksleiviai ir jų charakteristika	42
3.1.1. Moksleivių nuomonė apie suformuotą mokyklos aplinką	44
3.1.2. Moksleivių nuomonė apie maitinimą mokykloje	53
3.1.3. Moksleivių nuomonė apie ugdymą mokykloje	55
3.1.4. Moksleivių savijauta ir jų informuotumas apie sveikatos stiprinimą mokykloje	57
3.2. Tiriamieji mokytojai ir jų charakteristika	63
3.2.1. Mokytojų nuomonė apie mokyklos aplinkos formavimą	63
3.2.2. Mokytojų nuomonė apie ugdymą bei psichologinį klimatą mokykloje	68
3.2.3. Mokytojų nuomonė apie moksleivių informuotumą sveikatinimo temomis	70
3.3. Tiriamieji mokyklų vadovai ir jų charakteristika	72
3.3.1. Mokyklų vadovų nuomonė apie mokyklos aplinką	72
3.3.2. Mokyklų vadovų nuomonė maitinimo organizavimą mokykloje	77
3.3.3. Mokyklų vadovų nuomonė apie ugdymo higieną mokykloje	78
3.3.4. Mokyklų vadovų nuomonė apie mokinių informuotumą sveikatinimo temomis mokykloje	80
3.3.5. Mokyklų vadovų galimybės gerinti mokyklos aplinkos sąlygas	83
IŠVADOS	86
REKOMENDACIJOS	89
LITERATŪRA	90
PRIEDAI	95

IVADAS

Sveika ir saugi aplinka mokykloje – viena iš pagrindinių sąlygų sveikatos nuostatomis, įpročiams formuotis, sveikatai saugoti ir stiprinti. Vaikai yra specifinė populiacijos dalis, jautriau nei suaugusieji reaguojantys į išorinę aplinką. Kadangi mokymasis yra sunkus ir ilgas procesas, reikalaujantis daug dvasinių ir fizinių jėgų ir mokykloje vaikas praleidžia 7-8 valandas, todėl mokymosi sąlygos turi įtakos augančiam organizmui. Mokyklos aplinka yra sudedamoji visos vaiko aplinkos dalis. Ji turi ne tik skatinti vaiko norą mokytis, bet jis turi jaustis saugus ir sveikas. Gera vaiko sveikata ir savijauta yra vienos svarbiausių jo normalaus vystymosi bei mokymosi prielaidų. Tik sveikas, gerai besijaučiantis vaikas gali sėkmingai prisitaikyti prie nuolat besikeičiančios aplinkos, būti aktyvus ir sėkmingai įveikti gyvenimo sunkumus, tačiau pastaruoju metu mokinių sergamumas didėja virškinimo, kvėpavimo, skeleto ir raumenų sistemos, akių ir jų priedinių organų ligomis.

Mokinių sveikatai turi įtakos įvairūs subjektyvūs bei objektyvūs veiksniai. Gyvenimo laikotarpis, praleistas mokykloje, yra labai svarbus formuojantis jauno žmogaus požiūriui į gyvenimo vertybes ir sveikatą. Tačiau mokykla gali būti ir sveikatos rizikos veiksnys. Vaiko savijautai mokykloje turi įtakos ne tik mokomosios medžiagos apimtys, tačiau ir mokymo proceso organizavimas, mokytojų ir mokinių tarpusavio santykiai, bendras mokyklos kaip mikrosistemos funkcionavimas. Įvairių mokslininkų atlikti tyrimai atskleidė pagrindinius mokinių sveikatos rizikos veiksnius: gyvenimo būdas, mokymosi krūviai, nesaugi mokyklos aplinka ir nepalankūs šeimos socialiniai veiksniai. Ilgalaikis intensyvus protinis darbas, fizinio aktyvumo ir poilsio, taip pat ir miego, stoka sukelia pervargimą ir gali būti sveikatos sutrikimų priežastis. Nepakankamas fizinis aktyvumas įtakoja dažnesnį mokinių sergamumą ūmiomis ligomis, bei psichosomatiniais negalavimais. Netinkamas mitybos režimas turi esminę įtaką jų savijautai, nes taip pat sukelia psichosomatiniais negalavimais. Pastaruoju metu keliamą per didelio mokymosi krūvio bendrojo lavinimo mokykloje problema ir ji siejama su mokinių sveikatos blogėjimu: prastėja imuninis reaktyvumas; skundžiamasi galvos skausmais, atsiranda nervinė įtampa, irzlumas, nuovargis iš ryto, prastėja apetitas ir pasireiškia kiti psichosomatiniai negalavimai, ypač tiems mokiniams, kurie lanko papildomas pamokas, mokosi ir ruošia pamokas ilgiau nei numatyta higienos normoje. Nerimo ir įtampos mokykloje priežastys siejamos su ugdymo procesu, mokyklos aplinkos bei šeimos veiksniais.

Mokyklos aplinkos atitiktį Lietuvos higienos normos reikalavimams HN 21:2005 kiekvienais metais įvertina Valstybinė visuomenės sveikatos priežiūros tarnyba prie Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos. Jos duomenimis, mokyklų steigėjai skiria nepakankamą dėmesį higienos normų reikalavimams įgyvendinti. Mokyklų steigėjai nelaiko prioritetu sanitarinių higieninių įrenginių priežiūros bei jų renovacijos ir moksleivių higienos įgūdžių diegimui (prie sporto salių mokyklose neveikia dušai ir tualetai, neveikia ir yra techniškai netvarkingi sanitariniai įrenginiai). Mokyklose tiekiamų maisto produktų asortimentuose yra nerekomenduojamų maisto produktų, mokyklose veikia maisto užkandžių ir gėrimų aparatai. Neskiriamas reikiamas dėmesys moksleivių kūno kultūrai ir fiziniam lavinimui (neįrengti sporto aikštynai, mokyklos neturi sporto salių, pusėje tikrintų mokyklų organizuojamos mažiau kaip 3 fizinio lavinimo pamokos per savaitę).

Nors informacijos turėjimas dar neužtikrina sveikos gyvensenos, ji yra būtina prielaida sveikos gyvensenos nuostatoms ir įgūdžiams ugdyti. Mokinių informuotumo tyrimų rezultatai parodė, kad nuo dviejų trečdalių iki pusės apklaustų mokinių yra gavę pakankamai informacijos apie priklausomybes ir jų išvengimo būdus, lytinio brendimo ypatumus, aplinkos poveikį sveikatai pamokų, klasės valandėlių ir užklasiųjų renginių metu.

Mokslinio darbo naujumas. Lietuvoje yra nemažai aprašyta mokslinių darbų, kuriuose nagrinėjami mokinių sveikatą žalojantys veiksniai (gyvenimo būdo žalingi įpročiai), mokymosi krūviai, fizinės mokyklos aplinkos įtaką moksleivių sveikatai, tačiau yra labai mažai darbų, kuriuose būtų išnagrinėta moksleivių, mokytojų, mokyklų vadovų nuomonė, informuotumas ir pasitenkinimas mokyklos aplinka. Taigi, šiuo kompleksiniu problemos nagrinėjimu bus siekiama išsiaiškinti mokinių nuomonę apie suformuotą mokyklos aplinką, mokytojų dalyvavimą mokyklos aplinkos formavime, o mokyklos vadovų išreikšta pozicija leis spręsti apie saugių ir sveikų mokyklos aplinkos sąlygų formavimo galimybes. Taip pat bus tiriamas informuotumas sveikatinimo temomis bei pasitenkinimas aplinka.

DARBO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Darbo tikslas - įvertinti mokinių, mokytojų ir mokyklos vadovų nuomonę, informuotumą apie mokyklos aplinką ir mokyklos aplinkos optimizavimo reikšmę mokinių sveikatai ir savijautai.

Uždaviniai

1. Įvertinti mokinių nuomonę apie mokyklos aplinką ir jos sąsajas su jų sveikata bei savijauta.
2. Išsiaiškinti mokytojų nuomonę bei jų informuotumą apie mokyklos aplinką ir jų pasitenkinimą aplinka.
3. Įvertinti mokyklos vadovų nuomonę, informuotumą apie mokyklos aplinką bei jos gerinimo galimybes ir optimizavimo reikšmę mokinių sveikatai.

1. LITERATŪROS APŽVALGA

Pasaulyje kasmet gimsta apie 130 milijonų vaikų, iš kurių apie 8 milijonus miršta (1). Vyresniojo mokyklinio amžiaus vaikai – tai paaugliai ir jaunimas. Šių amžiaus grupių ribos nėra labai tiksliai apibrėžtos, jos gana sąlygiškos. Jungtinės Tautos jaunų žmonių amžių apibrėžia nuo 10 metų iki 24 metų. Pasaulinės sveikatos organizacijos (PSO) duomenimis, paaugliais vadinami 10-19 metų amžiaus asmenys, o 15-24 metų - vadinami jaunimu. Pedagogine, socialine prasme, mokykliniam amžiui - paauglystės amžiui priskiriama 15-18 metų amžiaus grupė (2). Nuo pradėjusių formotis įpročių ir gyvenimo būdo itin priklauso žmogaus sveikata bei asmenybės raida.

Šiuo amžiaus tarpsniu sulėtėja tiek mergaičių, tiek berniukų augimas, labiau retėja širdies susitraukimai, sukaulėja skeletas, didėja raumenų masė, lytinis brendimas pereina į postpuberteto fazę (brendimo baigtį). Kai kurių autorių duomenimis, padidėja kraujospūdis, gali pasitaikyti jaunatvinė hipertoniija. Šiame amžiuje būdingas didesnis organizmo jautrumas ir reaktyvumas įvairiems pokyčiams bei prastesnė nei suaugusiųjų nervinė procesų jėga (2). Kiekvienas amžiaus periodas išlieka dėsningas atskirų organų bei sistemų vystymosi santykio atžvilgiu. Todėl vaikui turi būti skiriamas ne maksimalus, o optimalus krūvis, atitinkantis jo organizmo funkcines galimybes. Kiekvienam amžiaus tarpsniui būdingos savitos asmenybinės brandos bei psichinių procesų vystymosi tendencijos. Vyresnio amžiaus vaiko statusas iš esmės pasikeičia, jam pradėjus lankyti mokyklą: prisiimamos mokinio pareigos, keičiasi jo gyvensena: didelę dalį laiko praleidžia mokymasis, sumažėja jo fizinis aktyvumas, padidėja psichinė įtampa protinio darbo metu, keičiasi dienos režimas. Akivaizdu, kad šie faktoriai gali įtakoti vaikų sveikatos lygį, todėl būtinas tinkamos dienvartės, laisvalaikio organizavimo, nuovargio profilaktikos įvertinimas. Padidėjęs pažeidžiamumas, nervų sistemos sutrikimai ypatingai ryškūs paauglystės laikotarpiu, kada atsiranda daugybė vystymosi poreikių, turinčių įtakos gyvensenos formavimuisi. Šiam amžiui būdingas ne tik spartus fizinis augimas, lytinis brendimas, bet ir psichologinis vystymasis (2). Todėl šiame paauglystės amžiuje labai svarbu, kad būtų išvengta nepageidaujamų organizmo vystymosi nukrypimų, svarbu racionaliai organizuoti visos dienos higieninį režimą ir užtikrinti saugias sąlygas mokykloje. Netinkama aplinka gali tapti rizikos veiksniu.

Kaip teigia PSO, 10 proc. sveikatos priklauso nuo medicininės pagalbos, 50 proc. nuo gyvenimo būdo, 20 proc. nuo aplinkos, 20 proc. nuo to, kas paveldima. Todėl didesnis dėmesys

turi būti skiriamas sveikatai turintiems įtakos veiksniams: gyvenimo būdui, aplinkai, paveldimumui, medicinos pagalbai.

1.1. Moksleivių sveiką ir saugią aplinką reglamentuojantys dokumentai Europoje

Pasaulio sveikatos organizacijos dokumente „Sveikata XXI amžiuje“ numatyti svarbūs paauglių sveikatos aspektai: vaikai ir paaugliai turės įgyti geresnius įgūdžius ir galimybę reguliuoti savo sveikatą. Iki 2015 m. regiono žmonėms turi būti suteiktos geresnės galimybės gyventi sveikoje psichinėje bei socialinėje aplinkoje, namie, mokykloje, darbo vietoje ir vietinėje bendruomenėje. Mokyklos formuoja ne tik mokinių, bet mokytojų, tėvų, sveikatos priežiūros darbuotojų, vietinės bendruomenės supratimą, požiūrį, veiksmus, elgseną. Teigiama, kad 95 proc. vaikų būtų auklėjami sveikatą stiprinančiose mokyklose (3).

Otavos chartijoje (1986) pabrėžiama, jog sveikatos stiprinimo strategija priklauso nuo aplinkybių, kuriomis užtikrinama sveikata - visuomenės politikos, aplinkos, padedančios stiprinti ir gerinti sveikatą, sukūrimas, bendruomenės įtraukimas į sveikatos stiprinimą, individualių sveikatos stiprinimo žinių bei įgūdžių tobulinimas, sveikatos priežiūros tarnybų perorientavimas (4).

Sveikatą stiprinančių mokyklų konferencijoje, įvykusioje 1997 m. Salonikuose, įvairių sričių specialistai iš 43 Europos šalių sutarė dėl esminių sveikatą stiprinančios mokyklos principų, kurie būtų taikomi praktikoje:

1. Demokratija ir dalyvavimas
2. Teisumas
3. Pasitikėjimas, pasiekimai ir gebėjimas veikti
4. Mokyklos aplinka
5. Sveikatos ugdymo programa
6. Mokytojų rengimas
7. Pasiekimų įvertinimas
8. Bendradarbiavimas
9. Bendruomenės narių dalyvavimas
10. Parama

Sveikatą stiprinančios mokyklos akcentuoja mokyklos fizinę ir socialinę aplinką. Tai esminis sveikatos stiprinimo ir išsaugojimo veiksnys. Aplinka turi ypatingą reikšmę efektyviam

sveikatos stiprinimui ir apima sveikatos saugos priemonių kūrimą, monitoringų bei atitinkamų valdymo struktūrų įvedimą (5).

Antrojoje sveikatą stiprinančių mokyklų konferencijoje 2002 m. Egmonte, Nyderlanduose, buvo pabrėžta švietimo ir sveikatos sektorių partnerystės svarba. Šios konferencijos darbotvarkė vadinama Egmonto darbotvarke. Tai priemonė, padedanti įgyvendinti ir plėtoti sveikatos stiprinimo principus mokyklose (6).

Trečiosios Europos sveikatą stiprinančių mokyklų konferencijos „Geresnė mokykla - sveikesnė mokykla, vykusios Vilniuje 2009 m., tikslas - žengti kitą žingsnį, stiprinant sveikatą Europos mokyklose tarpžinybinio ir tarptautinio bendradarbiavimo pagrindu. Joje dalyvavęs jaunimas keitėsi idėjomis, dirbo kartu, siekdami, kad jų mokykla taptų geresne mokymosi ir darbo vieta (7).

Ketvirtojoje ministrų konferencijoje „Sveika aplinka - vaikams“ aplinkos ir sveikatos apsaugos klausimais, įvykusioje Budapešte (Vengrija) 2004 m., buvo patvirtintas Europos vaikų aplinkos ir sveikatos veiksmų planas, kuriame nurodyti prioritetiniai tikslai, veiksmai ir tikėtini rezultatai (8). Kadangi pripažinta, kad vaikų apsaugos stoka nuo aplinkos pavojų lemia ne tik fizinės aplinkos būklė, bet ir socialinės-ekonominės sąlygos, individo bei grupės elgesys. Todėl siekiant apsaugoti vaikų sveikatą, akcentuojami šie pagrindiniai principai tokie kaip: pirminė prevencija, teisingumas, skurdo mažinimas, sveikatos rėmimas. Šie priimti principai sudaro keturių regioninių prioritetinių tikslų turinį. Juose akcentuojamas fizinės aplinkos rizikos veiksnių mažinimas - visiems vaikams turi būti suteikta galimybė naudotis saugiu vandeniu ir atitinkamomis sanitarinėmis sąlygomis; traumas ir sužalojimus mažinančių priemonių įgyvendinimas namie, mokyklose; oro kokybės gerinimas gyvenamuosiuose namuose, ugdymo įstaigose; išipareigojimas sumažinti ligų ir neįgalumo, atsiradusių dėl triukšmo ir pavojingų chemikalų, biologinių faktorių, apsaugant nuo triukšmo žalingo poveikio namuose ir mokyklose. Akcentuojamas ir bendradarbiavimas bendrijų ir kitų sektorių, kad būtų užtikrinta vaikams palanki infrastruktūra.

2005 metais Bankoke vykusioje Šeštojoje sveikatos stiprinimo konferencijoje buvo konstatuota, kad po Otavos chartijos (1986) situacija pasaulyje labai pasikeitė: didėja sveikatos skirtumai (tarp šalių, šalyse, tarp lyčių), nauji vartojimo ir komunikacijos būdai, globaliniai aplinkos pokyčiai, didėja urbanizacija, kitų veiksnių atsiradimas, kurie daro įtaką per socialinius, ekonominius, demografinius pokyčius, veikia darbo sąlygas, mokymosi aplinką, šeimą.

Atsižvelgus į šiuos pakitimus, suformuluotos globalinio pasaulio sveikatos stiprinimo strategijos (9):

1. Sveikatos atstovavimas (gynimas) grindžiamas žmogaus teisėmis ir solidarumu.
2. Būtinai investavimas į veiklą ir infrastruktūrą, nukreiptą į sveikatos stiprinimą.
3. Reikia plėtoti sveikatos raštingumą, didinti sveikatos stiprinimo praktiką, žinių perdavimo, mokslinių tyrimų pajėgumus.
4. Labai reikšminga partnerystė su visuomeninėmis, privačiomis, nevyriausybinėmis ir tarptautinėmis organizacijomis.

Tarptautiniuose sveikatos politiką formuojančiuose dokumentuose, jų rezoliucijose akcentuojamas visuomenės sveikatos politikos formavimas, apimant tiek sveikos aplinkos kūrimą, tiek sveikatos raštingumo didinimą, pabrėžiant tarpinstitucinį bendradarbiavimą, bendruomenių ir nevyriausybinių organizacijų bendradarbiavimą.

1.2. ES ir Lietuvos Respublikos teisės aktai, reglamentuojantys teisę būti sveikam

Europos Sąjungos teisiniuose dokumentuose, reglamentuojančiuose žmogaus teises Europos Bendrijoje, žmogaus teisė į savo, savo šeimos sveikatą yra laikoma viena svarbiausių ir užtikrinančių visuomenės egzistavimą. Pagal Generalinės asamblėjos priimtą 1948 m. paskelbtą Visuotinę žmogaus teisių deklaraciją, jos 25 straipsnį, akcentuojama, jog, kiekvienas turi teisę į savo ir savo šeimos sveikatą ir gerovei pakankamą gyvenimo lygį, įskaitant maistą, drabužius, būstą, sveikatos priežiūrą (10). Europos Sąjungos pagrindinių teisių chartijos 35 straipsnis taip pat teigia, kad kiekvienas žmogus turi teisę į profilaktinę sveikatos priežiūrą ir teisę į gydymą nacionalinių teisės aktų ir praktikos nustatyta tvarka (11). Vaiko teisė naudotis tobuliausiomis sveikatos sistemos paslaugomis ir ligų gydymo bei sveikatos atstatymo priemonėmis ir nebūtų atimta teisė naudotis tokiomis sveikatos apsaugos sistemos paslaugomis įgalinta Jungtinių Tautų Vaiko teisių Konvencijos 24 straipsnyje. Šio straipsnio antroje dalyje numatyta imtis priemonių, kurios leistų sumažinti kūdikių ir vaikų mirtingumą, informuoti visuomenę, ypač tėvus ir vaikus, apie vaikų sveikatą ir mitybą, higieną, vaiko gyvenamosios aplinkos sanitariją ir kt. (12).

Lietuvos Respublikos Konstitucijos 53 straipsnis deklaruoja, jog valstybė rūpinasi žmogaus sveikata ir laiduoja medicinos pagalbą bei paslaugas žmogui susirgus (13). Manytina, jog šis teiginys ir parodo, jog valstybė per vykdančias institucijas turi užtikrinti moksleivių

sveikatai palankią aplinką mokykloje, kad būtų išvengta didėjančio moksleivių sergamumo ir būtų suteikta kvalifikuota visuomenės sveikatos specialisto, dirbančio mokykloje, pagalba moksleiviui.

Lietuvos Respublikos Civilinio kodekso 3.161 straipsnyje minimos šios vaikų teisės: kiekvienas vaikas turi neatimamą teisę gyventi bei sveikai vystytis ir nuo gimimo turėti vardą ir pavardę (14).

Lietuvos Respublikos Švietimo, Lietuvos Respublikos Vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymuose įteisintos vaikų (moksleivių) teisė į saugią aplinką. Švietimo įstatymas nustato ne tik Lietuvos Respublikos švietimo tikslus, sistemos principus, jos sandaros, švietimo veiklos pagrindus, valstybės įsipareigojimus švietimo srityje, bet ir mokinių, mokytojų teises ir pareigas, bei mokyklų vadovų atsakomybę. Šio įstatymo 46 straipsnyje įvardinta, kad mokinys turi teisę ne tik į psichologinę ir specialiąją pedagoginę, specialiąją, socialinę pedagoginę, informacinę pagalbą, bet ir į sveikatos priežiūrą mokykloje ir mokinio teisę mokytis savitarpio pagarba grįstoje, psichologiškai, dvasiškai ir fiziškai saugioje aplinkoje, turėti higienos reikalavimus atitinkančius mokymosi krūvį ir darbo vietą. Mokytojas turi teisę dirbti savitarpio pagarba grįstoje, psichologiškai, dvasiškai ir fiziškai saugioje aplinkoje, turėti higienos reikalavimus atitinkančią ir tinkamai aprūpintą darbo vietą ir mokytojai turi užtikrinti ugdomų mokinių saugumą, geros kokybės ugdymą. Mokyklų vadovai turi užtikrinti sveiką, saugią, užkertančią kelią bet kokioms smurto, prievartos apraiškoms bei žalingiems įpročiams, aplinką. (15)

Vaiko teisė būti sveikam, teisė į sveiką ir saugią aplinką, vaiko sveiko gyvenimo būdo ugdymą garantuoja Lietuvos Respublikos Vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymo 8 straipsnis (16).

Tiek ES, tiek Lietuvos Respublikos teisės aktai, reglamentuojantys žmogaus prigimtines teises ir kiti priimti teisės aktai, kurie numato ir nustato atsakingų institucijų teises ir pareigas, numatant vaikams ir moksleiviams teisę būti sveikiems, į sveiką ir saugią darbo aplinką parodo, jog yra pakankamai teisinių dokumentų, kurie turėtų užtikrinti moksleivių sveikatos išsaugojimą tiek nacionaliniame, tiek regioniniame, tiek vietiniame lygmenyje.

1.3. Lietuvos Respublikos teisės aktai, reglamentuojantys moksleivių sveiką ir saugią aplinką mokykloje

Kadangi paauglystė - gyvenimo tarpsnis, kuomet formuojasi intelektas, fiziniai gebėjimai, sveikatos įgūdžiai, o moksleiviai didžiąją dienos dalį praleidžia mokykloje, tuomet mokykla tampa viena iš svarbiausių institucijų, kurioje galima sėkmingai ugdyti ir stiprinti moksleivių sveikatą.

Formuodama bei įgyvendindama sveikatos politiką, Lietuvos Respublikos Vyriausybė vadovaujasi Pasaulio sveikatos organizacijos dokumentu „Sveikata visiems XXI amžiuje“. Nacionalinė sveikatos koncepcija buvo rengiama „Sveikata visiems XXI amžiuje“ įvardintais principais. Nacionalinėje sveikatos koncepcijoje aiškiai įvardinta individo atsakomybė už savo sveikatą bei valstybės prievolė sudaryti sąlygas žmonėms sveikai gyventi, o iškilus būtinybei, gauti prieinamą bei kokybišką medicinos pagalbą (17).

Lietuvos sveikatos programa 1997-2010 m. yra vienas pagrindinių sveikatos dokumentų. Įgyvendinant Europos sveikatos politiką „Sveikata visiems XXI amžiuje“ (3) bei Nacionalinėje sveikatos koncepcijoje išdėstytą ir Sveikatos sistemos įstatyme įteisintą aktyvios politikos strategiją, keliami šie pagrindiniai Lietuvos sveikatos programos tikslai (18):

1. Gyventojų mirtingumo mažinimas ir vidutinės gyvenimo trukmės ilginimas.
2. Sveikatos santykių teisumas.
3. Gyvenimo kokybės pagerinimas.

Šiuos tikslus numatoma pasiekti ne tik gerinant tarpžinybinį bendradarbiavimą, bet ir aktyvinant individų dalyvavimą visuomenės gyvenime ir formuojant sveikatos politiką, sveiką gyvenseną pripažįstant kaip socialinę normą, skatinant sveikos gyvensenos propagavimą, į gyventojų sveikatos stiprinimą ir išsaugojimą įtraukiant ir visuomenines organizacijas, sukuriant sveiką aplinką, saugant ją nuo sveikatai pavojingų veiksnių, organizuojant tinkamą bei prieinamą sveikatos priežiūrą, apimančią ir sveikatos stiprinimą ir ligų profilaktiką.

Panevėžio apskrities sveikatos programos 2004-2010 m., sudarytos remiantis svarbiausiais Lietuvos sveikatos politikos dokumentais - Nacionaline Lietuvos sveikatos koncepcija, Lietuvos sveikatos programa, Nacionaline visuomenės sveikatos priežiūros strategija, kitais nacionaliniais teisės aktais, taip pat Europos sąjungos ir kitų šalių patirtimi rengiant regionines sveikatos programas, tikslas - apsaugoti gyventojus nuo ligų ir sužalojimų kasdienėje gyvenamojoje ir darbo aplinkoje bei užtikrinti gydymą bei paslaugų prieinamumą sveikatos

problemu turintiems gyventojams. Šios programos aplinkos poveikio sveikatos analizėje pažymima, kad švietimo sektorius yra svarbus išsaugojant ir stiprinant sveikatą, nes turinčių aukštesnį išsimokslinimą žmonių sveikata yra geresnė nei turinčių žemesnį išsimokslinimą ir švietimo sistemos aplinka daro įtaką vaikų ir jaunimo sveikatai ir turi potencialias galimybes ugdyti sveikos gyvensenos įpročius. Todėl labai svarbu ugdyti išsilavinusius, savarankiškus, aktyvius ir atsakingus visuomenės narius, besirūpinančius savo ir visuomenės sveikata, plėtoti intelektualinį visuomenės potencialą bei sąmoningumą, kad žinios ir mokslas užtikrintų darnų ekonominių, socialinių, aplinkosaugos ir sveikatos stiprinimo siekių įgyvendinimą (19).

Sveikatos stiprinimui ir išsaugojimui labai svarbus tarpinstitucinis bendradarbiavimas. Todėl labai svarbu, kad aukščiausiu lygmeniu yra sprendžiamos su moksleivių sveikata susijusios problemos. Lietuvos Respublikos Švietimo ir mokslo ministro ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro priimtas įsakymas, kuriame numatytos vaikų ir moksleivių sveikatos apsaugos politikos strateginės gairės (20). Jos numato visų tipų švietimo įstaigose kompleksinę sveikatinimo veiklą ir sveikatos priežiūros įgyvendinimą, pirmenybę teikiant vaikų, moksleivių sveikatos saugojimui, stiprinimui ir ligų profilaktikai; griežtai laikantis atitinkamų higienos normų ir taisyklių reikalavimų, vaikų ugdymo, poilsio, maitinimo bei kitos veiklos plėtojimo sąlygų sudarymas, ugdymo proceso organizavimas, atsižvelgiant į vaiko amžiaus tarpsnio anatominius, fiziologinius ir psichofiziologinius ypatumus bei galimybes, sveikatinimo veiklai infrastruktūros sukūrimas, tarpžinybinis bendradarbiavimas, įtraukiant ir nevyriausybinės organizacijas.

2008 m. Lietuvos Respublikos Vyriausybė, įgyvendindama Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymą ir kitus norminius dokumentus, patvirtinto „Vaikų sveikatos stiprinimo 2008-2012 metų programą“, kurios pagrindinis tikslas - plėtoti vaikų sveikatos stiprinimą - ugdyti vaikams sveikos gyvensenos įpročius, užtikrinti vaikų sveikatos stiprinimo prieinamumą visoje šalyje, gerinti jo kokybę, tam vienyti valstybės ir savivaldybių institucijų, mokslo ir visuomenės pastangas. Įgyvendinant programą, numatoma sukurti vaikų sveikatą palaikančią aplinką, ugdyti vaikų sveikos gyvensenos nuostatas ir gebėjimus, tobulinti vaikų ligų ir traumų pirminės profilaktikos organizavimą (21).

Visuomenės sveikata - gyventojų visapusė dvasinė, fizinė ir socialinė gerovė. Visuomenės sveikatos priežiūra - organizacinių, teisinių, ekonominių, techninių, socialinių bei medicinos priemonių, padedančių išvengti ligų ir traumų profilaktika, išsaugoti visuomenės sveikatą bei ją

stiprinti, visuma. Lietuvos Respublikos Visuomenės sveikatos priežiūros įstatyme numatyta, kad Valstybinė visuomenės sveikatos priežiūros tarnyba prie Sveikatos apsaugos ministerijos pagal kompetenciją vykdo valstybinę visuomenės sveikatos saugos kontrolę švietimo, globos ir rūpybos, sveikatos priežiūros įstaigose bei kituose įstatyme numatytuose objektuose. Šiame įstatyme yra numatyta, kaip turi būti įgyvendinama vaikų sveikatos sauga ir stiprinimas: turi būti sudarytos sąlygos vaikų sveikatai išsaugoti ir stiprinti, vaikų sveikatos priežiūrai užtikrinti. Vaikų sveikatos sauga įgyvendinama, užtikrinant įstatymų ir kitų teisės aktų nustatytas vaikų ugdymo, mokymosi, mitybos, kūno kultūros ir sporto, poilsio, medicinos bei psichologinės pagalbos teikimo sąlygas ugdymo įstaigose ir vaikų pasaulį nuo fizinę ir psichinę sveikatą žalojančio poveikio, užtikrinant visiems vaikams tinkamą sveikatos priežiūrą bei didinant visų vaikų imunitetą užkrečiamosioms ligoms, nuo kurių skiepijama (21).

Lietuvos higienos norma HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai nustato pagrindinius bendrojo lavinimo mokyklos pastato ir patalpų projektavimo, statybos, įrengimo, priežiūros bei eksploatavimo, mokinių maitinimo, ugdymo proceso higienos, sveikatos ugdymo bei priežiūros organizavimo reikalavimus. Ši higienos norma yra privaloma mokyklų steigėjams bei vadovams, sveikatos saugą atliekančioms institucijoms (22).

1.4. Mokinių sveikatos būklė

Sveikata yra vienas iš svarbiausių žmogaus gerovės sąvokų. Deja, ne visi Lietuvos vaikai yra sveiki ir laimingi. Vertinant vaikų sveikatos tendencijas, galima teigti, kad vaikų sveikatos rodikliai turi tendenciją blogėti. Statistikos departamento duomenimis, 2009 m. pradžioje vaikai iki 18 metų sudarė penktadalį (653,7 tūkst.) visų gyventojų (23). Ambulatorines paslaugas teikiančiose asmens sveikatos priežiūros įstaigose 2008 m. lankėsi 91,3 proc. visų 0-17 metų amžiaus vaikų. Kasmet daugėja vaikų (0-17 metų), susirgusių bent viena liga. 2008 m. dažniausiai paplitusių ligų, nustatytų vaikams (0-17 metų), kuriems užregistruotas vienas ar daugiau susirgimų ar traumų pagal amžiaus grupes 1000 vaikų, struktūra pateikta 1 lentelėje.

1 lentelė. Vaikų (0-17 metų), kuriems užregistruotas vienas ar daugiau susirgimų ar traumų pagal amžiaus grupes 1000 vaikų 2008 m.

Dažniausiai paplitusių ligų klasių pavadinimai	1000 vaikų			
	0-17 m.	0-6 m.	7-14 m.	15-17 m.
Kvėpavimo sistemos ligos	515,2	571	500,6	464,8
Virškinimo sistemos ligos	181,7	157,8	205	170,7
Akies ir jos priedinių organų ligos	165,1	115,6	187,6	191,6
Jungiamojo audinio ir skeleto-raumenų sistemos ligos	107,9	45,5	131,1	151,3
Odos ir poodžio ligos	103,6	129,4	84,6	103,8
Traumos ir apsinuodijimai	101	58,4	112,6	138,4
Infekcinės ir parazitinės ligos	83,4	128,5	68,8	47,9
Psichikos ir elgesio sutrikimai	55	67,9	48,6	49,2
Ausies ir speninės ataugos ligos	49,6	73,2	41,8	31,3

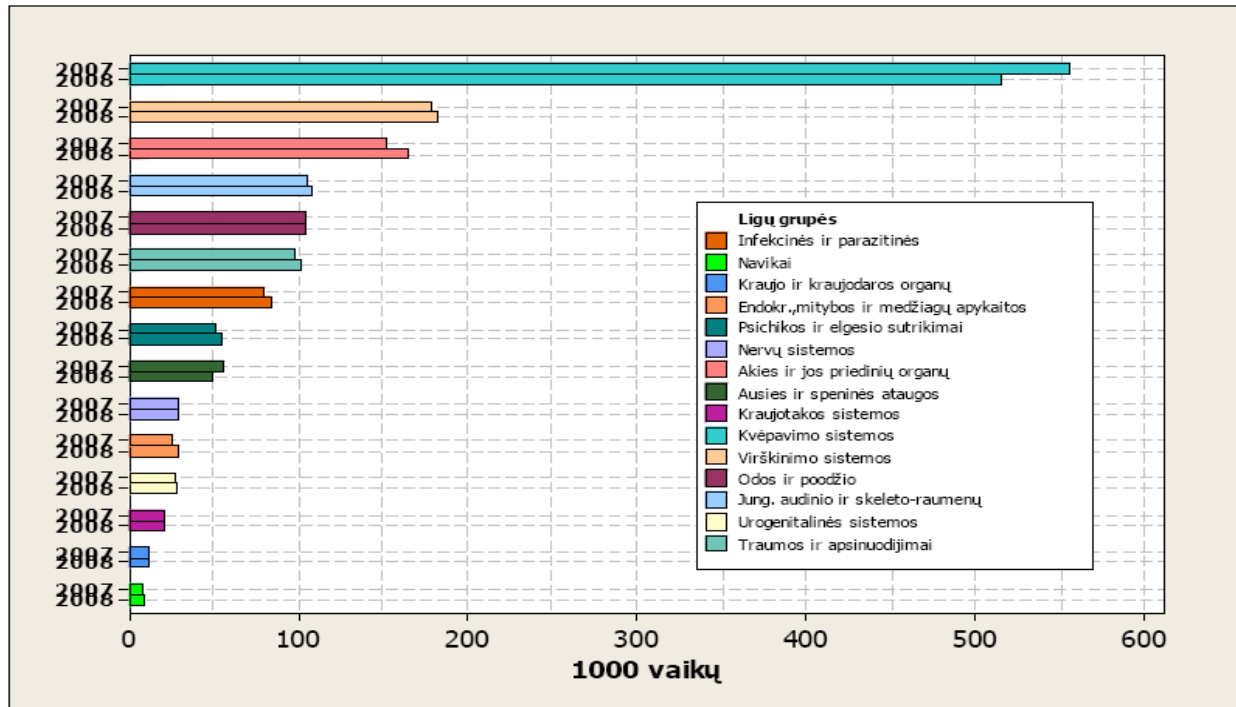
Duomenų šaltinis : LR SAM Higienos instituto Sveikatos informacijos centras

Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenimis, 2008 m. vaikų sergamumo struktūra išliko tokia pati kaip ir 2007 m. Dažniausios buvo kvėpavimo ligos, virškinimo sistemos bei akies bei priedinių organų ligos.

Kvėpavimo sistemos ligos 2008 m. buvo dažniausia vaikų kreipimosi į gydytoją priežastis, nors sergamumas šiek tiek sumažėjo, palyginus su 2007 m. Dažniausiai 0-17 metų vaikams buvo diagnozuotos ūminės viršutinių kvėpavimo takų infekcijos, tonzilių ir adenoidų lėtinės ligos, pneumonijos, astma ir gripas. Prie virškinimo sistemos ligų priskiriamos ir dažniausiai diagnozuotos vaikams buvo šios ligos: dantų ligos, gastritas, duadenitas, dispepsija ir kitos ligos. Daugiausiai vaikų diagnozuota toliaregystė ir trumparegystė. Ženklesnis regėjimo sutrikimų skaičiaus skirtumas pastebėtas tarp miesto ir kaimo vaikų - miesto vaikai turi daugiau regėjimo sutrikimų. Jungiamojo audinio ir skeleto – raumenų sistemos ligų 2008 m. padaugėjo lyginant su 2007 m. tik 0,2 proc. Daugiau sirgo vyresnio amžiaus vaikai 7-14 ir 15-17 metų. Traumų ir apsinuodijimų daugiausia patyrė vyresnio amžiaus vaikai. Infekcinėmis ir parazitinėmis ligomis sirgo šiek tiek daugiau vaikų nei 2007 m. ir miesto vaikai sirgo dažniau nei kaimo. Vaikų, kuriems nustatyta nenormali laikysena, skaičius sudarė 2,9 proc. nuo apsilankiusiųjų ambulatorines paslaugas teikiančiose asmens sveikatos priežiūros įstaigose. Kaimo vaikams ši patologija buvo nustatyta šiek tiek didesniai skaičiui vaikų nei miesto. Skoliozės atvejų skaičius 2008 m. palyginus su 2007 m. pakito nedaug: 1000 vaikų teko 29,8 skoliozės atvejai. Šis sutrikimas diagnozuotas 15-17 metų amžiaus vaikams ir nustatytas dažniau

miesto nei kaimo vaikams (23). Detaliau vaikų, kuriems užregistruotas vienas ar daugiau susirgimų ar traumų, skaičiaus pokytis 1000 vaikų Lietuvoje 2007-2008 pateiktas 1 paveiksle.

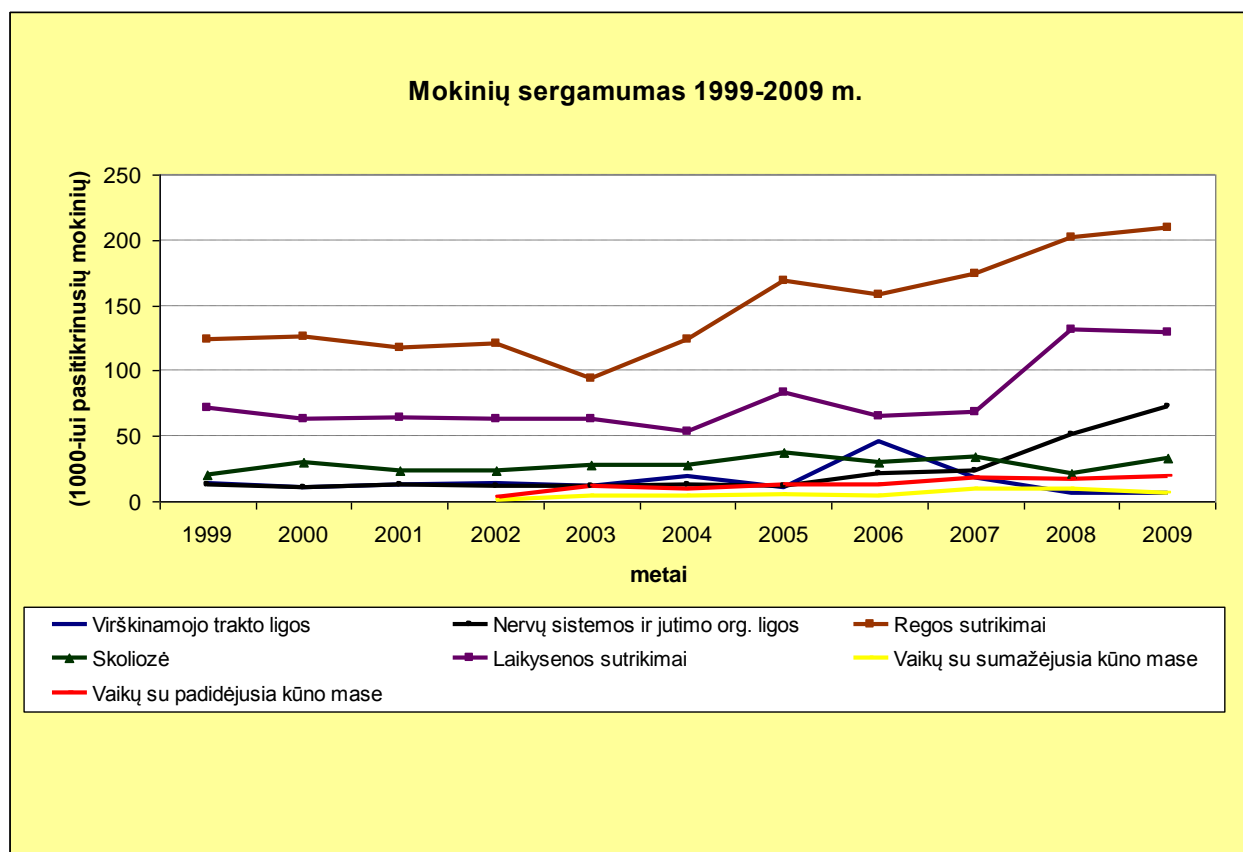
1 pav. Vaikų, kuriems užregistruotas vienas ar daugiau susirgimų ar traumų, skaičiaus pokytis 1000 vaikų Lietuvoje 2007-2008 metais (SVEIDROS duomenys)



1 pav. Vaikų, kuriems užregistruotas vienas ar daugiau susirgimų ar traumų, skaičiaus pokytis 1000 vaikų Lietuvoje 2007-2008 metais (SVEIDROS duomenys)

Duomenų šaltinis : LR SAM Higienos instituto Sveikatos informacijos centras

Pasvalio rajono mokinių sergamumas kai kuriomis ligomis nuo 1999 m. iki 2009 m. didėja. Per dešimtmetį žymiai padidėjo regos sutrikimų – nuo 125,25 iki 209,85 atvejų 1000 mokinių, laikysenos sutrikimų- nuo 71,62 iki 129 atvejų 1000 mokinių, skoliozės atvejų (nuo 20,46 iki 32,6 atvejų 1000 mokinių). Taip pat stebimas sergamumo nervų sistemos ir jutimo organų ligomis padidėjimas (12,76 atvejų iki 72,5 atvejų 1000 mokinių) ir vaikų su padidėjusia kūno mase. Sergamumas virškinamojo trakto ligomis per pastarąjį dešimtmetį kilo, tačiau nuo 2007 m. šiek tiek sumažėjo ir pastaraisiais metais vėl pradėjo didėti. Pasvalio rajono mokinių sergamumas 1999-2009 metais pavaizduotas 2 pav.



2 pav. Mokinių sergamumo kitimas 1999–2009 m. Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklose 1000-iai mokinių.
Duomenų šaltinis: Panevėžio visuomenės sveikatos centro Pasvalio skyrius (metinės ataskaitos f. „Sveikata-metinė“)

Rusijoje atlikto moksleivių sveikatos būklės monitoringo duomenimis, ikimokykliniame amžiuje visiškai sveikų vaikų skaičius nesiekia 10 proc. 70 proc. apžiūrėtų vaikų nustatyti įvairūs funkciniai negalavimai. Daugiausia diagnozuota kaulų-raumenų sistemos ligų, virškinimo ligų, kraujotakos sistemos sutrikimų (širdies užėsiai, širdies ritmo sutrikimai) ir kt. ligos. Taip pat pastebėti ir psichinės sveikatos sutrikimų bei alerginių ligų paūmėjimai. Stebimas ir moksleivių sveikatos pablogėjimas, susijęs su mokymosi trukme (metų skaičius, praleistas mokykloje): 70 proc. funkcinų negalavimų pereina į lėtinę ligos stadiją, o bebaigiant mokyklą, 4-5 kartus padidėja sergamumas skeleto raumenų ligomis, sutrikusi rega; 3 kartus – virškinimo trakto ligomis, 2 kartus padidėja sergamumas nervų sistemos ligomis. Penkis kartus padidėja sergamumas endokrininės sistemos ligomis. Baigiant mokyklą, 80 proc. mergaičių serga lėtinėmis ligomis, kurios gali turėti įtakos jų reprodukciniam potencialui. Šie duomenys parodė, jog Rusijoje taip pat reali moksleivių sveikatos būklė yra prastesnė, nei rodo mokyklų

medicininiai dokumentai. Daugiausia sveikatos sutrikimų pastebėta kritiškiausiuose perioduose: 7 metų vaikams, 10 metų ir 12-17 metų paaugliams (24).

Statistikos departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės duomenimis, Panevėžio apskrityje buvo 2262 15-19 metų vaikų, o Lietuvoje - 253555. Pasvalio rajono savivaldybėje 2010 m. pradžioje gyveno 31710 gyventojų (25).

Savo sveikatos vertinimas yra tikslesnis sveikatos rodiklis nei medicinos specialistų išvados apie pacientų sveikatos būklę. Savo sveikatos vertinimas susijęs su amžiumi. 2005 m. Panevėžio apskrities gyventojai savo sveikatą vertino: 46,4 proc. vyrų savo sveikatą įvertino gerai, vidutiniškai 33,6 proc., labai gerai -11,7 proc., blogai -7,5 proc. ir labai blogai -0,8 proc. Moterys Panevėžio apskrityje savo sveikatą vertino kiek prasčiau: kaip vidutiniškai įvertino 46,9 proc., gerą - 30,1 proc., blogą - 14,2 proc., labai gerą įvertino tik 5,6 proc., o labai blogą - 3,2 proc. apskrities gyventojų (25).

2003-2005 m. A.Goštauto ir L.Šeibokaitės atlikto tyrimo duomenimis, kurio siekta išsiaiškinti, kaip skiriasi berniukų ir mergaičių sveikatos vertinimai ir kaip jie kinta nuo 5 iki 12 klasės, buvo pastebėta, kad mokyklos laikotarpiu nuo 5 iki 12 klasės, daugiau berniukų negu mergaičių savo sveikatą vertina kaip puikią arba labai gerą; daugiau mergaičių nei berniukų savo sveikatą vertina kaip gerą arba vidutinę, o sveikatą, vertinančių kaip prastą, labai blogą berniukų ir mergaičių skaičius nesiskiria (26).

2006 m. A.Baubino, K.Jankauskienės ir kt. atlikto vyresniojo mokyklinio amžiaus mokinių (11-12 klasių) ir jaunimo savo sveikatos būklės vertinimo tyrimo metu paaiškėjo, jog savo sveikatą kaip labai gerą ar gerą įvertino 76,1 proc. mokinių ir 64,4 proc. jaunimo, nei bloga nei gera nurodė 16 proc. moksleivių ir 33,3 proc. jaunimo, o bloga ir labai bloga- atitinkamai 7,5 ir 5,3 proc. apklaustųjų. Daugiau mokinių merginų negu vaikinių savo sveikatą įvertino kaip nei gera, nei kaip bloga (27).

Pagal tarptautinio moksleivių sveikatos ir elgesio tyrimą, Lietuvos moksleiviai užima priešpaskutines vietas sveikatos požiūriu, bet Rusijos moksleiviai labiausiai jaučiasi nesveikais. Apklausos duomenys rodo, kad sveikiausiai jaučiasi Švedijoje berniukai ir Suomijoje mergaitės (28).

PSO organizuotas 28 pasaulio šalių mokyklinio amžiaus vaikų su sveikata susijusio elgesio tyrimo (HBSC) rezultatai parodė, jog daugiau 11-15 metų berniukų (93,7 proc.) teigė esą visiškai sveiki nei mergaičių (90,0 proc.). Daugiausiai 11 metų mergaitės jautėsi esančios visiškai

sveikos (93,0 proc.) ir kiekvienoje paskesnėje amžiaus grupėje šis procentas mažėja. 11 ir 13 metų berniukai teigė, kad visiškai sveiki - daugiau kaip 95 proc. ir labai geros sveikatos 15 metų amžiaus grupėje mažėja nežymiai (93,6 proc.). Daroma prielaida, kad mergaitės ne tik prasčiau vertina savo sveikatą, bet jų grupėje staigesnės su amžiumi susijusios sveikatos blogėjimas (26).

Savo sveikatos vertinimui įtakos turi ir patiriamos mokykloje patyčios. Patyčios, priklausomai nuo paauglių lyties ir patyčių pobūdžio, siejosi su blogesniu savo sveikatos vertinimu, menkesniu pasitenkinimu gyvenimu bei dažnesniais psichosomatiniais negalavimais. Visose paauglių grupėse patyčios stipriai siejasi su negalavimais: dažnu liūdesiu, irzlumu arba bloga nuotaika, dažnesne nervine įtampa arba susirūpinimu. Patyčių apraiškos turi sąsajų ir su rizikingu moksleivių elgesiu ir rūkymu, alkoholinių gėrimų bei narkotikų vartojimu, savižudiškais ketinimais (29).

1.5. Bendrojo lavinimo mokyklos fizinės aplinkos aspektai

Mokslininkų teigimu, moksleivių elgesys, turintis įtakos sveikatai yra susijęs su mokyklos aplinkos veiksniais: moksleivių ir mokytojų santykiais, bendraklasių pripažinimu, įsitraukimu į socialinį mokyklos gyvenimą, kitais fizinės aplinkos faktoriais (švara, triukšmu), keliančiais neigiamas emocijas, trikdančiais dėmesį (30).

Bendrojo lavinimo mokykla - mokykla, kurios pagrindinė veikla yra ugdymas pagal formaliojo švietimo pradinio, pagrindinio, vidurinio ar atitinkamas specialiojo ugdymo programas. Mokykloje turi būti sudaromos saugios ir sveikos ugdymo sąlygos, nekeliančios pavojaus mokinių sveikatai (22). Švietimo ir mokslo ministerijos duomenimis, 2009 m. šalyje veikė 1389 bendrojo lavinimo mokyklos. Visuomenės sveikatos priežiūros tarnybos duomenimis, 2009 m. buvo patikrintos 1081 mokyklos (apie 78 proc. visų mokyklų), iš jų Panevėžio apskrityje 124 patikrinimai, Pasvalio rajone - 24, siekiant įvertinti mokyklų atitiktis Lietuvos higienos normos HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokyklos. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ reikalavimams (31, 33).

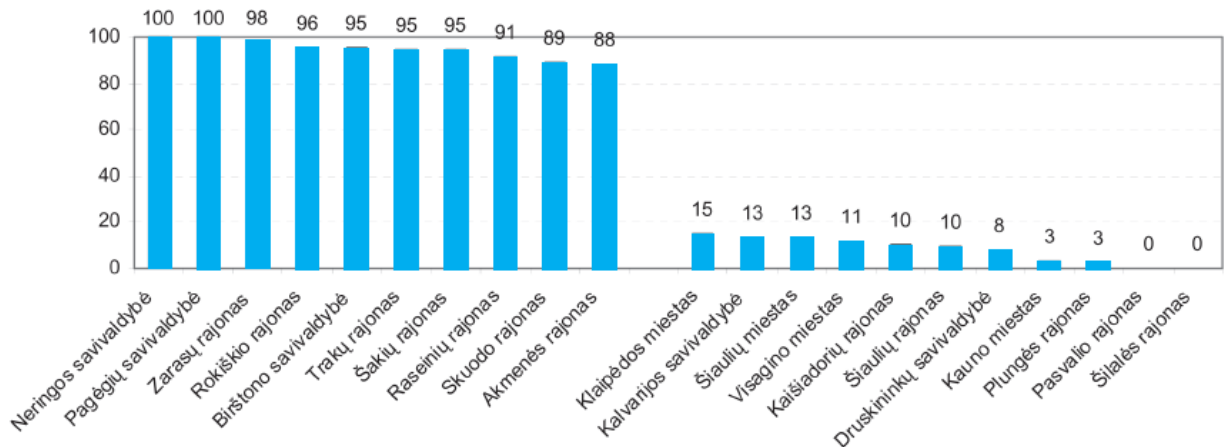
Mokyklos aplinka - tai laiko ir erdvės ribojama visuma veiksnių, lemiančių ugdymo procesų dalyvių gerovę fiziniu, psichiniu, dvasiniu, intelektiniu, emociniu ir socialiniu požiūriu, taip pat dalyvių asmenybės tapsmą ir jų sveikatą (34). Ugdymo procese dalyvaujančių vaikų savijautai ir sveikatai, darbingumui, didelę įtaką daro įvairūs fizinės aplinkos veiksniai: triukšmas, mikroklimatas, apšvietimas, vibracija, elektromagnetinė spinduliuotė.

Reikalavimai mokyklos aplinkai pagal HN 21:2005 skirstomi į: reikalavimus mokyklos sklypui ir teritorijai, patalpoms, jų įrengimui ir priežiūrai, apšvietimui, mikroklimatui, vandens tiekimui ir nuotekoms, maitinimo organizavimui, mokinių ugdymo proceso higienos reikalavimus ir reikalavimai mokinių sveikatos ugdymui bei priežiūrai. Kadangi ši higienos norma yra privaloma mokyklų steigėjams bei vadovams, tai Lietuvos higienos normoje numatyti reikalavimai mokyklai turi būti vykdomi, kad mokykloje būtų užtikrintos saugios ir sveikos ugdymo sąlygos, nekeliančios pavojaus mokinių sveikatai (22).

1.5.1. Reikalavimai mokyklos sklypui ir teritorijai

Lietuvos mokyklose, kaip ir visose pasaulio išsivysčiusiose valstybėse, pagal galiojančias ir valstybės patvirtintas higienos normas, visuose pastatuose, kuriuose tam tikrą laiką būna žmonės, būtina užtikrinti deramas sąlygas - patalpas tinkamai apšviesti ir šildyti, sudaryti kitas būtinas sanitarines ir higienines sąlygas mokiniams mokytis, pedagoginiams bei nepedagoginiams darbuotojams dirbti.

Bendrojo lavinimo mokyklų pastatų būklė leidžia nustatyti valstybės ir savivaldybių lėšų poreikį rekonstruojant ir atnaujinant Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklų pastatus, bet ir parodo, kaip valstybė ir savivaldybės užtikrina tinkamas ugdymo sąlygas mokyklose. Savivaldybių administracijų tarnybų specialistų atlikta analizė 2008 m. parodė, kad pusei šalies bendrojo lavinimo mokyklų pastatų reikia kapitalinio remonto - sienos neapšiltintos, kiauri stogai, langai nesandarūs, susidėvėjusios vandentiekio ir nuotekų bei šildymo sistemos. Šiose mokyklose mokosi maždaug pusė Lietuvos bendrojo lavinimo mokinių. Savivaldybių galimybes ir siekį užtikrinti bendrojo lavinimo mokyklų mokiniams deramas ugdymo sąlygas geriausiai apibūdina mokinių, mokyklų pastatuose besimokančių bent pakankamomis sąlygomis, dalies rodiklis. Pakankamomis sąlygomis galima laikyti padėtį, kai mokyklos pastatas priskiriamas bent antrajai (nors vienai mokyklos pastato daliai reikia paprasto remonto) mokyklų pastatų grupei. Pagal šį rodiklį situacija Lietuvos savivaldybėse labai nevienoda (35). Detaliau šiose mokyklose besimokančių moksleivių dalis procentais pateikta 3 paveiksle.



**3 pav. I ir II mokyklų pastatų grupėms priskiriamose mokyklose besimokančių mokinių dalis Lietuvos savivaldybėse (didžiausios ir mažiausios reikšmės) proc.
Duomenų šaltinis: Lietuvos Respublikos Švietimo ir mokslo ministerija**

Blogiausia padėtis yra Pasvalio ir Šilalės rajonuose, nes čia nėra mokyklų, priskirtinų I ar II mokyklų grupei. Geriausios būklės pastatuose veikia gimnazijos (visiškai atnaujinta 28 proc. pastatų), prasčiausios būklės pastatuose veikia pradinės bei vidurinės mokyklos (36).

Valstybinės visuomenės sveikatos priežiūros tarnybos duomenimis, 2009 m. atlikus bendrojo lavinimo mokyklų valstybinę visuomenės sveikatos saugos kontrolę ir įvertinus bendrojo lavinimo mokyklų atitiktis Lietuvos higienos normos HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ reikalavimams, buvo nustatyta, kad net 64 proc. patikrintų mokyklų nesilaiko higienos normos reikalavimo, kuomet visa mokyklos teritorija turi būti aptverta ne žemesne kaip 1,5 metro tvora arba gyvatvore. Pasvalio rajone 2009 m. 46 proc. patikrintų mokyklų teritorijos nebuvo aptvertos tvora ar gyvatvore. Tačiau lyginant su 2008 m., situacija pagerėjusi, nes tuo metu šis pažeidimas buvo nustatytas net 50 proc. patikrintų mokyklų (32, 33). Atvirose, pašaliniais asmenimis lengvai prieinamose mokyklų teritorijose gali būti platinami narkotikai ir psichotropinės medžiagos, didesnė traumų, nelaimingų atsitikimų tikimybė, atklystantys palaidi šunys gali sužaloti ar išgąsdinti mažuosius mokinius.

Lietuvoje yra mokyklų, kuriose mokinių skaičius viršija projektinius skaičiavimus. Tokių mokyklų 2008 m. Lietuvoje buvo 121 mokykla (8 proc. patikrintų), Panevėžio apskrityje - 7 mokyklos. Daugiausia tokių mokyklų, kuriose mokinių skaičius viršija projektinius skaičiavimus buvo Vilniaus ir Kauno apskrityse. Pasvalio rajone 2008 m. ir 2009 m. projektinius skaičiavimus besimokančiųjų skaičius viršijo tik 1 mokykloje (32, 33). Dėl per didelio mokinių skaičiaus mokyklose gali padidėti traumų mokykloje, moksleivių pertraukų metu keliamas didelis

triukšmas neigiamai veikia moksleivių emocinę būseną, skatina nuovargį, sunkiau užtikrinti sveikas ir saugias sąlygas mokykloje.

Daugelyje mokyklų nėra sudaromos sąlygos kūno kultūrai ir fiziniam aktyvumui, nors ši ugdymo sritis yra labai svarbi. Nustatyta, kad 14 proc. patikrintų mokyklų neturi sporto aikštynų, nors 2008 m. tokių mokyklų buvo 18 proc. (32). Panevėžio apskrityje 2008 m. buvo 11 mokyklų, kurios neturėjo sporto aikštynų (36). Pasvalio rajone 2009 m. 42 proc. patikrintų mokyklų neturi sporto aikštynų (33). Įrenginiai kūno kultūros zonoje turi būti patikimai sutvirtinti, techniškai tvarkingi, nekelti pavojaus mokinių sveikatai ir gyvybei.

Taip pat labai svarbu, kad mokykloje mokyklos darbuotojai dirbtų pasitikrinę sveikatą. 2008 m. 8 proc. patikrintų šalies mokyklų darbuotojai dirba nepasitikrinę sveikatos. Daugiausia tokių mokyklų Kauno, Vilniaus apskrityse. Panevėžio apskrityje taip pat ši problema aktuali, nes 10 proc. patikrintų apskrities mokyklų nepaisoma šio higienos akto reikalavimo. 2009 m. 8 proc. (2008 m.- 18 proc.) patikrintų Pasvalio rajono mokyklų vengiama šio reikalavimo vykdymo (33).

1.5.2. Mokyklos patalpos ir jų įrengimo reikalavimai

Reikalavimai mokyklos patalpoms bei jų įrengimui turi užtikrinti moksleiviams ir pedagogams saugias ugdymosi ir ugdymo sąlygas.

Mokymo klasėse ir kabinetuose turi būti naudojami tik mokykliniai baldai. VVSPT duomenimis, 2009 m. mokymo klasėse ir kabinetuose ne mokykliniai baldai buvo naudojami 8 proc. patikrintų mokyklų šalyje. Tikrinimo metu nustatyta, kad 14 proc. patikrintų mokyklų mokiniai sėdi jų ūgio neatitinkančiuose suoluose (2008 m. – 23 proc.) (31, 32), nors higienos normoje griežtai reglamentuotas reikalavimas, jog mokiniai turi sėdėti jų ūgį atitinkančiuose suoluose ir atsižvelgiant į mokinio regą, klausą ar kitus gydytojo pateiktus nurodymus. Moksleivių sodinimas į jų ūgio neatitinkančius suolus neigiamai veikia skeleto-raumenų vystymąsi, sukelia stuburo iškrypimą ir kitas ligas. 1,7 proc. tikrintų mokyklų nustatyta, kad mokiniai mokymo klasėse sodinami neatsižvelgiant į mokinio regą, klausą bei gydytojo pateiktus nurodymus. Klasėje suolų atstumai nuo lentos, sienų taip pat reglamentuoti. Daugiausia šio pobūdžio pažeidimų 2008 m. nustatyta Vilniaus ir Kauno apskričių bendrojo lavinimo mokyklose. 2008 m. Panevėžio apskrities mokyklose 10 proc. mokyklų suolai ir kėdės nepažymėtos atitinkamomis žymėmis, iš jų Pasvalio rajono 14 proc. patikrintų rajono mokyklų. 2009 m. Pasvalio rajono mokyklose šis pažeidimas nefiksuotas, tačiau 2009 m. patikrinimų

duomenimis, moksleiviai nėra sodinami, atsižvelgiant į mokinio regą, klausą bei kitus gydytojo nurodymus 3 proc. patikrintų rajono mokyklų (2008 m. - 15 proc.) (31, 32, 33).

Šalies 26 proc. tikrintų mokyklų nėra sporto salių. Tai reiškia, kad žiemos sezono metu ketvirtadalyje mokyklų nėra sąlygų patalpose vesti kūno kultūros pamokas. Mokyklose mokiniams po kūno kultūros pamokų nesudaromos elementarios higieninės sąlygos. 42 proc. mokyklų prie sporto salių persirengimo kambarių neveikia dušai ir tualetai (2008 m. – 47 proc.). Šis higienos normos pažeidimas yra būdingas visų apskričių mokykloms, pagerėjimo tendencija yra minimali. Ši situacija būdinga ir Pasvalio rajono mokykloms. 2009 m. prie sporto salių persirengimo kambarių neveikė dušai ir tualetai net 79 proc. patikrintų rajono mokyklų. Prie sporto salių atskirų persirengimo kambarių mergaitėms ir berniukams nėra 34 proc. patikrintų Lietuvos mokyklų (2008 m. – 37 proc.). Pasvalio rajone tokių buvo 71 proc. patikrintų mokyklų. Siekiant išvengti skaudžių traumų sportuojant, sporto salėse, kur žaidžiama su kamuoliu, langai, šviestuvai, radiatoriai turi būti apsaugoti specialia įranga. 26 proc. patikrintų šalies mokyklų tokios specialios įranga nėra. Šis pažeidimas nustatytas visų apskričių mokyklose, tame tarpe ir 58 proc. tikrintų Pasvalio rajono mokyklų (31, 32, 33).

Visose ugdymo bei mokymo patalpose turi būti tiesioginis natūralus apšvietimas, ant langų turi būti įrengtos užuolaidos (žaliuzės), apsaugančios nuo tiesioginių saulės spindulių. Dirbtiniam apšvietimui turi būti naudojamos liuminescencinės lempos (22). Mokymo ir ugdymo patalpų apšvietimas neatitiko nustatytų reikalavimų 25 proc. patikrintų mokyklų (2008 m. - 39 proc.) Lietuvoje. Panevėžio apskrityje tokių mokyklų 2008 m. buvo 28, tame tarpe ir 11 (39 proc.) Pasvalio rajono mokyklų. 2009 m. rajono mokyklose dėl netinkamo apšvietimo situacija pagerėjo – liko 25 proc. patikrintų mokyklų, kuriose apšvietimas netenkino HN 21:2005 reikalavimų (31, 32, 33). Esant menkam apšvietimui, galima daryti prielaidą, kad moksleiviams gali išsivystyti daugiau regos sutrikimų.

2009 m. iš viso 8 proc. tikrintų mokyklų nustatyta, kad ne visi sanitariniai įrenginiai veikia ir yra techniškai tvarkingi (2008 m. – 11 proc.). 7 proc. mokyklų dar yra įrengti lauko tualetai. Mokyklų, kuriose įrengti lauko tualetai, sumažėjimas gali būti sietinas su mažų kaimo mokyklų, kuriose jie paprastai ir būna įrengti, skaičiaus sumažėjimu. Pasvalio rajone nei 2008 m., nei 2009 m. mokyklų, kuriose įrengti lauko tualetai, nebuvo (31, 32, 33).

Nagrinėjant VVSPT atliktų patikrinimų metu nustatytų pažeidimų pobūdį bei skaičių, pastebima, kad Lietuvoje 2008 m. 28 proc. patikrintų mokyklų šalyje patalpų grindų danga

neatitinka higienos normos reikalavimų, o 39 proc. Panevėžio apskrities mokyklų buvo nustatytas šis pažeidimas. Sudėtinga situacija ir su karšto ir šalto vandens tiekimu į dušines prie persirengimo kambarių ir sanitarinius mazgus. Tokių mokyklų, kuriose nebuvo tiekiamas karštas ir šaltas vanduo į dušines ir sanitarinius mazgus, Lietuvoje 2008m. buvo net 394 mokyklos (27 proc. patikrintų), Panevėžio apskrityje- 19 (25 proc.), Pasvalio rajone – 2008 m. 50 proc. patikrintų mokyklų, o 2009 m. - 21 proc. patikrintų mokyklų. Ši situacija rajono lygmeniu ryškiai pagerėjusi, nes kai kuriose nedidelėse mokyklose montuojami vandens pašildytuvai karštam vandeniui tiekti (31, 32, 33).

Mokyklos patalpų mikroklimatas turi atitikti visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimus: patalpų vėdinimui turi būti numatytos orlaidės ir/ar viršulanguiai, kurie turi funkcionuoti visais metų laikais, o temperatūrinis režimas patalpose turi atitikti reglamentuotus dydžius. Moksleivių savijautai labai svarbus patalpų vėdinimas. Mokymo ir ugdymo patalpos turi būti vėdinamos per pertraukas, kai nėra mokinių, o naudojamos poilsiui - pamokų metu. Manoma, kad mokinių nuovargiui turi įtakos ir mokyklos aplinka (triukšmas, apšvietimas). V.Žydziaiūnaitės, N.Galidienės atliktas tyrimas parodė, jog nors ir daugeliui mokyklos aplinka nebuvo esminė priežastis, lemianti nuovargį, 16 proc. respondentų tai pažymėjo (30).

Moksleivių fizinės mokyklos aplinkos vertinimų yra gana nemažai, bet jie, kartais parodo skirtingus rezultatus. Tam, manyčiau, turi reikšmės laikmetis, kada buvo atliekamas vertinimas.

R.Sketerskienės, G.Šurkienės atlikto tyrimo metu (2005 m.) siekta išsiaiškinti, mokinių požiūrį į mokyklą, santykius su mokytojais ir mokinių savijautos ypatumus. Tyrimo rezultatai parodė, jog daugiau nei pusė (58,1 proc.) mokinių savo mokyklos fizinę aplinką pagal anketoje pateiktus kriterijus, įvardijo kaip gerą. Tik 1,4 proc. vaikų savo mokyklos fizinę aplinką įvertino kaip blogą. Įvertinimas tiek pagal lytį buvo vienodas, o pagal klasę ir gyvenamąją vietą - skirtingas. Kaime gyvenantys mokiniai statistiškai dažniau nei miesto mokiniai mokyklos fizinę aplinką vertino kaip labai gerą. Pagrindinių mokyklų mokiniai dažniau nei vidurinių mokyklų mokiniai savo aplinką vertino kaip labai gerą (37).

G.Poderienės atlikto tyrimo duomenimis, mokinių atsakymai, susiję su kabinetuose esančių suolų įvertinimu, pasiskirstė: 78,4 proc. moksleiviams suolai patogūs sėdėti ir mokytis, 14,3 proc. suolai per žemi, 12,4 proc. per aukšti ir 12,1 proc. tiriamųjų atsakė, kad jiems suolai nepatogūs. Vertinant kėdes klasėje atsakymai pasiskirstė taip: 70,2 proc. mokinių atsakė, kad kėdės yra patogios, 36,8 proc. - nepatogios, 12,4 proc.- žemos, 9,2 proc.- per aukštos. Vertinant

suolus ir kėdes, atsakymai papildyti: rašant suolai juda, kai sėdi suolo draugas, antrajam mažai lieka vietos, kėdės atkaltė spaudžia nugarą, plėšo pėdkelnes, sunkios, kai reikia pajudinti, kelia daug triukšmo, kai reikia atstumti ir pan. (34).

V.Juškelienės, S.Ustilaitės atlikto tyrimo (2006 m.) gauti duomenys kiek kitokie: 11-12 klasių mokiniai prasčiausiai vertino galimybę pasimankštinti per pertraukas, „langus“: net 67 proc. respondentų galimybę pasimankštinti įvertino kaip blogą, 27,5 proc. apibūdino kaip patenkinamą ir tik 7 proc. - gerą. Netenkina moksleivių sanitarinė tualetų būklė: 43 proc. respondentų sanitarinę tualetų būklę apibūdino kaip blogą ir 14 proc. mokinių – kaip gerą. Netenkina mokinių ir temperatūra klasėse ir kabinetuose: kaip patenkinamą įvertino 45 proc. apklaustųjų, kaip blogą - 32 proc. Mokyklinių baldų kokybę patenkinama įvertino 61 proc., o 19 proc. apklaustųjų yra nepatenkinti. Mergaitės, palyginti su berniukais, statistiškai patikimai dažniau nepatenkintos klasių, kabinetų temperatūra. Bendrojo lavinimo mokyklų mokiniai, palyginti su gimnazijų bendraamžiais, dažniau skundžiasi mokyklinių baldų kokybe, temperatūra klasėse ir kabinetuose bei galimybe pavalgyti mokyklos valgykloje. Kaimuose ir mažuose miesteliuose gyvenantys mokiniai, palyginti su didžiųjų miestų, prasčiau vertina apšvietimą, temperatūrą klasėse ir galimybę naudingai praleisti laiką, kai nėra pamokos. Galima daryti išvadą, kad nors daugelis tirtųjų veiksnių dažniausiai neturi momentinio ir tiesioginio poveikio sveikatai (išskyrus temperatūrą, kuri susijusi su peršalimo ligų padidėjimu šaltuoju metų periodu), tačiau netiesiogiai veikia - neužtikrina geriausio darbingumo sąlygų, kelia fizinį ir psichologinį komfortą, tokioje aplinkoje greičiau pavargstama. Tyrimas taip pat parodė, jog nepalankios aplinkos sąlygos mokykloje turi reikšmės dažniems psichosomatiniams mokinių negalavimams, mokykliniam nerimui, lėtinėms ligoms. Silpnas apšvietimas, nepatogūs baldai gali būti regos ir laikysenos ligų priežastis, neracionali mityba - virškinimo ligų. Žinant, kad mokiniai praleidžia mokykloje daug metų, šių veiksnių ekspozicijos laikas gali būti labai ilgas. Negalavimų patiriantys vaikai gali labiau reaguoti į nepalankias sąlygas, lyginant su sveikatos problemų neturinčiais vaikais (38).

Lieka nepatenkinama kompiuterizuotų mokymo vietų įranga – 2009 m. 57 proc. (2008 m. – 58 proc.) tikrintų mokyklų kompiuterizuotų mokymo vietų stalo ir kėdės konstrukcija mokiniui neužtikrina patogios kūno padėties. Panevėžio apskrityje tokių mokyklų, kuriose buvo nustatytas šis pažeidimas buvo 48 (64 proc.). Kauno apskrities mokyklose šis pažeidimas buvo nustatytas 176 (66 proc.) bendrojo lavinimo mokyklose. Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklose ši

problema taip pat aktuali: 2009 m. net 87,5 proc. patikrintų mokyklų buvo netinkamai įrengta kompiuterizuoto mokymo vieta ir kėdės konstrukcija neatitiko ergonomikos reikalavimų. Dažniausiai patikrinimų metu nustatyta, kad naudojamos nuo mokyklinių suolų likusios kėdės arba visiškai paprastos kėdės (31, 32, 33). Netinkama kūno padėtis sėdint, negerai parinkta sėdėjimo vieta klasėje gali lemti įvairius sveikatos sutrikimus. Įvairių tyrimų duomenimis, kompiuterių darbo vietos įrengimas sukelia vaikams diskomfortą. Dažnai mokyklose stalai ir suolai nėra pritaikyti mokinių ūgiui. Tokia pat kūno padėtis būna ir sėdint prie kompiuterio. Dėl to gali būti pažeistas pečių lankas ir kaklas, stuburo juosmens dalis, dilbis, riešas ir kt. Pagrindiniai skundai rega, dirbant kompiuteriu, yra akių skausmas, paraudimas bei pablogėjęs matymas. Daugiau skundų išsako mergaitės bei vyresniųjų klasių mokiniai. Ilgėjant darbo kompiuteriu trukmei, nusiskundimų rega daugėja (39).

Atlikto tyrimo apie kompiuterio naudojimo ugdymui ir saviugdai mokykloje ir už jos ribų, sveikatos aplinką ir poveikį mokinių sveikatai, rezultatai parodė, kad darbo stalo aukštis, kompiuterio mazgų išdėstymas daugiau problemų kėlė berniukams nei mergaitėms. 21,2 proc. respondentų nurodė, kad pradėjęs jiems dirbti kompiuteriu, pablogėjo regėjimas. Nepriklausomai nuo darbo kompiuteriu trukmės, dažniau regėjimo sutrikimų simptomus pastebi mergaitės nei berniukai. Ypač daug nepatogumų kyla dėl kėdės. Nepritaikyta pagal mokinio ūgį kėdė, neparinktas tinkamas darbo stalas, klaviatūros aukštis gali labai greitai sukelti psichomotorinį nuovargį, o ilgai - laikysenos ir psichosomatinių sutrikimų (40).

2007-2008 m. Kauno mieste atliktos apklausos, kuria siekta išsiaiškinti gimnazijų moksleivių darbo kompiuteriu ypatumus, kaulų ir raumenų sistemos nusiskundimų dažnį ir pobūdį, subjektyviais duomenimis, 42,3 proc. vaikų jaučia juosmeninės stuburo dalies skausmus, 36,0 proc. – kaklo, 16,8 proc. - pečių lanko ir 14,0 proc. - riešo skausmus. Gimnazijų moksleiviai prie kompiuterio praleidžia daugiau nei 5 valandas, daugiau laiko praleidžia berniukai nei mergaitės. Moksleiviai, kurie dirba kompiuteriu daugiau kaip 4 valandas per dieną, dažniausiai skundžiasi juosmeninės stuburo dalies skausmu (41).

Siekiant išvengti nusiskundimų rega, kaulų ir raumenų sistemos skausmais, moksleivius būtina supažindinti su ergonomikos reikalavimais. Pedagogai reglamentuoja tik darbo kompiuteriu trukmę, o informacijos apie darbo vietą, apšvietimą, triukšmą, mikroklimatą ir švarą daugiau neteikė nei teikė (40). Gimnazijos moksleiviai dirbdami kompiuteriu, nenaudoja

profilaktikos priemonių, kurios galėtų sumažinti akių nuovargį bei potencialiai sumažintų regos aštrumo silpnėjimo galimybę (39).

Suomijos mokslininkai, tyrinėję 7-9 klasių savijautą mokyklose nustatė, kad šios šalies mokiniai ne visada yra patenkinti fizine mokyklos aplinka. Mokinių nuomone, mokyklose reikėtų gerinti vėdinimo sistemas, užtikrinti optimalią temperatūrą patalpose, gerinti tualetų būklę (42).

Atsižvelgus į Valstybinės visuomenės sveikatos priežiūros tarnybos apibendrintus Lietuvos bendrojo lavinimo patikrinimų duomenis ir kai kurių mokslininkų atliktų tyrimų siekiant įvertinti mokyklos fizinę aplinką rezultatus, galima teigti, kad fizinės aplinkos gerinimas mokykloje nėra prioritetinga sritis mokyklų steigėjams.

1.5.3. Mokinių ugdymo proceso higienos reikalavimai

Vienas iš veiksnių, turinčių įtakos moksleivių sveikatai, yra ugdymo proceso higiena. Netinkamai organizuojamas ugdymo procesas (per didelis krūvis, nepakankamas poilsis ir pan.) gali įtakoti fizinę ir psichinę mokinių sveikatą. Atsiranda nuovargis, nemiga, dirglumas, padidėja agresija ir kiti sveikatos sutrikimai.

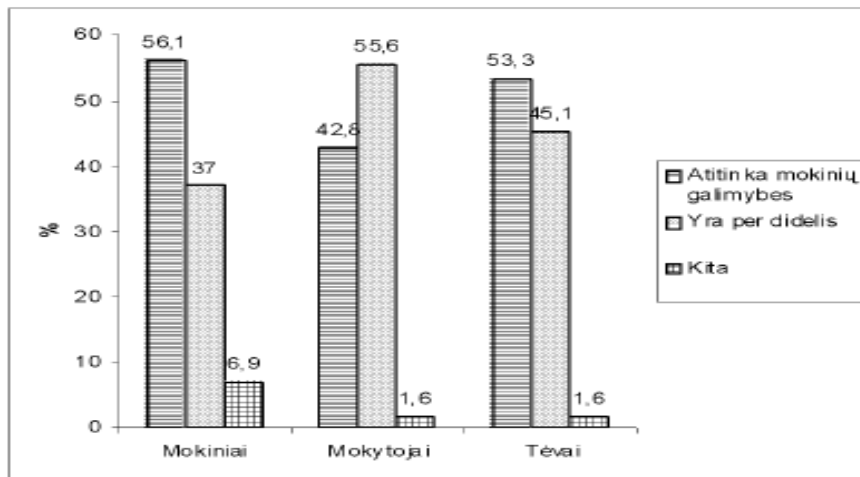
Užsienio mokslininkai, atlikę mokymosi krūvio įtakos moksleivių sveikatai studijas pastebėjo, kad mokinių sveikatai turi įtakos ne tik fizinės aplinkos faktoriai, bet ir mokymosi krūviai. Didelis mokymosi krūvis koreliuoja su kvėpavimo takų nealerginėmis ligomis, bei psichoemocine būkle mokyklose. Sutvarkytas, racionalus ugdymo procesas 2-3 kartus sumažina kaulų-raumenų sistemos ligų dažnumą, stabilizuojasi nervų sistemos patologijos (43).

Šiaurės Švedijoje atliktas 6-13 metų moksleivių tyrimas parodė, kad nuovargis buvo dažniausias skundas. 31 proc. vaikų jautėsi nuvargę rytais bent kartą per savaitę, 16 proc. nuvargę beveik kiekvieną dieną (44).

Lietuvos Respublikos Švietimo įstatymo 40 straipsnis numato, kad mokinių mokymosi krūvis turi atitikti higienos norminių aktų reikalavimus (15). VVSPT apibendrintų patikrinimo mokyklose duomenimis, maksimalus pamokų skaičius per savaitę yra viršijamas 13 proc. patikrintų šalies mokyklų (2008 m. - 14 proc.). Šis pažeidimas nustatytas 40 proc. Šiaulių, 29 proc. Vilniaus, 18 proc. Kauno, 9 proc. Klaipėdos apskričių patikrintų mokyklų. Daugiau nei 7 pamokos per dieną buvo organizuojamos 3 proc. šalies mokyklų (2008 m. - 5 proc.). 4 proc. patikrintų Panevėžio apskrities bendrojo lavinimo mokyklų buvo viršijamas leidžiamas maksimalus pamokų skaičius per savaitę, o Pasvalio rajone 2008 m. buvo užfiksuotas šis

pažeidimas 1 bendrojo lavinimo mokykloje. 2009 m. tokio pobūdžio pažeidimas nenustatytas (31, 32, 33).

R.Sketerskienės, G.Šurkienės ir kt. 2005 m. atliktas tyrimas, kuriuo buvo siekta nustatyti Lietuvos pagrindinio ugdymo programos mokinių, mokytojų, tėvų požiūrį į mokymosi krūvį bei įvertinti laiko, skirto namų darbų ruošimui, trukmę. Respondentų nuomonės pasiskirstymas pateiktas 4 paveiksle.



4 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal mokinių mokymosi krūvio vertinimą lyginant tarp grupių

Duomenų šaltinis: Sketerskienė R., Šurkienė G., Žagminas K. Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklų pagrindinio ugdymo programos mokymosi krūvis mokinių, mokytojų ir tėvų vertinimu. Visuomenės sveikata 2008;1(40):22-30.

Mokinių, manančių, kad jų mokymosi krūviai per dideli, sudarė 37 proc., o manančių, kad atitinka mokinių galimybes - 56,1 proc. Tėvų, manančių, kad mokinių mokymosi krūvis yra per didelis buvo daugiau nei taip pat manančių mokinių – 45,1 proc., o kad atitinka mokinių galimybes - 53,3 proc. Mokytojų, kad mokinių mokymosi krūviai dideli buvo daugiausia- 55,6 proc. ir buvo mažiau manančių nei tėvų ar mokinių, kad atitinka mokymosi galimybes- 42,8 proc. Mergaitės (37,6 proc.) dažniau nei berniukai (36,3 proc.) teigė, jog mokymosi krūvis yra per didelis, nors šis skirtumas statistikai nereikšmingas ($p=0,399$). Kaimo mokiniai rečiau (32,2 proc.) savo mokymosi krūvį vertina kaip per didelį nei miesto mokiniai (45,5 proc. $p<0,001$). Mokytojų moterų (57,6 proc.), teigusių, kad mokymo krūviai per dideli, buvo daugiau nei vyrų (45,0 proc., $p<0,001$). Mokytojų mokymosi krūvio vertinimui turėjo įtakos ir darbo stažas: didesnė dalis mokytojų (56,4 proc.), dirbančių pedagoginį darbą nuo 11 iki 15 metų, teigė, kad mokymosi krūviai per dideli, net 60,2 proc. taip pat teigė mokytojai, kurių darbo stažas virš 15

metų. Daugiau mokytojų, nurodžiusių, kad mokymosi krūviai atitinka galimybes, buvo išdirbę mokykloje iki 5 metų (59,4 proc.) ir nuo 6 iki 10 metų (50,3 proc.) (45).

Bendras mokinio namų darbų ruošimo laikas priklauso nuo, ar mokytojai tarpusavyje derinasi skirdami namų darbus. Pasirodo, kad 65 proc. mokytojų visada arba kartais taip ir daro, nors mokiniai to ir nepastebi (75,0 proc.). Pagal higienos normos reikalavimus, namų darbai atostogoms neturi būti skiriami. Didelė dalis mokytojų atsakė (96,3 proc.), jog atostogoms namų darbai neskiriami, nors mokinių nuomonė buvo skirtinga - tik 45 proc. mokinių atsakė, kad namų darbai atostogoms neskiriami (45).

A.Petrauskienė, D.Matulevičiūtė, tyrusios abiturientų mokymosi krūvio ir savijautos sąsajas taip pat nustatė, kad per didelį mokymosi krūvį turėjo dukart daugiau merginų nei vaikinių. Tai gali būti susietina su didesniu merginų stropumu, pareigingumu. Taip pat pastebėta, kad abiturientų psichoemocinė savijauta nepatenkinama. Bent kartą per savaitę du penktadaliai abiturientų jautė irzlumą, blogą nuotaiką, nervinę įtampą. Prastesne savijauta skundėsi merginos. Moksleiviai, kurių mokymosi krūvis buvo per didelis, dažniau skundėsi nervine įtampa, galvos svaigimu ir silpnumu, nuovargiu, skrandžio arba pilvo, galvos skausmais (46).

Panašūs rezultatai buvo gauti I.Lenčiauskienės, A.Zaborskio atliktų tyrimų metu. Nustatyta, kad per dideliu mokymosi krūviu taip pat kaip ir kituose tyrimuose, mergaitės dažniau skundėsi nei berniukai (atitinkamai 61,4 proc. ir 56,4 proc., $p < 0,001$). Nusiskundimų per dideliu mokymosi krūviu didėjo nuo 11 iki 15 metų. Mieste gyvenantys moksleiviai jautėsi labiau apkrauti per dideliu mokymosi krūviu nei kaime gyvenantys moksleiviai. Moksleiviai, patiriantys per didelį mokymosi krūvį, blogiau vertino savo sveikatą, jautėsi nelaimingi, dažniau patyrė nuovargį, kilo minčių apie savižudybę. Mergaitėms neigiamas per didelio mokymosi krūvis pasireiškė stipriau nei berniukams (47).

Dvyliktokų nuovargio ir jo sąsajos su paros laiko biudžetu tyrimą atlikę D.Stroputė, A.Stankus ir kt. gavo rezultatus, kurie parodė, jog 18 proc. dvyliktokų jaučiasi labai pavargę, 48,5 proc. „vidutiniškai“ pavargę o kartu tirtų vienuoliktokų atsakymai pasiskirstė kiek kitaip: labai pavargę jautėsi 28,9 proc., vidutiniškai 32 proc.. Tačiau vienuoliktokų ir dvyliktokų atsakymų apie patirtą nuovargį dažnio skirtumai nebuvo statistikai reikšmingi. Dvyliktokės merginos daugiau nei vaikinai skyrė laiko mokymuisi namuose darbo dienomis ir savaitgaliais. Dvyliktokai mokymuisi mokykloje ir namų darbams per dieną vidutiniškai skyrė daugiau kaip 9 val., per savaitę -52 val. 62,4 proc. dvyliktokų mokymosi krūvis viršijo higienos reikalavimus.

60,4 proc. dvyliktokų nurodė, jog darbo dienomis miegantys mažiau nei 8 val. Tai reiškia, kad toks miegas gali būti vienas reikšmingiausių stresorių vyresnių klasių moksleiviams (44). 52 proc. poilsio stoka skundėsi ir V.Žydzūnaitės, N.Galdikienės tyrime dalyvavę vyresniųjų klasių mokiniai. 48 proc. akcentavo per didelį pamokų skaičių per savaitę, 46 proc.- per didelį informacijos srautą per savaitę. 51 proc. respondentų mano, kad nuovargis yra psichologinės įtampos išdava, o 24 proc. pažymėjo, jog nuovargio priežastimi gali būti destruktivūs santykiai su bendraklasiais (30). Šie tyrimai atskleidžia per didelio mokymosi krūvio daromą žalą moksleiviams - sukelia įvairius fizinius negalavimus, jaučiamas nerimas, nuovargis, todėl būtinas mokiniams mokymosi krūvio mažinimas.

M.Barkauskaitės ir kt. atlikto mokymosi krūvių bendrojo lavinimo mokykloje tyrimas parodė, kad mokiniai, reguliuojant mokymosi krūvius, pagalbos daugiau tikisi iš mokytojo. Didžioji dalis mokinių (84 proc.) iš bendro apklaustųjų skaičiaus, geriausia pagalba mažinant mokymosi krūvį, įvardijo suprantamą mokytojo paaiškinimą ir galėjimą išmokyti per pamoką, 50,3 proc. mokinių pagalbą sieja su mokytojo padėjimu atlikti įvairias užduotis ir 38,3 proc. norėtų sulaukti mokytojo paskatinimo ir dėmesio. Mokytojai siūlo organizuoti pagalbą mokiniams, reguliuojant mokymosi krūvius, jų atsakymai pasiskirsto taip: 69,3 proc. apklaustųjų mokytojų išsiaiškintų mokinių pageidavimus, 55,4 proc. aptartų problemas pedagogų ir mokyklos tarybose, 39,1 proc. mokytojų atsižvelgtų į tėvų pageidavimus ir 36,9 proc. – stebėtų rezultatus. Daugiau nei pusės mokyklų vadovų teigimu, dažniausiai mokyklų administracijos naudojama mokinių mokymosi krūvių reguliavimo priemonė – kontrolinių darbų tvarkaraščių sudarymas bei namų darbų skyrimo reguliavimas. Nors įvairūs švietimo padaliniai, mokyklų administracija, patys mokytojai ir mokiniai siekia reguliuoti mokymosi krūvius, tačiau ši problema vis tik išlieka (48).

1.5.4. Maitinimo organizavimas

Atliekant valstybinę visuomenės sveikatos saugos kontrolę mokyklose 2009 m. nustatyta, kad buvo 1,5 proc. patikrintų mokyklų, kuriose nesudarytos sąlygos visiems mokiniams pavalgyti šilto maisto (2008 m. – 3 proc.). Tokių mokyklų yra Kauno, Šiaulių ir Marijampolės, Vilniaus, Panevėžio ir Telšių apskrityse. Pasvalio rajono mokyklose visiems vaikams yra sudarytos sąlygos pavalgyti šilto maisto. Ne mokyklos maitinimo patalpose maistas gaminamas 23 proc. patikrintų šalies mokyklų (2008 m. – 25 proc.). Daugiausiai mokyklų, į kurias moksleivių

maitinimui skirtas maistas atvežamas, yra Kauno, Klaipėdos, Marijampolės, Šiaulių ir Tauragės, Vilniaus apskrityse. Pasvalio rajone tokių mokyklų 2009 m. buvo 21 proc. (2008 m.- 32 proc.) patikrintų mokyklų. Maitinimas mokyklose turi būti organizuojamas pagal valgiaraščius, patvirtintus mokyklos vadovo ir nustatyta tvarka suderintus su visuomenės sveikatos centru apskrityje. Nustatyta, kad 2009 m. 7 proc. patikrintų mokyklų valgiaraščių nesuderino (2008 m. – 21 proc.): Vilniaus apskrityje 26 proc., Kauno apskrityje 8 proc., kitose apskrityse pavienės mokyklos. Pažymėtina, kad valgiaraščių rengimo kokybė ir derinimo procedūra 2009 m. žymiai pagerėjo. Vertinant moksleivių mitybą, yra svarbu, kad maitinimui tiekiamų maisto produktų asortimentas atitiktų mitybos specialistų rekomendacijas. Maitinimui tiekiamų maisto produktų asortimento su visuomenės sveikatos centrais apskrityse nesuderino 12 proc. mokyklos (2008 m. – 32 proc.). Maisto produktų asortimentą laiku suderino Alytaus apskrities mokyklos. Daugiausiai asortimento nesuderino Šiaulių ir Vilniaus apskričių mokyklos. Derinant tiekiamų moksleivių maitinimui maisto produktų asortimentą 17 proc. mokyklų nustatyti higienos normoje nerekomenduojami produktai (2008 m. - 16 proc.). Nerekomenduojami daug riebalų, cukraus ar druskos turintys produktai daugiausiai buvo nustatyti Kauno apskrities Vilniaus apskrities mokyklose. Iš viso 9 proc. mokyklų veikia užkandžių ir gėrimų aparatai. Pasvalio rajone 2 mokyklos, kuriose veikia užkandžių ir gėrimų aparatai (31, 32, 33).

Įvairių mokslininkų duomenimis, mitybos įpročiai turi įtakos sveikatai net 25-30 proc. Vienas pagrindinių sveikatą saugančių gyvenimo veiksnių bei virškinimo sistemos organų ligų profilaktikos elementų yra sveikos mitybos įpročiai (49).

Pagal Lietuvos vyresniųjų klasių moksleivių mitybos įpročių netolygumų tyrime dalyvavusių moksleivių apklausą 2004-2005 m. A.Zaborskis ir kt. nustatė, kad mergaičių mityba lyginant su berniukų, yra sveikesnė. Jos linkusios vartoti daugiau daržovių, vaisių, mažiau- traškučių, keptų bulvių, geria kokakolą ir kt. saldžiuosius gėrimus, tačiau dažniau valgo šokoladą ir saldinius. Vyresni moksleiviai, t.y. 11 klasių moksleiviai, linkę daugiau vartoti vaisių, žalių daržovių ir pieno produktų nei jaunesni (6 klasių). Vyresni taip pat mažiau valgo saldumynų, traškučių, keptų bulvių, geria kokakolą ir kt. saldžiuosius gėrimus. Kaimo moksleiviai, lyginant su miesto moksleiviais, rečiau valgo vaisių ir žalių daržovių, vartoja pieno produktų, rečiau valgo ir saldumynų (50).

Panašūs rezultatai gauti ir 2007 m. L.Škėmienės ir kt. atlikto tyrimo duomenimis, siekiant iširti ir išanalizuoti vidurinio mokyklinio amžiaus miesto ir rajono moksleivių mitybos įpročius,

pastebėta, kad pusryčiauja namuose tik pusė – 61,3 proc. berniukų ir 47,6 proc. mergaičių. Apklausa parodė, kad 19,1 proc. moksleivių visada pietaudavo mokykloje, 45,9 proc. mokykloje valgė tik kartais ir net 35 proc. niekada nevalgydavo mokykloje. Pastebėta, kad mieste gyvenantys moksleiviai pietus mokykloje valgė rečiau nei gyvenantys rajone: visada pietaudavo mokykloje 13 proc. kauniečių ir 25,6 proc. raseiniškių moksleivių. Reguliari mityba padeda išvengti virškinamojo trakto negalavimų, tačiau nereguliariai maitinasi 85,2 proc. Kauno moksleivių ir 86,9 proc. Raseinių moksleivių. Daržoves kasdien valgė 45,4 proc. berniukų ir 41,6 proc. mergaičių. Vaisius kasdien valgė tik 51,3 proc. Raseinių moksleivių, vieną arba kelis kartus per dieną vaisius valgė 66,3 proc. Kauno moksleivių. Moksleiviai valgo ir rekomenduojamus vartoti produktus: bulvių traškučius, saldumynus. 20,7 proc. Kauno ir 10 proc. Raseinių moksleivių vieną ar kelis kartus per dieną valgė bulvių traškučių. Berniukai jais užkandžiauja labiau nei mergaitės (atitinkamai 22,1 proc. ir 9 proc.) ir jie populiariausi kauniečių tarpe. Informaciją apie greitą maistą 50,9 proc. Kauno moksleivių gavo iš žiniasklaidos ir 46,3 proc. Raseinių moksleivių. Iš gydytojų žinių apie sveiką maistą gavo nedaug - 12,4 proc. Kauno ir 8,8 proc. Raseinių moksleivių (49).

Labai svarbu, kad vaikas mokykloje gautų visavertį ir subalansuotą maitinimą, nes mokykliniame amžiuje formuojasi intelekto ir fiziniai gebėjimai, gyvensenos įgūdžiai, požiūris į sveikatą. Moksleivių mityba nėra sveika, dažnai nesubalansuota ir dažniausiai vartojami tie maisto produktai, kuriuos rekomenduojama vartoti kuo mažesniais kiekiais. Netinkama mityba gali būti įvardinama kaip vaikų organizmo fizinę būklę ir sveikatą lemiantis veiksnys. A.Vingras, R.Stukas ir kt. įvertinę nemokamų pietų valgiaraščių visavertiškumą miesto ir kaimo mokyklose, pastebėjo, kad šiose mokyklose socialiai remtinų vaikų maitinimas visų sezonų metu buvo neracionalus ir nesubalansuotas, porcijos nediferencijuojamos pagal amžiaus grupes. Tyrimo metu nustatyta, kad kaimo mokyklos 7-10 m. mokiniai visų sezonų metu valgė per didelę energetinę vertę turinčius pietus, 11-14 m. mokiniai gavo per didelės energetinės vertės pietus žiemą, o 15-18 m. – per mažos energetinės vertės pietus rudenį. Miesto mokyklose situacija priešinga: miesto 15-18 m. mokinių žiemą ir pavasarį pietų maisto davinio vertė buvo vertė per maža. Tai gali sukelti antsvorio ir nutukimo atsiradimą, formuojami nesveiki mitybos įpročiai. Taip pat nustatyti baltymų, riebalų ir angliavandenių neatitikimai rekomenduojamoms paros normoms. Ryškūs baltymų kiekių nukrypimai nuo normų gali įtakoti alergijų atsiradimo riziką,

gaunant per mažai riebalų turinčio maisto, gali sutrikti termoreguliacijos procesai, sutrikti vitaminų, tirpių riebaluose, įsisavinimas (51).

A.Zaborskio ir kt. 2004/2005 mokslo metais atlikto tyrimo duomenimis, siekiant įvertinti moksleivių nuomonę apie maitinimo paslaugų kokybę, pastebėta, kad berniukai, lyginant su mergaitėmis, labiau nepatenkinti maitinimo paslaugų kokybe. Jaunesni - 9 klasių moksleiviai dažniau susidūrė su ilgomis eilėmis, vietų, skirtų pavalgyti stoka. 25,6 proc. moksleivių maistą įvertino kaip neskanų, 82,2 proc. moksleivių nurodė, jog sočiai nepavalgo ir 50 proc. tirtųjų skundėsi prasta savijauta (52).

1.5.5. Mokinių sveikatos ugdymas ir priežiūra

Lietuvos higienos normoje HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ nurodyta, kad mokiniai, kiekvienais metais iki rugsėjo 15 d. mokyklai turi pateikti informaciją apie profilaktinio sveikatos patikrinimo rezultatus. VVSPT duomenimis, 2009 m. tikrinimo metu nustatytas gana didelis mokyklų, kurių mokiniai iki rugsėjo 15 d. nepateikė informacijos apie profilaktinio sveikatos tikrinimo rezultatus, skaičius - 23 proc., (2008 m. – 34 proc.) patikrintų mokyklų. Daugiausiai tokių mokyklų nustatyta Kauno 45 proc., Šiaulių 29 proc. ir Vilniaus 24 proc. apskrityse. Pasvalio rajone 2009 m. tokios informacijos mokyklai laiku nepateikė 12 proc. patikrintų mokyklų moksleiviai. Anot R.Kalėdienės, „moksleiviai turi suprasti, kad sveikata yra gyvenimo išteklius, o ne gyvenimo tikslas“. (4) Moksleiviai tai suprasdami, turi pateikti informaciją apie profilaktinio sveikatos patikrinimo rezultatus mokyklai, kad būtų galima jiems padėti, bendradarbiaujant mokyklai ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistams.

Profilaktinių patikrinimų metu dažnai išaiškinami mokinių regos, laikysenos, virškinimo ir kitų sistemos sutrikimai, kurie vaikystėje ar paauglystėje gali būti sėkmingai taisomi. Siekiant sukurti palankias sąlygas kiekvienam vaikui, svarbu, kad tokia informacija apie mokinio sveikatos būklę mokykla gautų laiku ir būtų galima suteikti mokiniui reikalingos pagalbos priemonės. Tyrimo, kuriuo siekta išsiaiškinti, kaip mokyklai teikiama informacija apie sveikatą parodė, kad tik 59,1 proc. visų apklaustųjų klasės auklėtojų gavo sveikatos pažymą iš visų mokinių; 27 proc. pavyko susirinkti iš daugiau nei pusės mokinių, 6 proc. mokytojų gavo iš pusės mokinių ir 8 proc. - trečdalis mokinių. Šio tyrimo duomenys parodė, kad ne visi tėvai pakankamai informuoti apie profilaktinius patikrinimus ir jų reikšmę. 58,2 proc. tėvų informaciją

apie būtinybę pristatyti pažymą apie profilaktinio sveikatos patikrinimo rezultatus gavo iš vaikų, 16,2 proc.- iš žiniasklaidos, 14,3 proc. sužinojo įvairiai, iš mokytojų - 6,7 proc., nežinojo 2,7 proc., o iš mokyklos visuomenės sveikatos priežiūros specialisto- tik 1,9 proc. apklaustų tėvų. Tarp svarbiausių problemų, kodėl mokinių sveikata nėra aptikrinama laiku, tėvai pabrėžė prastą paslaugų prieinamumą ypač kaime, formalius patikrinimus. Dalis tėvų prisipažįsta, kad menkai kreipia dėmesį į vaikų profilaktinius sveikatos patikrinimus. Svarbų vaidmenį turėtų vaidinti ir mokyklos visuomenės sveikatos priežiūros specialistas (53).

Svarbu, kad tinkamai ir laiku būtų pasirūpinta, kad mokiniai laiku pristatytų dokumentus apie sveikatos būklę, laiku būtų supažindinti mokytojai, mokyklos vadovas apie moksleivių sveikatos būklę ir būtų taikomos reikalingos priemonės sudaryti optimalias sąlygas moksleivių sveikatai saugoti.

2. TYRIMO MEDŽIAGA IR METODAI

Šio tyrimo metu, siekta išsiaiškinti, kaip moksleiviai vertina mokyklos aplinką, ir, ar moksleiviai patenkinti ja. Kadangi mokyklos aplinkos formavime dalyvauja mokytojai ir mokyklų vadovai, tai buvo svarbu įvertinti jų nuomonę apie mokyklos aplinkos formavimą, siekiant išsiaiškinti moksleivių nepasitenkinimo ja priežastis. Visų šių respondentų apklausai atlikti buvo gautas Pasvalio rajono savivaldybės administracijos švietimo ir sporto skyriaus vedėjo sutikimas 2009-12-15 Nr. ŠS-21.16-232 „Dėl anketavimo atlikimo“(1 priedas), taip pat atrinktų mokyklų vadovų sutikimai. 2009 m. rugsėjo–spalio mėn. buvo atliktas pilotinis tyrimas trijose pagrindinėse mokyklose. Šis tyrimas leido suprasti, ar respondentai vienodai supranta klausimų formuluotes ir kokius klausimus būtina koreguoti. Buvo išdalinta 61 anketa moksleiviams, 29 anketos mokytojams ir 7 anketos mokyklų vadovams. Pilotinio tyrimo metu buvo nustatyta anketos klausimų trūkumų, todėl anketos buvo pakoreguotos: po keletą klausimų išbraukta, kiti apjungti, patikslinti atsakymų variantai.

2.1. Tiriamųjų kontingentas

2010 m. sausio mėn. buvo atliktas vienuomentinis epidemiologinis tyrimas vienuolikoje Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklų: šešiose pagrindinėse, keturiose vidurinėse mokyklose ir vienoje gimnazijoje. Tyrime dalyvavo 10 klasių moksleiviai, besimokantys vienuolikoje bendrojo lavinimo mokyklų Pasvalio rajone, mokytojai ir mokyklų direktoriai ir pavaduotojai. Šios mokyklos išsidėsčiusios skirtingose rajono vietovėse. Tyrimo metu siekta apklausti visas Pasvalio rajone esančias mokyklas. Pradėjus analizuoti mokyklose besimokančių dešimtokų skaičių, pastebėta, kad vienoje mokykloje nėra sukomplektuotos 10 klasės, todėl tyrime ši mokykla nedalyvavo. Taip pat tyrime atsisakė dalyvauti viena miesto pagrindinė mokykla. Pasvalio rajono savivaldybės administracijos švietimo ir sporto skyriaus duomenimis, Pasvalio rajono mokyklose mokėsi 479 dešimtų klasių moksleiviai.

Moksleiviams tyrimui buvo pateikta 382 anketos, tai sudaro 79,8 proc. visų tiriamųjų dešimtų klasių moksleivių. Tyrimo analizei panaudota 330 anketų (atsako dažnis 86,4 proc.). Dalis anketų buvo atmesta dėl neužpildytų demografinių duomenų, lyties ir pan. Tyrime buvo siekta apklausti ir 10 klasių moksleivius mokančius mokytojus. Švietimo ir sporto skyriaus duomenimis, mokytojų, dirbančių su dešimtų klasių moksleiviais rajone buvo 170. Tyrimui buvo

pateiktos 162 anketos, tai sudaro 95,3 proc. visų tiriamų pedagogų. Tyrimo analizei panaudota 122 anketos (atsako dažnis 75,3 proc.). Dalis anketų buvo atmesta dėl nepilnai užpildytų klausimų. Pasvalio rajono mokyklose buvo 41 mokyklų vadovai, tarp jų pavaduotojai. Tyrimui buvo pateikta 41 anketa, tai sudaro 100 proc. visų tiriamų vadovų ir jų pavaduotojų. Tyrimo analizei buvo panaudotos tik 33 anketos, kadangi buvo pateiktos neužpildytos dėl 3 vadovų ligos, o kitos anketos netiko analizei dėl neužpildytų demografinių, respondentą identifikuojančių duomenų. Atsako dažnis – 80,4 proc.

2.2. Tyrimo instrumentas

Tyrimui vykdyti buvo sudarytos trys anoniminės anketos: anketa 10 klasių mokiniams, mokytojams, mokyklų vadovams (pavaduotojams). Tyrimui buvo panaudotos originalios anketos parengtos magistrantės kartu su darbo vadovu. Anketos sudarytos pagal Lietuvos higienos normą HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“. Moksleivių anketą sudaro 47 klausimai, iš kurių 42 uždari, 5 atviri (2 priedas). Anketoje išskiriamos tokios klausimų grupės:

1. Bendrieji klausimai: moksleivio amžius, lytis, gyvenamoji vieta, šeiminė padėtis, tėvų išsilavinimas.
2. Klausimai, kuriais siekiama išsiaiškinti nuomonę apie mokyklos fizinę aplinką ir pasitenkinimą ja.
3. Klausimai, kuriais siekiama išsiaiškinti moksleivių nuomonę apie ugdymą mokykloje ir pasitenkinimą ja.
4. Klausimai, kuriais siekiama išsiaiškinti moksleivių sveikatos vertinimą ir savijautą.
5. Klausimai, kuriais siekiama išsiaiškinti moksleivių informuotumą sveikatos temomis.

Mokytojų anketą sudaro 23 klausimai, iš kurių 3 atviri (3 priedas). Anketoje buvo išskirtos tokios klausimų grupės:

1. Bendrieji klausimai: mokytojo amžius, lytis, išsilavinimas, pedagoginio darbo stažas, darbo stažas dabartinėje mokykloje.
2. Klausimai, kuriais siekiama išsiaiškinti, ar mokyklos aplinka formuojama vadovaujantis teisės aktais.
3. Klausimai, kuriais siekiama išsiaiškinti mokytojų nuomonę apie mokyklos aplinką.
4. Klausimai, kuriais siekiama išsiaiškinti, ar yra teikiama informacija sveikatinimo temomis.

Anketą mokyklos vadovams, pavaduotojams sudaro 21 klausimas, iš kurių 2 atviri. (4 priedas). Anketoje buvo tokios klausimų grupės:

1. Bendrieji klausimai: lytis, amžius, išsilavinimas, pedagoginio darbo stažas, vadovavimo mokyklai stažas.
2. Klausimai, kuriais siekta išsiaiškinti vadovų požiūrį į mokyklos aplinkos formavimą.
3. Klausimai, kuriais siekta išsiaiškinti vadovų požiūrį į ugdymo higieną mokykloje.
4. Klausimai, kuriais siekta išsiaiškinti apie moksleivių informuotumą sveikatos klausimais.
5. Klausimai, kuriais siekta išsiaiškinti apie mokyklos finansavimą ir lėšų panaudojimą.

2.3. Statistinė duomenų analizė

Duomenys koduoti, saugoti ir analizuoti naudojant SPSS 15.0 versijos statistinės duomenų bazės analizės programą. Statistinis duomenų reikšmingumas buvo tikrinamas pagal χ^2 (Chi-kvadrato) kriterijų, laisvės laipsnių skaičių (lls) bei statistinį reikšmingumą (p). Sprendimas apie rezultatų teisingumą priimamas remiantis p reikšme. Rezultatų reikšmingumas vertintinas kaip statistiškai reikšmingas, kai paklaidos tikimybės reikšmė buvo $p < 0,05$.

3. REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

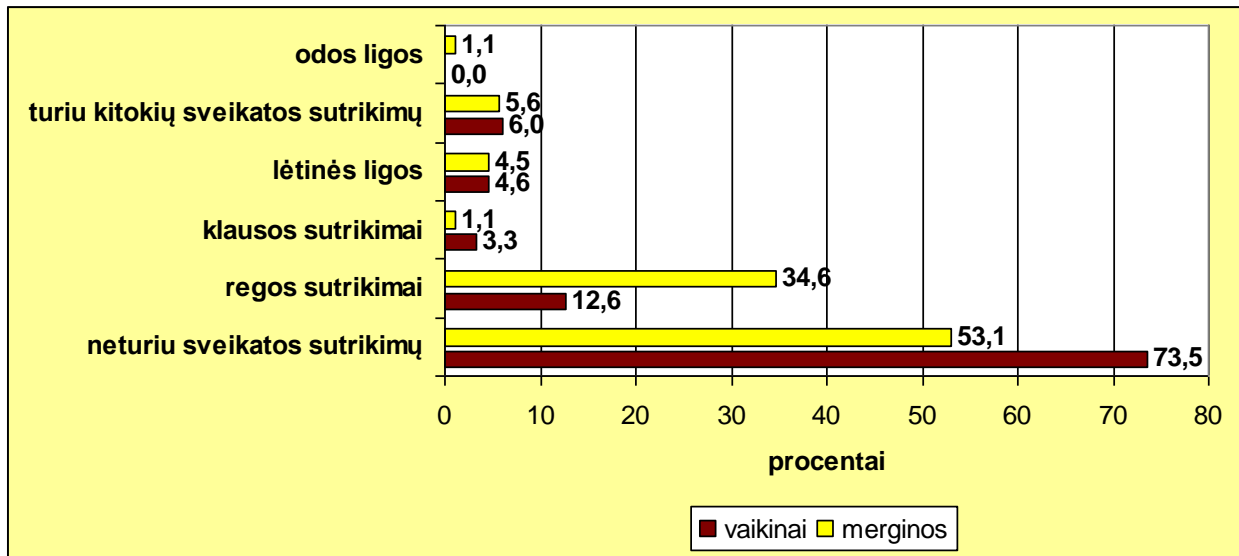
3.1. Tiriamieji moksleiviai ir jų charakteristika

Tyrimo dalyvavo 330 respondentų ir tai atitinkamai sudarė 45,8 proc. vaikinių ir 54,2 proc. merginų (5 priedo 1 pav.). Apklausoje dalyvavo 10 klasių moksleiviai, bet atlikus duomenų analizę, pastebėta, kad moksleivių amžius skiriasi. Moksleivių amžiaus skirstinys pavaizduotas 5 priedo 2 pav. Du trečdaliai moksleivių (66,1 proc.) nurodė, kad gyvena kaime ir trečdalis (33,9 proc.) gyvena mieste. Apklausoje dalyvavę moksleiviai mokosi gimnazijoje (34,2 proc.), vidurinėse rajono mokyklose (33,6 proc.) ir pagrindinėse mokyklose – (32,2 proc.). Trys ketvirtadaliai (75,2 proc.) apklaustųjų gyvena šeimoje su abiem tėvais, šiek tiek mažiau nei ketvirtadalis (24,5 proc.) su vienu iš tėvų ir 0,3 proc. – globojami vaikai.

Pasvalio bendrojo lavinimo mokyklose apklausti dešimtų klasių 86,7 proc. mokinių nurodė, jog sveikatą tikrinasi ir pažymas pristato laiku, 11,8 proc. sveikatos savalaikiai nesitikrina, o 1,5 proc. respondentų sveikatos nesitikrina.

Moksleiviai, paprašyti nurodyti savo sveikatos sutrikimus nurodė, kad 62,4 proc. neturi sveikatos sutrikimų, 24,5 proc. turi regos sutrikimų, 5,8 proc. mokinių turi kitokių sveikatos problemų, 4,5 proc. apklaustųjų dešimtokų serga lėtinėmis ligomis, 2,1 proc. turi klausos sutrikimų, o 0,7 proc. mokinių pažymėjo, kad serga odos ligomis. Taip pat pastebėta, kad V.Juškelienės ir S.Ustilaitės tyrimo metu (2006) respondentai anketose nurodė panašius sveikatos sutrikimus: lėtinės, virškinimo, odos, širdies ir kraujagyslių ligos, bronchinė astma, regos ir klausos, laikysenos sutikimai kaip ir mūsų tyrime dalyvavę respondentai. Minėtų mokslininkų tyrimo rezultatų duomenimis, 21,7 proc. respondentų nurodė sergantys lėtinėmis ligomis, trumparegyste - 31,8 proc. ir kita akių ligų patologija - 2,8 proc. (38).

Mūsų tyrime didesnė dalis dalyvavusių vaikinių (73,5 proc.) teigė, jog neturi sveikatos nusiskundimų nei merginos (53,1 proc.). Merginos dažniau skundėsi regos sutrikimais (34,6 proc.) ir odos ligomis nei vaikinai(atitinkamai 12,6 proc.ir 0,0 proc.). Tačiau dažniau vaikinams kėlė rūpestį kitokie sveikatos sutrikimai (6,0 proc.) ir lėtinės ligos (4,6 proc.) nei merginas (atitinkamai 5,6 proc. ir 4,5 proc.). Respondentų nuomonės pasiskirstymas apie savo sveikatą pavaizduotas 5 paveiksle.



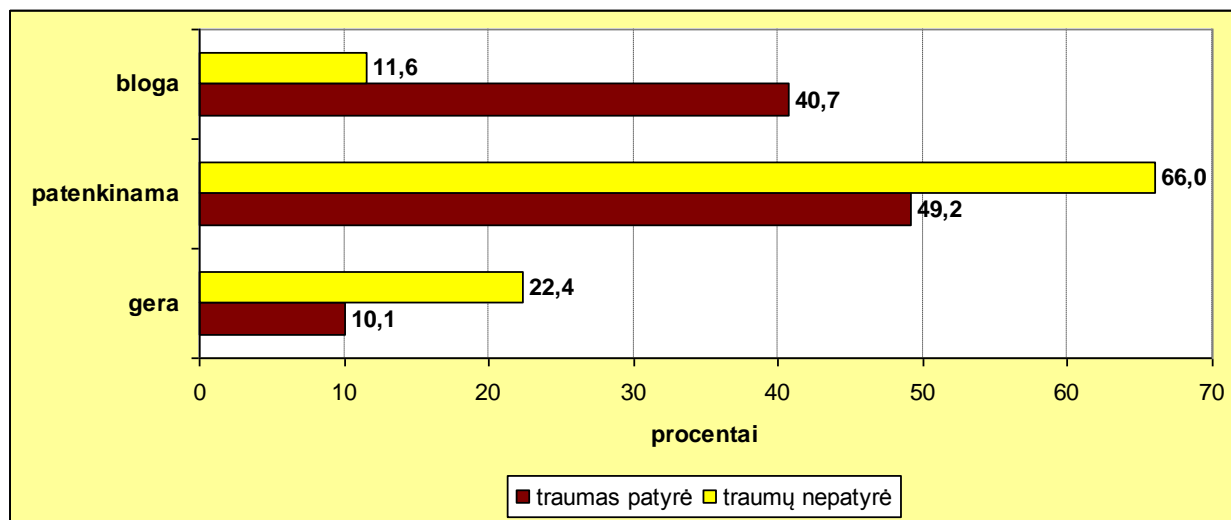
5 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal turimas sveikatos problemas ir lytį ($\chi^2=25,281$, $lls=5$, $p<0,0005$)

Šie gauti rezultatai patvirtina ir kitų mokslininkų gautus rezultatus, kuomet mergaitės prasčiau vertino savo sveikatą nei berniukai (26). Respondentai, gyvenantys kaime dažniau teigė, jo neturi sveikatos sutrikimų (65,6 proc.) nei mieste gyvenantys moksleiviai (56,2 proc.). Daugiau nei trečdalis (34,8 proc.) mieste gyvenančių moksleivių dažniau skundėsi sutrikusia rega nei kaime gyvenantys moksleiviai (19,3 proc.). Taip pat dažniau miesto moksleivius vargino lėtinės ligos (5,4 proc.) nei kaime gyvenančius (4,1 proc.). Kaime gyvenantys turėjo daugiau kitokių sveikatos problemų (7,8 proc.) nei miesto moksleiviai (1,8 proc.) (5 priedas 3 pav.).

Mokinių savo sveikatos vertinimas patvirtina kasmet blogėjančią moksleivių sveikatą. Nors didesnė dalis mokinių nurodė, jog neturi sveikatos sutrikimų, tačiau atlikta 1999-2009 m. mokinių sergamumo kitimo analizė (žr. 2 pav.) Pasvalio bendrojo lavinimo mokyklose parodė, jog didėja regos ir laikysenos sutrikimų, skoliozės atvejų skaičius, sergamumas nervų sistemos ir jutimo organų ligomis, daugėja vaikų, turinčių padidintą kūno masę. Galima daryti dalinę išvadą, kad moksleiviai savo sveikatą įvertino realiai, nes daugiausiai turėjo nusiskundimų regos ir klausos sutrikimais, turėjo kitokių sveikatos nusiskundimų, vargino lėtinės ligos. Merginos savo sveikatą įvertino prasčiau nei vaikinai ir jos turėjo daugiau nusiskundimų sutrikusia rega nei vaikinai. Taip pat pastebėta, kad kaime gyvenantys mokiniai turėjo mažiau nusiskundimų sveikata nei mieste gyvenantys mokiniai. Pažymėtina tai, kad ne visi mokiniai sveikatą tikrinasi savalaikiai ir sveikatos pažymas prisistato laiku į mokyklas, taip sudarydami mažesnes galimybes suformuoti moksleivių sveikatai sveiką ir saugią mokyklos aplinką.

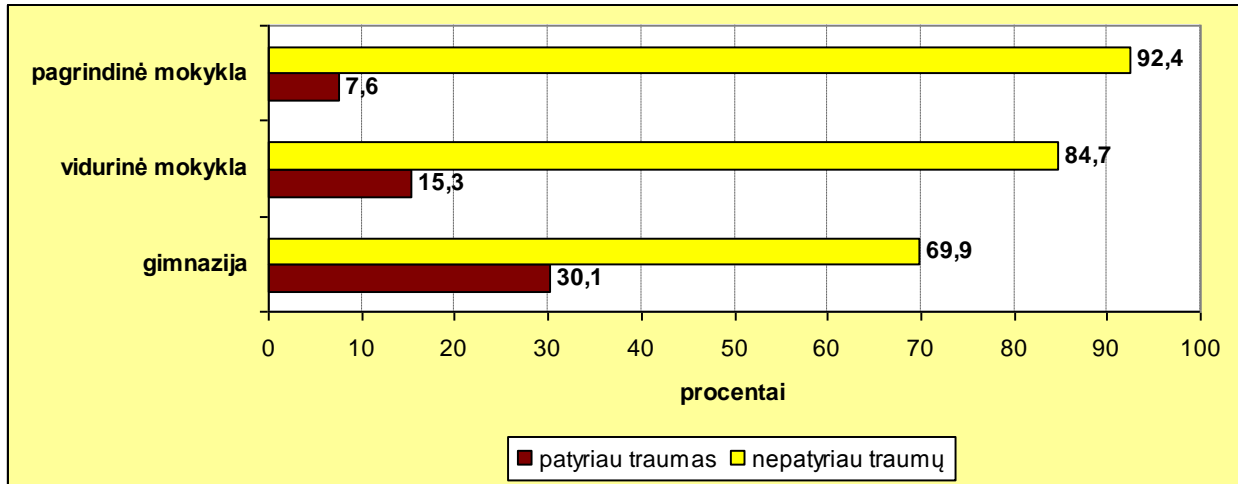
3.1.1. Moksleivių nuomonė apie suformuotą mokyklos aplinką

Moksleiviai, atsakydami į anketos klausimus, išreiškė nuomonę apie suformuotą mokyklų aplinką, išreikšdami pasitenkinimą arba nepasitenkinimą ja. R.Šukio tyrimai parodė, kad pavojingiausios vietos šalia mokyklos yra stadionas ir mokyklos kiemas (54). Mūsų tyrimo metu apklausti moksleiviai sporto aikštynų būklę prie mokyklų įvertino kaip patenkinamą - 62,4 proc., gerą - 20,0 proc., o kad blogos būklės manė 16,7 proc. apklaustųjų. Dėl blogų takelių, sulūžusio inventoriaus, nenupjautos žolės ar dėl kitų priežasčių traumas patyrė 17,9 proc. moksleivių. Panašūs rezultatai gauti ir kitų tyrėjų, pvz.: V. Prakapaitės atlikto tyrimo rezultatai parodė, jog 21,7 proc. respondentų patiria traumas per kūno kultūros pamokas (55). Mūsų atlikto tyrimo duomenimis, didesnė dalis (40,7 proc.) respondentų, įvertinusių sporto aikštynų būklę kaip blogą, teigė, kad sportuojant patyrė traumas, o jų nepatyrė tik 11,6 proc. respondentų. Patenkinamos būklės sporto aikštynuose sportuojant patyrė traumas beveik du ketvirtadaliai (49,2 proc.) moksleivių, o geros būklės sporto aikštynuose - 10,1 proc. Respondentų pasiskirstymas pateikiamas 6 paveiksle.



6 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal patiriamas traumas, įvertinus sporto aikštynų būklę mokyklose ($\chi^2=30,130$, $lks=2$, $p<0,05$)

Atlikus duomenų analizę pastebėta, kad beveik trečdalis (30,1 proc.) gimnazijos moksleivių dažniau patyrė traumas savo mokyklos sporto aikštyne nei moksleiviai, sportuodami vidurinių ir pagrindinių mokyklų sporto aikštynuose (atitinkamai 15,3 proc. ir 7,6 proc.). Respondentų skirstinys pagal patiriamas traumas ir mokyklos tipą parodytas 7 pav.



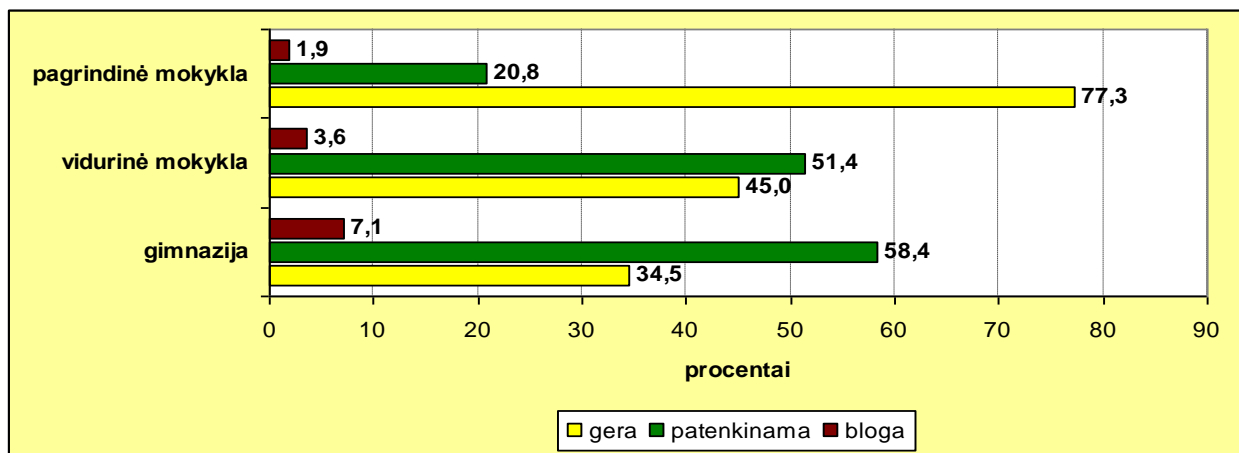
7 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal patiriamas traumas gimnazijose, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=19,451$, $lls=2$, $p=0,0005$)

Moksleiviams pagal HN 21:2005 reikalavimus prie sporto salės mokyklose turi būti įrengti persirengimo kambariai, tualetai, dušai. Asmens higienos įgūdžių formavimui labai svarbu sudaryti tinkamas sąlygas asmens higienai palaikyti. Paklausti, ar naudojasi po kūno kultūros pamokų dušais, daugiausia moksleivių (78,5 proc.) teigė, jog nespėja; teigė, jog naudojasi dušais 9,5 proc. apklaustų dešimtokų; 8,4 proc. teigė, kad dušai neveikia ar yra užrakinti, 3,6 proc. apklaustųjų nurodė, jog dušai yra nešvarūs, todėl jie jais nesinaudoja. Vertinant respondentų naudojimąsi dušais pagal lytį, statistinio reikšmingumo nenustatyta. Pagrindinėse mokyklose didesnė dalis buvo tų moksleivių, kurie nesinaudoja dušais, nes nespėja (87,2 proc.) nei gimnazijoje (77,9 proc.) ar vidurinėse mokyklose (67,6 proc.). Dušais naudojasi didesnė dalis vidurinių mokyklų moksleivių (17,6 proc.) nei gimnazijų (7,1 proc.) ir pagrindinių mokyklų (6,4 proc.). Dušai dažniausiai moksleivių nuomone neveikia gimnazijoje (11,5 proc.) ir vidurinėse mokyklose (8,9 proc.). Panašiai gimnazistai vertina ir jų higieninę būklę – dušai nešvarūs 5,9 proc. moksleivių, o vidurinėse mokyklose -3,5 proc. Pagrindinėse mokyklose tokių nusiskundimų buvo mažiausiai - 2,1 proc. (5 priedas, 4 pav.).

Galima daryti prielaidą, kad moksleiviai patyrė traumas tose mokyklose, kuriose atliekant valstybinę visuomenės sveikatos saugos kontrolę buvo nustatyti HN 21:2005 sporto aikštynų įrengimui keliami reikalavimai. Moksleivių sporto aikštynų būklės įvertinimas atskleidė, jų tikrąją būklę. O dušų, įrengtų prie sporto salių, moksleivių nesinaudojimo priežastys, parodė, jog nėra tinkamai organizuojamas moksleivių pamokų tvarkaraštis, nėra ilgesnių pertraukų, per kurias, po kūno kultūros pamokų moksleiviai galėtų pasinaudoti dušais. Taip pat atskleidė kai

kuriuos faktus, kodėl moksleiviai nesinaudoja dušais: dušai užrakinti, nevalyti ar visai neveikiantys. Tokių faktų vykdant valstybinę visuomenės sveikatos saugos kontrolę, neužfiksuota.

Moksleivių geros laikysenos išsaugojimui labai svarbu, kad moksleiviai sėdėtų jų ūgiui pritaikytuose suoluose. Suolai turi būti stabilūs, geros kokybės. Moksleivių nuomone, mokyklose suolų būklė buvo gera – taip manė 51,8 proc., patenkinama - 43,9 proc., bloga - 4,3 proc. apklaustų moksleivių. Respondentų nuomone, suolų būklė buvo geresnė pagrindinėse mokyklose (77,3 proc.) nei vidurinėse mokyklose (45,0 proc.) ir gimnazijoje (34,5 proc.). Patenkinamai suolų būklę įvertino daugiau gimnazijos moksleivių (58,4 proc.) nei vidurinių ir pagrindinių mokyklų dešimtokų (atitinkamai 51,4 proc. ir 20,8 proc.), o blogiausiai suolų būklė buvo įvertinta gimnazijoje (7,1 proc.) nei vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose (3,6 proc. ir 1,9 proc.). Šis respondentų įvertinimas pateiktas 8 pav.



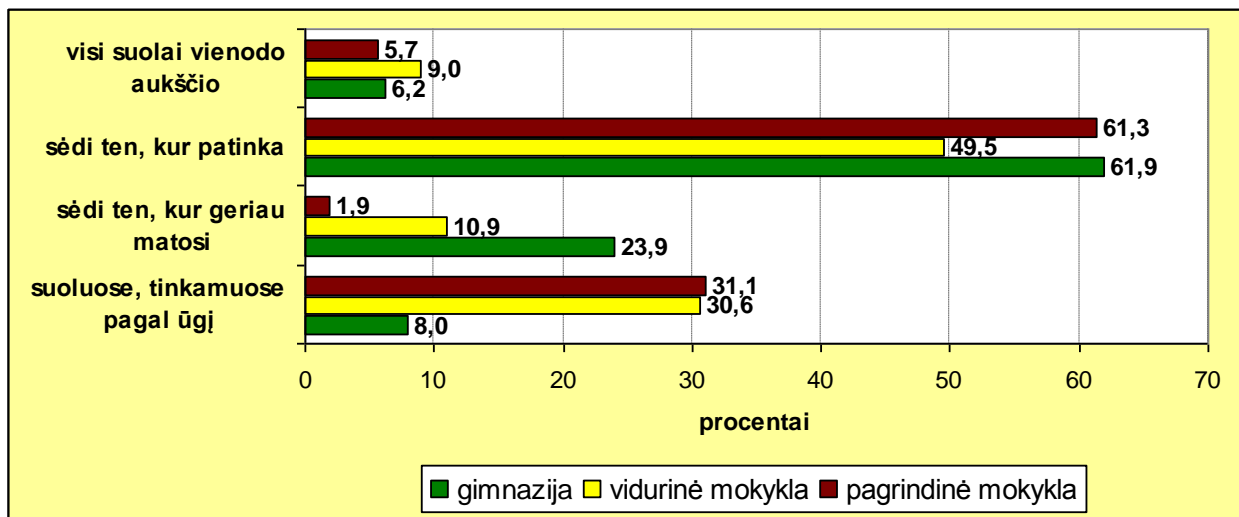
8 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal suolų būklės vertinimą gimnazijose, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=44,232$, $l/s=4$, $p=0,0005$)

V.Juškelienės ir S.Ustilaitės atlikto tyrimo rezultatai parodė, jog 11-12 klasių moksleiviai nepatenkinti mokyklinių baldų kokybe: 61,2 proc. moksleivių juos įvertino patenkinamai (38). Panašiai mokyklinių baldų kokybę įvertino ir V.Prakapaitės apklausoje dalyvavę moksleiviai: vidurinėse mokyklose 60,6 proc. ir gimnazijose 54,7 proc. moksleivių nuomone, mokyklinių baldų kokybė buvo patenkinama (55).

Dešimtų klasių moksleivių didesnioji dalis (57,6 proc.) teigė, jog daugiausia sėdi klasėse ten, kur patinka, tinkamuose suoluose pagal ūgį - 23 proc., 12,4 proc. sėdi ten, kur geriau matosi, o suolai vienodo aukščio - taip manė net 7 proc. apklaustųjų moksleivių. Toks moksleivių sėdėjimo būdas klasėse nestebina, kadangi, paprašyti nurodyti, kas paaiškino, kodėl reikia sėdėti

suoluose, pritaikytuose pagal ūgį, moksleiviai nurodė, kad 23,5 proc. moksleivių niekas to nepaaiškino, 24,8 proc. paaiškino dalyko mokytojas, 23,9 proc. klasės auklėtojas, 11,3 proc. mokyklos sveikatos priežiūros specialistas, 9,8 proc. - gydytojas, gavo informacijos iš visų šių šaltinių - 6,7 proc. respondentų.

Moksleivių sėdėjimas suoluose mokyklose skiriasi. Išanalizavus respondentų atsakymus, pastebėta, kad didesnė dalis vidurinių (31,1 proc.) ir pagrindinių (30,6 proc.) mokyklų moksleivių sėdi suoluose, tinkamuose pagal ūgį, nei gimnazijos moksleivių (8,0 proc.). Beveik vienodas procentinis pasiskirstymas pastebėtas gimnazijoje ir pagrindinėse mokyklose, kuomet moksleiviai sėdi ten, kur patinka (atitinkamai 61,9 proc. ir 61,3 proc.), ir beveik pusė vidurinių mokyklų moksleivių taip pat vadovaujasi savo noru (49,5 proc.). Didesnė dalis (23,9 proc.) gimnazijos moksleivių nurodė, jog sėdėjo ten, kur geriau matėsi, o vidurinių mokyklų - 10,9 proc. ir pagrindinių – tik 1,9 proc. respondentų. Kadangi valstybinės visuomenės sveikatos saugos kontrolės metu dažnai mokyklose nustatoma, kad klasėse suolai vienodo aukščio, moksleiviai neturi galimybės pasirinkti jiems tinkamo suolo. Galbūt dėl to 9,0 proc. vidurinių mokyklų (gimnazijos 6,2 proc., pagrindinių mokyklų 5,7 proc.) respondentų nurodė, jog jų klasėse suolai vienodo aukščio. Skirstinys pateiktas 9 pav.



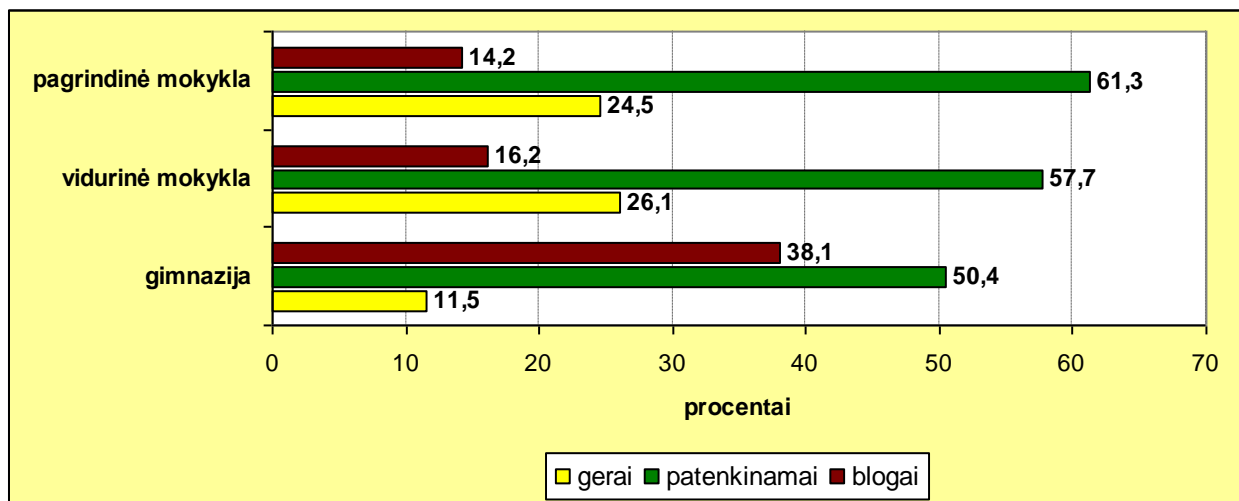
9 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal moksleivių sėdėjimą suoluose gimnazijose, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=41,508$, $lls=6$, $p=0,0005$)

Taip pat pastebėta, kad kaimo mokyklose buvo daugiau mokinių, sėdinčių suoluose, kurie tinkami pagal jų ūgį (29,0 proc.) nei miesto mokyklose (17,3 proc.); sėdinčių ten, kur patinka moksleivių daugiau miesto mokyklose (62,5 proc.) nei kaimo mokyklose (52,5 proc.). Sėdi

suoluose, iš kurių geriau matosi lenta 16,0 proc. miesto moksleivių, o kaimo mokyklose - 8,6 proc. Suolų žymiai daugiau vienodo dydžio yra kaimo mokyklose nei miesto (atitinkamai 9,9 proc. ir 4,2 proc.) (5 priedas 5 pav.).

Vertindami mokyklų tualetų higieninę būklę, 56,4 proc. ją įvertino patenkinamai, blogai - 23,0 proc., o gerai – 20,6 proc. apklaustųjų moksleivių. Panašūs rezultatai buvo gauti ir V.Juškelienės ir S.Ustilaitės tyrimų metu (2006) 45,6 proc. įvertino patenkinamai, blogai – 32,1 proc. (38), taip pat ir V.Prakapaitės apklausos metu (2009), kuomet pastaroji autorė nurodė, jog 37,2 proc. moksleivių tualetų būklę įvertino kaip patenkinamą, 35,0 proc. – blogą.(55)

Mūsų tyrimo duomenimis, didžiausią nepasitenkinimą mokyklų tualetų higienine būkle 47,3 proc. moksleivių kėlė asmens higienos priemonių nebuvimas, 12,2 proc. - karšto vandens nebuvimas, tik šaltas; tualetai seni, neremontuoti - 11,8 proc.; kabinos be durų - 7,1 proc., nevalyti, dvokiantys - 17,9 proc., per mažai veikiančių tualetų vargino 3,7 proc. moksleivių. Statistinio reikšmingumo nenustatyta, vertinant merginų ir vaikinų nepasitenkinimą tualetų higienine būkle. Daugiau nusiskundimų tualetų higienine būkle turėjo gimnazijos moksleiviai (38,1 proc.), nei vidurinių ir pagrindinių mokyklų bendraamžiai (atitinkamai 16,2 proc. ir 14,2 proc.). Tualetų higieninę būklę kaip gerą įvertino šiek tiek daugiau nei vienas ketvirtadalis vidurinių mokyklų moksleivių (26,1 proc.) ir kas ketvirtas (24,5 proc.) pagrindinių mokyklų moksleivis. Šis pasiskirstymas pateiktas 10 pav.

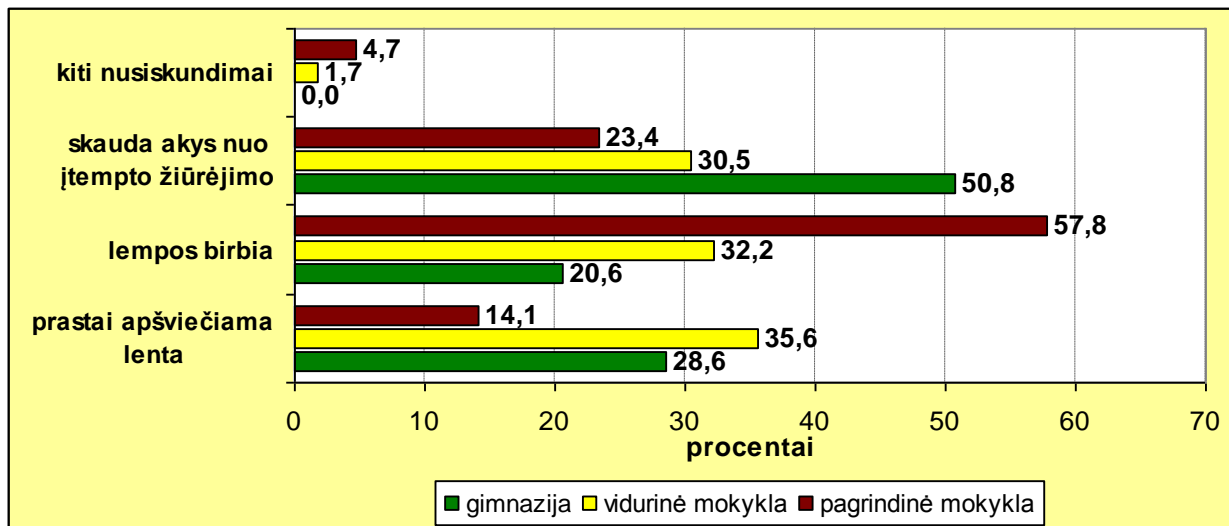


10 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal moksleivių tualetų higieninės būklės vertinimą gimnazijose, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=25,114$, lls=4, $p=0,0005$)

Galima daryti prielaidą, jog mokyklose situacija dėl tualetų higieninės būklės metai iš metų negerėja. Vykdamas valstybinę visuomenės sveikatos saugos kontrolę Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklose, beveik kiekviename mokykloje, kurioje eilę metų nebuvo atlikti tualetų remonto darbai, nustatomi HN 21:2005 reikalavimų pažeidimai. Dėl to nestebina ir moksleivių nepasitenkinimą sukėlusios nurodytos priežastys: asmens higienos priemonių, karšto vandens nebuvimas, tik šaltas; tualetai seni, neremontuoti, kabinos be durų, nevalyti, dvokiantys, per mažai veikiančių tualetų.

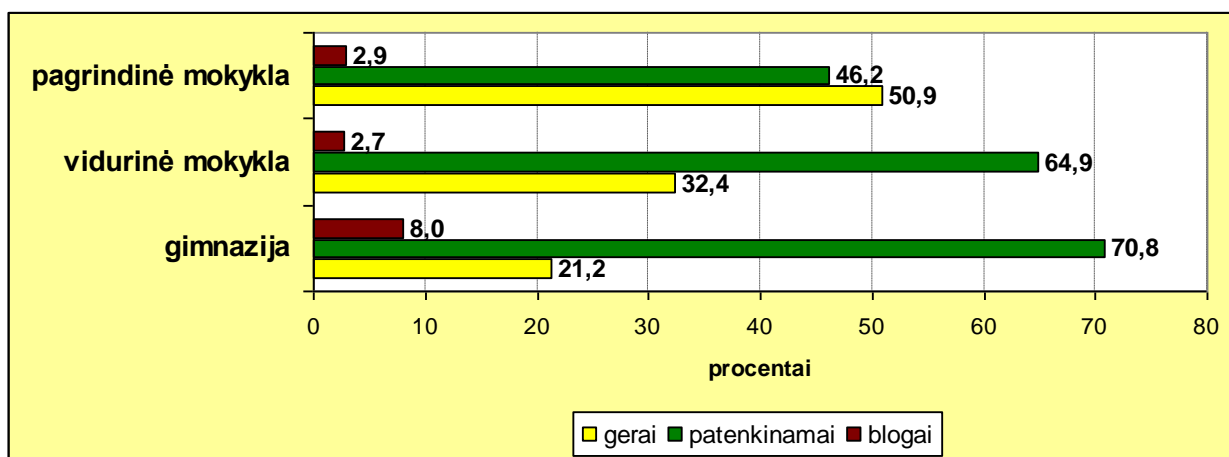
Apšvietimą mokyklose 64,2 proc. moksleivių įvertino gerai, 34,2 proc. - patenkinamai, 1,6 proc. - blogai. Patenkinamai moksleiviai apšvietimą vertino tiek 2006 m. atlikto V.Juškelienės ir S.Ustilaitės tyrimų metu, tiek V.Prakapaitės 2009 m. apklausos metu (38, 55).

Moksleivių regėjimą silpnina nepakankamas apšvietimas, prastai apšviečiama lenta, įtemptas žiūrėjimas. Moksleiviams nepasitenkinimą kėlė birbiančios ir trukdančios susikaupti lempos (37,1 proc.), skaudančios akys nuo įtempto žiūrėjimo (34,9 proc.), prastai apšviesta lenta (25,8 proc.), kitokie nusiskundimai vargino 2,2 proc. apklaustųjų moksleivių. Statistinio reikšmingumo nenustatyta, vertinant merginų ir vaikinų nepasitenkinimą apšvietimu, o taip pat nepasitenkinimą apšvietimu pagal mokyklos buvimo vietą. Kuomet prastai apšviečiama lenta, daugiau tokių nusiskundimų buvo vidurinėse mokyklose (35,6 proc.) nei gimnazijoje (28,6 proc.) ir pagrindinėse mokyklose (14,1 proc.). Birbiančios lempos trukdė susikaupti didesniajai daliai (57,8 proc.) pagrindinėse mokyklose besimokančių dešimtokų nei vidurinėse mokyklose ir gimnazijoje (atitinkamai 32,2 proc. ir 20,6 proc.). Gimnazijoje didesnę dalį (50,8 proc.) moksleivių buvo besiskundžiančių skaudančiomis akimis nuo įtempto žiūrėjimo, vidurinėse - 30,5 proc. ir pagrindinėse mokyklose - 23,4 proc. Šis pasiskirstymas pateikiamas 11 pav.



11 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal moksleivių apšvietimo vertinimą gimnazijose, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=28,796$, $l/s=6$, $p=0,0005$)

Patenkinamai moksleiviai įvertino vėdinimą mokyklose (60,9 proc.), gerai - 34,5 proc., o blogai įvertino 4,6 proc. Didesnė dalis (50,9 proc.) pagrindinių mokyklų moksleivių klasių vėdinimą įvertino gerai, nei vidurinių mokyklų ir gimnazijos moksleiviai (atitinkamai 32,4 proc. ir 21,2 proc.). Gimnazijoje buvo didesnė dalis (70,8 proc.) moksleivių, kuriems klasių vėdinimas buvo patenkinamas nei vidurinių ir pagrindinių mokyklų moksleiviams (atitinkamai 64,9 proc. ir 46,2 proc.). Taip pat didesnei daliai gimnazijos moksleivių (8 proc.) nei pagrindinių ir vidurinių mokyklų (atitinkamai 2,9 proc. ir 2,7 proc.) klasių vėdinimas mokykloje buvo blogas. Respondentų pasiskirstymas pateiktas 12 pav.



12 pav. Respondentų pasiskirstymas vertinant vėdinimą klasėse pagal mokyklos tipą ($\chi^2=24,458$, $l/s=4$, $p=0,0005$)

Moksleivių vėdinimo būklės įvertinimas mokyklose, parodė, jog nėra užtikrinamas tinkamas mikroklimatas mokykloje.

Beveik trys ketvirtadaliai (71,5 proc.) moksleivių anketose nurodė, kad jiems dirbti prie kompiuterio patogiu, nes yra naujas kompiuterio stalas ir patogūs kėdės, o dirbti buvo nepatogu, nes baldai seni ir nepatogūs 16,0 proc. apklaustųjų respondentų, ir net 12,5 proc. moksleivių prie kompiuterio dirba ne po vieną. Didžiausia dalis (42,4 proc.) respondentų nurodė, kad nusiskundimų po informatikos pamokų neturi, ketvirtadalis (25,6 proc.) moksleivių skundėsi pavargusiomis akimis, 16,1 proc. skundėsi skaudančia galva, 10,4 proc. - nugaros skausmais, 5,5 proc. apklaustųjų vargino kitokie nusiskundimai. Didesnė dalis gimnazijos moksleivių turėjo nusiskundimų po informatikos pamokų (69,6 proc.) nei vidurinių ar pagrindinių mokyklų moksleiviai (atitinkamai 56,0 proc. ir 46,2 proc.). Geriausiai jautėsi pagrindinių mokyklų moksleiviai, nes du ketvirčiai (53,8 proc.) moksleivių neturėjo nusiskundimų sveikatos būklės pablogėjimu lyginant vidurinių mokyklų ir gimnazijų moksleivius (atitinkamai 44,0 proc. ir 30,4 proc.) ($\chi^2=12,335$, $lfs=2$, $p<0,05$). Panašius rezultatus gavo R. Bružaitė, vertinusi moksleivių darbo su kompiuteriu įtaką sveikatai bei darbo vietų ergonomines sąlygas: dirbdami kompiuteriu vaikai daugiausiai jautė kaklo ir pečių lanko skausmus (42,5 proc.), kiek rečiau riešo skausmus (25,4 proc.) bei stuburo skausmus (27,4 proc.). Riešo, stuburo ir kaklo-pečių lanko skausmus kiek mažiau jautė tie moksleiviai, kurių darbo vietos įrengtos tinkamai ($p>0,05$) (56).

Mokiniai į atvirą klausimą „Ką manote, kaip galėtumėte sumažinti savo nuovargį ar blogą savijautą mokykloje, jei būtumėte direktorius, mokytojas ar visuomenės sveikatos priežiūros specialistas“ atsakė, jog norėtų, kad „mokykloje per pertraukas mokiniai netriukšmautų“, „įsteigtų poilsio kambarius“, „pertraukų metu tyliai skambėtų muzika“, „pastatyčiau suolus koridoriuose, kad nereiktų sėdėti ant palangių“. O kiti mokiniai prie šio klausimo parašė „geriau niekada nebus“, „nežinau“, „niekas nepasikeis“. Galima daryti prielaidą, jog moksleiviams nėra patogiu mokykloje, jie bandytų spręsti jiems nepatogumus keliančias problemas.

Apibendrinant galima teigti, kad Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklose patiriamos traumas: moksleivių nuomone, blogos būklės sporto aikštynuose jie dažniau patyrė traumas nei patenkinamai ar gerai įvertintuose sporto aikštynuose. Didesnė dalis gimnazijos moksleivių patyrė traumas savo mokyklos sporto aikštyne nei vidurinių ir pagrindinių mokyklų mokiniai. Nors rajono mokyklose moksleiviams yra sudarytos sąlygos ugdyti asmens higienos įgūdžius, tačiau ne visada yra užtikrinama galimybė pasinaudoti dušais po kūno kultūros pamokų dėl per

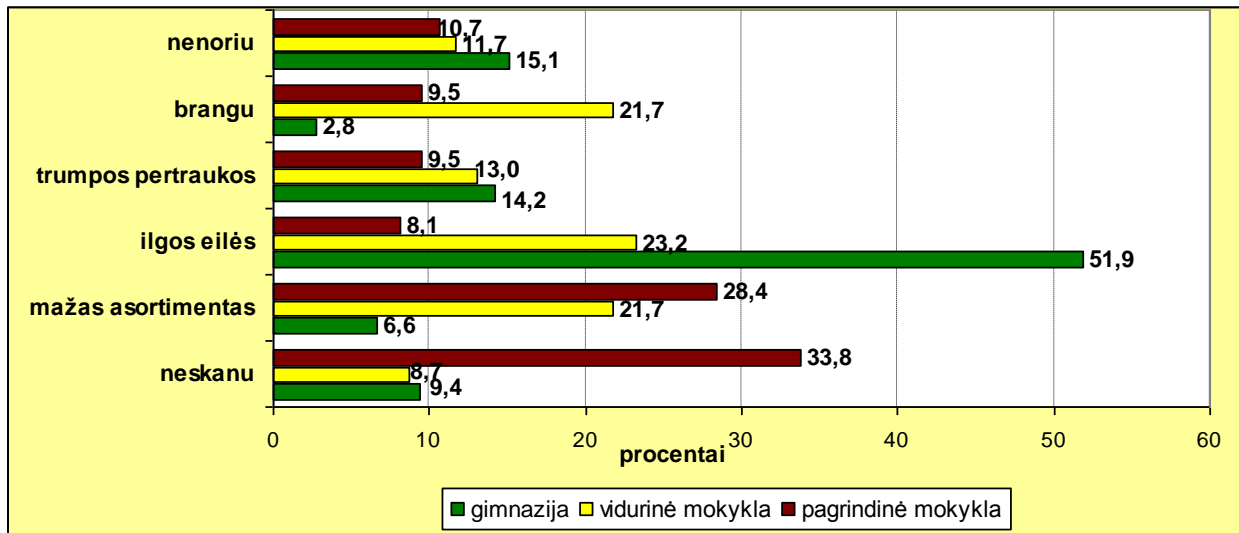
trumpų pertraukų, netvarkos dušuose ar dėl to, kad jie užrakinti. Moksleiviams nėra tinkamai paaiškinama, kodėl mokiniai privalo sėdėti suoluose, tinkamuose pagal jų ūgį. Be to, pastebėta, kad moksleiviai dažniau vadovavosi savo noru, nei specialistų ar mokytojų nurodymais. Moksleivių nepasitenkinimą dėl tualetų higieninės būklės sukėlusios nurodytos priežastys (asmens higienos priemonių, karšto vandens nebuvimas, tik šaltas vanduo; tualetai seni, neremontuoti, kabinos be durų, nevalyti, dvokiantys, per mažai veikiančių tualetų) patvirtino, jog situacija dėl tualetų higieninės būklės negerėja. Tačiau kai kurias diskomfortą sukeliančias priežastis galima pašalinti neturint didelių investicijų. Moksleiviai, pareiškę nuomonę apie apšvietimo kokybę mokyklose, patvirtino ir valstybinę visuomenės sveikatos saugos kontrolę vykdančios institucijos keliamus reikalavimus, kad gimnazijoje, pagrindinėse ir kai kuriose vidurinėse mokyklose būtų gerinama apšvietimas, keičiant kaitrines lempas liuminescencinėmis, o pastarosioms perdegus- naujomis. Moksleivių patenkinamai įvertintą vėdinimą galėtų sąlygoti plastikinių langų pakeitimas mokyklose. Langų su stiklo paketais dėka šiluminis komfortas palaikomas, tačiau sutrinka patalpų ventiliacija: langai laikomi atdari nuolat arba uždaryti, atsiranda skersvėjai, o ventiliacinės angos klasėse tuomet dažnai užkemšamos. Moksleivių nusiskundimų pasiskirstymas sveikata po informatikos pamokų mokyklose, parodė, jog moksleivių savijautai didelės įtakos turėjo darbo vietos prie kompiuterio įrengimas. Vykdamas valstybinę visuomenės sveikatos saugos kontrolę bendrojo lavinimo mokyklose, pastebima, kad mokyklose kompiuterių klasėse nepaisoma darbo vietos erdvės, nesilaikoma atstumų tarp šoninių kompiuterių vaizduoklių paviršių, reikalavimų. Moksleivių pateikti atsakymai į klausimą „Ar Jūs turite pakankamai erdvės darbui prie kompiuterio per pamokas mokykloje?“ parodė, jog pakankamai dažnai per pamokas dirba prie kompiuterio ne po vieną moksleivį. Tai patvirtina, jog nėra tinkamai organizuojami informatikos užsiėmimai (klasės neskaidomos į smulkesnes grupes arba pedagogų trūkumas). Kitų mokslininkų atliktų tyrimų duomenimis, taip pat pastebėta, kad mokyklos aplinka nėra pakankamai saugi ir sveika: 11-12 klasių mergaitės, lyginant su berniukais, dažniau nepatenkintos klasių ir kabinetų temperatūra, bendrojo lavinimo mokyklų mokiniai, lyginant su gimnazijų bendraamžiais, dažniau skundžiasi mokyklinių baldų kokybe, temperatūra klasėse, o kaimuose ir mažuose miesteliuose gyvenantys paaugliai prasčiau vertina apšvietimą, temperatūrą klasėse ir kabinetuose nei didžiųjų miestų mokiniai.(38) O įvertinus 6-8 klasių moksleivių nuomonę apie mokyklos aplinką, kiti mokslininkai pastebėjo, jog mokiniai fizinę mokyklos aplinką įvertino gerai (58,1 proc.)(37).

3.1.2. Moksleivių nuomonė apie maitinimą mokykloje

Asmens higiena - profilaktinė priemonė, leidžianti išvengti sergamumo užkrečiamosiomis ligomis. Galimybę nusiplauti rankas prieš valgį turėjo 60,3 proc. apklaustų moksleivių, 13,0 proc. nurodė, kad nebuvo galimybės nusiplauti rankų, po 12,7 proc. nurodė, kad prausykdose prie valgyklos nebuvo muilo ir tik šaltas vanduo, o 1,3 proc. moksleivių nurodė, jog prausyklos prie valgyklos iš viso nėra.

Kadangi vienas pagrindinių sveikatą saugančių gyvensenos veiksnių bei virškinimo sistemos organų ligų profilaktikos elementų yra sveikos mitybos įpročiai, tai moksleiviams ypač svarbu įgyti šių įpročių mokykloje, kur praleidžia didžiąją dienos dalį. Mokykloje šiltus pietus valgė 28,5 proc. apklaustųjų moksleivių, užkandžiavo 27,6 proc., visai nevalgė 24,8 proc., valgė tik antrą patiekalą 19,1 proc. V. Žydzūnaitės ir kt. atlikto tyrimo duomenimis, mokinių, kasdien pietaujančių mokykloje buvo 62,0 proc. (30).

Moksleiviai buvo paprašyti nurodyti priežastis, kodėl nevalgo mokykloje karšto maisto, tai respondentų atsakymai pasiskirstė sekančiai: 30,9 proc. nurodė per ilgas eiles, 17,3 proc. per mažas patiekalų asortimentas, 16,5 proc. neskanu, 12,9 proc. nevalgo, nes nenori, per trumpos pertraukos 12,4 proc., per brangu 10 proc. moksleivių. Analizuojant anketų rezultatus pastebėta, kad jog daugiau nei pusė gimnazijos moksleivių (51,9 proc.) nevalgė mokykloje dėl to, kad buvo per ilgos eilės, o vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose tokių moksleivių buvo atitinkamai 23,2 proc. ir 8,1 proc. Beveik ketvirtadaliui (21,7 proc.) vidurinių mokyklų moksleivių pietūs buvo per brangūs, o pagrindinėse mokyklose dėl šios priežasties nevalgė 9,5 proc. ir 2,8 proc. gimnazijos moksleivių. Daugiau nei ketvirtadalis pagrindinių mokyklų moksleivių (28,4 proc.) dažniau nepietavo, nei vidurinių mokyklų ar gimnazijos moksleiviai (atitinkamai 21,7 proc. ir 6,6 proc.), nes buvo per mažas asortimentas, taip pat dažniau pagrindinių mokyklų moksleiviai nurodė, kad neskanu (33,8 proc.), nei gimnazijos ar pagrindinių mokyklų moksleiviai (atitinkamai 9,4 proc. ir 8,7 proc.). Šis skirstinys pateiktas 13 pav.



13 pav. Respondentų pasiskirstymas vertinant moksleivių pietų nevalgymo mokykloje priežastis pagal mokyklos tipą ($\chi^2=77,572$, $lfs=10$, $p<0,0005$)

Panašias priežastis nurodė ir A.Zaborskio tyrime dalyvavę mokiniai: 9 klasių moksleiviai dažniau susidūrė su ilgomis eilėmis, vietų, skirtų pavalgyti stoka, 25,6 proc. moksleivių maistą įvertino kaip neskanų, 82,2 proc. moksleivių nurodė, jog sočiai nepavalgo ir 50 proc. tirtųjų skundėsi prasta savijauta (52).

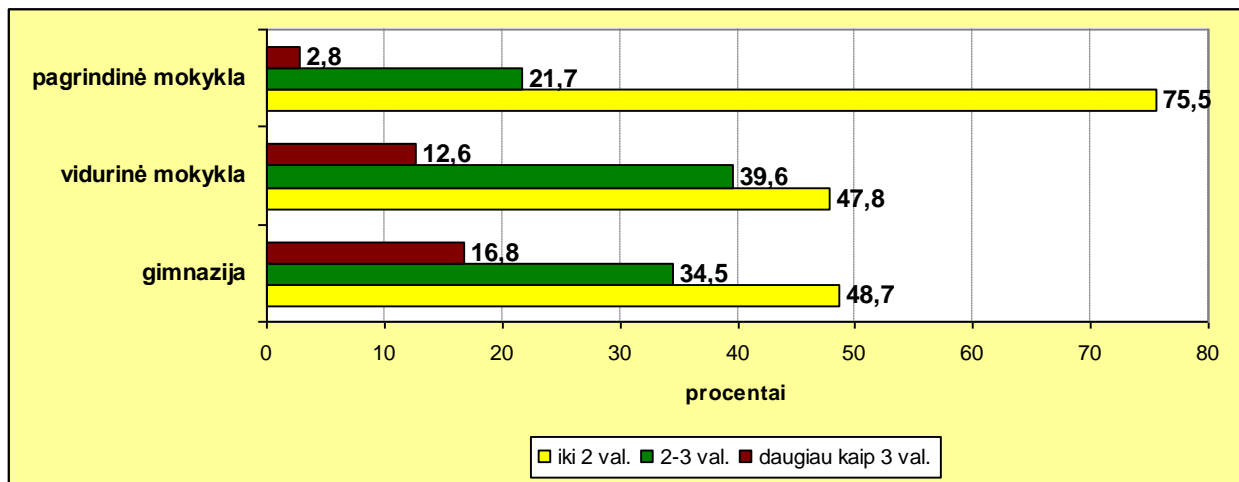
Netinkamą moksleivių mitybos režimą atskleidžia ir jų atsakymai, pažymėti prie klausimo „Ką perka iš bufetų ar užkandžių aparato?“. Kas ketvirtas (40,7 proc.) 10 klasės moksleivis nurodė, kad iš bufetų pirko bandeles, gaiviuosius gėrimus pirko kas antras (20,8 proc.), vaisius – kas dešimtas (10,1 proc.), nepirko visiškai - 8,8 proc. moksleivių, o pirko viską- 2,0 proc. respondentų. Saldumynais susiviliojo 17,6 proc. moksleivių. Kai kurie moksleiviai prie šio klausimo darė priedašus, nurodydami, kad bufetuose ar užkandžių aparatuose vaisių visai nebūna. Tai leidžia teigti, kad mokyklų bufetų asortimentuose vyrauja bandelės, saldumynai, moksleiviams nesuteikiama galimybė sveikai maitintis. Panašiai parodo ir moksleivių maitinimo įvertinimas mokykloje: patenkinamai maitinimą mokykloje įvertino 47,6 proc., gerai - 45,8 proc., blogai - 6,6 proc. Statistinio reikšmingumo, vertinant maitinimą mokykloje pagal mokyklos tipą nenustatyta (atitinkamai $p=1,33$ ir $p=0,657$). Nors kitų mokslininkų tyrimų duomenimis, berniukai lyginant su mergaitėmis, labiau nepatenkinti maitinimo paslaugų kokybe (52).

Gauti tyrimo duomenys parodo, jog nors Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklose yra sudarytos sąlygos mokiniams pavalgyti šilto maisto, mokyklose pakankamai mažai pietaujančių moksleivių, todėl galima teigti, jog daugumos mokinių mitybos režimas nėra geras:

ne visada prisilaikoma maitinimo(-si) ritmo, dažnai užkandžiauama. Taip pat galima daryti dalinę išvadą, jog mokyklose nėra kreipiamas didelis dėmesys į mokinių maitinimą ir jo kokybę. Tai parodo mokinių nevalgymo mokykloje įvardintos priežastys. Kadangi mokiniai nėra labai patenkinti maitinimu, todėl ir naudojami mokyklose esančiais bufetais ar užkandžių aparatais, iš kurių perka nerekomenduojamus maisto produktus: bandeles, saldumynus.

3.1.3. Moksleivių nuomonė apie ugdymą mokykloje

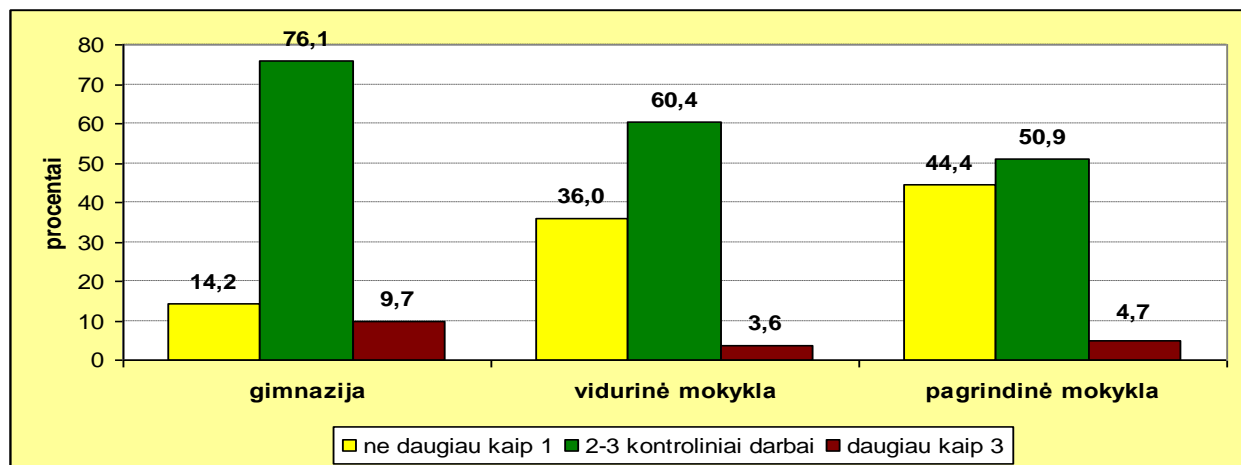
Anketinių duomenų analizė parodė, jog daugiau nei pusė (56,4 proc.) moksleivių praleidžia mokykloje 7-8 val., iki 7 val. 37,6 proc., daugiau kaip 8 val. - 6,0 proc. moksleivių, o pamokas namuose ruošia iki 2 val. - 57 proc., 2-3 val. 32,1 proc., daugiau kaip 3 val. - 10,9 proc. Didesnė dalis (75,5 proc.) pagrindinių mokyklų 10 klasių moksleivių pamokas ruošė iki 2 val. nei gimnazijos (48,7 proc.) ir vidurinių mokyklų moksleiviai (47,8 proc.); 2-3 val. ruošė didesnė dalis vidurinių mokyklų (39,6 proc.) nei gimnazijos ar pagrindinių mokyklų moksleiviai (atitinkamai 34,5 proc. ir 21,7 proc.). Daugiau kaip tris valandas ruošė pamokas didesnė dalis gimnazijos moksleivių (16,8 proc.) nei vidurinių mokyklų (12,6 proc.) ar pagrindinių mokyklų moksleiviai (2,8 proc.). Respondentų pasiskirstymas pateikiamas 14 pav.



14 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal pamokų ruošimo trukmę gimnazijoje, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=25,381$, $lls=4$, $p<0,005$)

Taip pat pastebėta, kad didesnė dalis (76,1 proc.) moksleivių nurodė, jog per dieną 2-3 kontroliniai darbai organizuojami gimnazijoje. 60,4 proc. vidurinių ir 4,7 proc. pagrindinių mokyklų moksleiviai taip pat pažymėjo, jog per dieną būna 2-3 kontroliniai darbai. Optimaliausias kontrolinių darbų skaičius, t.y. ne daugiau kaip 1 per dieną, buvo pagrindinėse

mokyklose (44,4 proc.), o vidurinėse ir gimnazijoje tokių atvejų, moksleivių nuomone, buvo mažiau (36,0 proc. ir 14,2 proc.). Daugiau kaip trys kontroliniai darbai per dieną buvo gimnazijoje (9,7 proc.), pagrindinėse (4,7 proc.) ir vidurinėse mokyklose (3,6 proc.). Šis respondentų pasiskirstymas pateikiamas 15 pav.

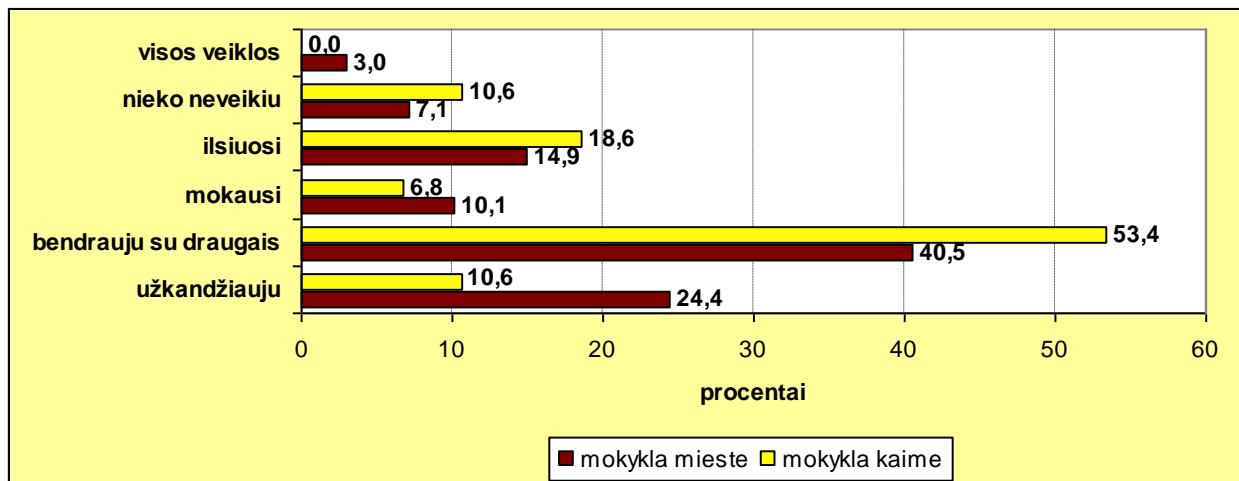


15 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal kontrolinių darbų skaičių per dieną gimnazijoje, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=26,816$, $l/s=4$, $p<0,0005$)

Nors pagal HN 21:2005 dešimtų klasių moksleiviams per savaitę turi būti 32 pamokos, bet apklausos duomenų analizė parodė, kad savaitinių pamokų skaičius mokiniams svyravo nuo 28 iki 42 pamokų per savaitę. Tačiau 67 proc. apklaustųjų respondentų nurodė, jog per savaitę turi 32 pamokas. 20,3 proc. moksleivių nurodė, jog per dieną būna daugiau nei 7 pamokos.

Moksleivių nuomonė, vertinant galimybę naudingai praleisti „langus“, kai nėra pamokos, pasiskirstė sekančiai: gerai įvertino 44,4 proc., patenkinamai 41,3 proc., o blogai - 14,3 proc. moksleivių. Kitų mokslininkų atliktų tyrimų rezultatų duomenimis, vyresnių klasių moksleiviai galimybę naudingai praleisti laiką, kai nėra pamokos per „langus“ vertino patenkinamai (41,4 proc.), tik penktadalis ją pavadino gera, o likusieji įvardino kaip blogą (38).

Moksleiviai nurodė ir veiklas, kuriomis, jie užsiima per „langus“: bendrauja su draugais 46,8 proc., 17,6 proc. užkandžiauja, 16,7 proc. ilsisi, nieko neveikia 8,8 proc., mokosi 8,5 proc., užsiima visomis šiomis veiklomis 1,6 proc. Daugiau kaip pusė kaimo mokyklų (53,4 proc.) moksleivių bendrauja su draugais arba nieko neveikia (10,6 proc.) dažniau nei miesto mokyklų moksleiviai (atitinkamai 40,5 proc. ir 7,1 proc.), tačiau didesnė dalis miesto mokyklų moksleivių užkandžiauja (24,4 proc.), mokosi (10,1 proc.) ir užsiima visomis šiomis veiklomis (3,0 proc.) nei kaimo mokyklų moksleiviai (10,6 proc., 6,8 proc., 0 proc.). Šis pasiskirstymas pateiktas 16 pav.



16 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal veiklą „per langus“, kai nėra pamokos miesto ir kaimo mokyklose ($\chi^2=19,497$, $l/s=5$, $p<0,05$)

Šis tyrimas atskleidė, jog Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklose moksleivių ugdymas organizuojamas neprisilaikant HN 21:2005 reikalavimų, kuomet per dieną gali būti ne daugiau kaip 1 kontrolinis darbas. Mokiniam tenka atlikti net ir daugiau kaip 3 kontrolinius darbus per dieną. Palyginti maža dalis moksleivių nurodė, jog per dieną būna optimalus kontrolinių darbų kiekis. Daugiausiai buvo moksleivių, praleidusių mokykloje 7-8 val. ir pamokas namuose ruošusių iki 2 val. Moksleiviams bendrojo lavinimo mokyklose nėra sudarytos tinkamos galimybės naudingai praleisti laiką per „langus“, kai nėra pamokos, užsiimti mėgiama veikla, todėl dažniausiai mokiniai pasirinko bendravimą su draugais, užkandžiavimą, nieko neveikimą ir mokymąsi.

3.1.4. Moksleivių savijauta ir jų informuotumas apie sveikatos stiprinimą mokykloje

Moksleivių savijautai mokykloje didelę reikšmę turi mokyklos triukšmas, mokymosi, krūvis, per didelis mokinių skaičius klasėje, triukšmas per pertraukas, važinėjimas į mokyklą, netinkamos patalpos ir kiti veiksniai. Analizuojant moksleivių atsakymus apie triukšmą mokykloje, 63,3 proc. apklaustųjų moksleivių triukšmą mokyklose vertino patenkinamai, blogai-20,6 proc., gerai - 16,1 proc. Didesnė dalis pagrindinių mokyklų moksleivių triukšmą įvertino patenkinamai (67,0 proc.) nei gimnazijos ir vidurinių mokyklų moksleiviai (atitinkamai 63,7 proc. ir 59,5 proc.), o triukšmą blogai įvertino didesnė dalis vidurinių mokyklų moksleivių (29,7 proc.) nei pagrindinių mokyklų ir gimnazijų moksleivių (17,0 proc. ir 21,3 proc.) (5 priedas 6 pav.). Statistinio reikšmingumo nenustatyta, kuomet bendrą mokyklos triukšmą vertino merginos

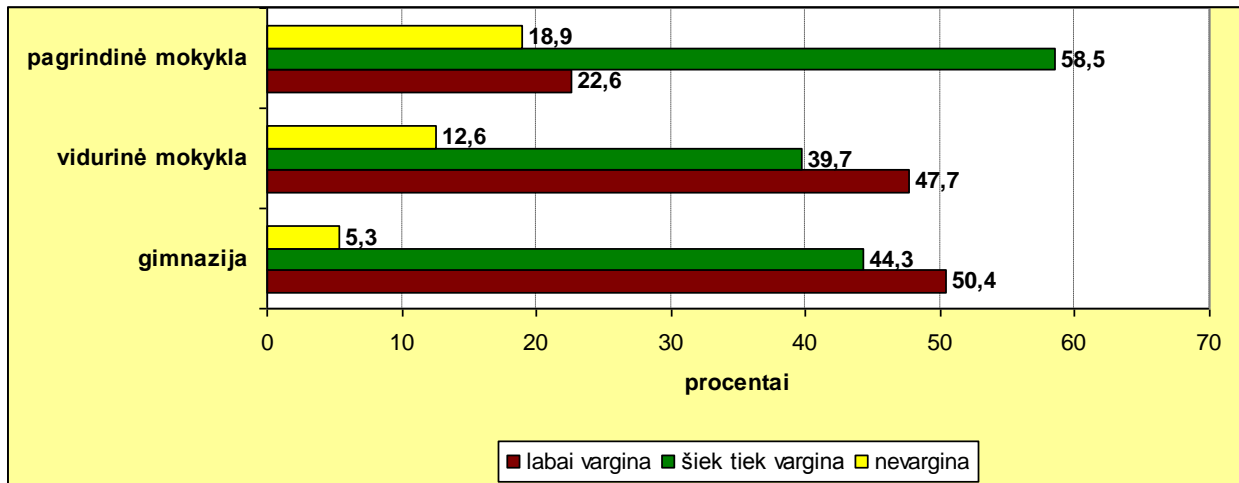
ir vaikinai, taip pat amžius tokiam vertinimui neturėjo įtakos (atitinkamai $p=0,072$, $p=0,932$). Panašūs rezultatai gauti ir paprašius moksleivių įvertinti triukšmą mokykloje pertraukų metu. Triukšmas pertraukų metu šiek tiek vargino daugiau nei pusę (59,7 proc.) moksleivių, nevargino 21,5 proc. ir labai vargino 18,8 proc. moksleivių. Galima daryti prielaidą, kad moksleiviams triukšmas nekėlė didelio nepasitenkinimo. Moksleiviai, paprašyti įvertinti sunkumus, nurodytus anketoje, juos įvertino ir vertinimo procentinis pasiskirstymas pavaizduotas 1 lentelėje.

1 lentelė. Sunkumų, varginančių moksleivius, procentinis pasiskirstymas

Sunkumai	Labai vargina (proc.)	Šiek tiek vargina (proc.)	Nevargina (proc.)	Iš viso (proc.)
Klasėje per daug mokinių	9,4	33,3	57,3	100,0
Mokykla per toli nuo namų	27,3	32,7	40,00	100,0
Per daug sunkių pamokų	40,6	47,3	12,1	100,0
Netinkamos patalpos	14,5	41,6	43,9	100,0
Mokykloje kenčiu alkį	11,8	39,4	48,8	100,0
Didelis mokymosi krūvis	37,9	41,8	20,3	100,0

1 lentelėje pavaizduoti apklausos rezultatai parodė, jog moksleivius labiausiai vargino per daug sunkių pamokų, didelis mokymosi krūvis, mokykla per toli nuo namų, šiek tiek vargino kenčiamas alkis mokykloje, per daug mokinių klasėje. Nors kitų moksleivių pažymėti sunkumai buvo kaip labai varginantys ar šiek tiek varginantys, kitų moksleivių minėti sunkumai nevargino.

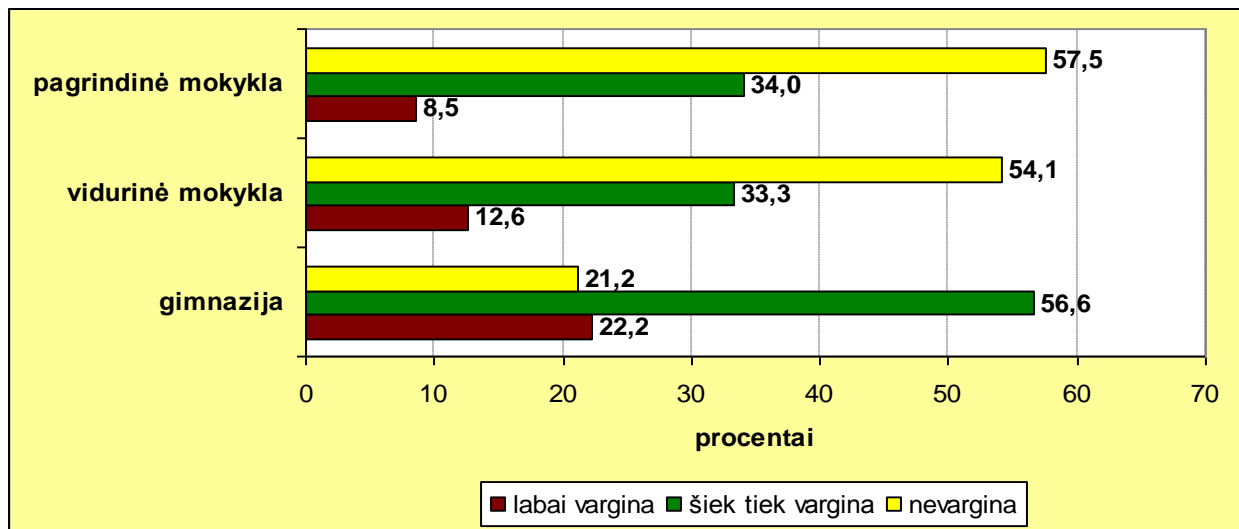
Analizuojant apklausos duomenis, pastebėta, kad vienas iš sunkumų- per daug sunkių pamokų dažniau vargino pusę gimnazijos moksleivių (50,4 proc.) nei vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose besimokančius moksleivius (47,7 proc. ir 22,6 proc.). Didžioji dalis (58,5 proc.) pagrindinių mokyklų moksleivių dažniau nurodė, jog juos šiek tiek vargino šis sunkumas nei gimnazijų ir vidurinių mokyklų mokinius (44,3 proc. ir 39,7 proc.), o nevargino 18,9 proc. pagrindinių mokyklų moksleivių. Šis sunkumas nevargino atitinkamai (12,6 proc. ir 5,3 proc.) vidurinių mokyklų ir gimnazijos moksleivių. Šis pasiskirstymas pateiktas 17 pav.



17 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal mokykloje patiriamą sunkumą- per daug sunkių pamokų pagal mokyklos tipą ($\chi^2=25,248$, $lls=4$, $p<0,0005$)

Beveik pusę (49,6 proc.) apklaustų gimnazijos moksleivių dažniau vargino per didelis mokymosi krūvis nei vidurinių ar pagrindinių mokyklų bendraamžius (atitinkamai 40,6 proc. ir 22,6 proc.), o šiek tiek vargino kas ketvirtą visų tipų mokyklų dešimtų klasių moksleivius ($\chi^2=28,729$, $lls=4$, $p<0,0005$).

Netinkamos patalpos labai vargino 22,2 proc. ir šiek tiek vargino didesnę dalį (56,6 proc.) gimnazijos moksleivių lyginant su vidurinių (atitinkamai 12,6 proc.ir 33,3 proc.) ir pagrindinių mokyklų (atitinkamai 8,5 proc.; 34,0 proc.) moksleiviais. Nevargina šis sunkumas daugiau kaip pusę (57,5 proc.) pagrindinių mokyklų moksleivių. Respondentų pasiskirstymas pateiktas 18 pav.



18 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal mokykloje patiriamą sunkumą- netinkamos patalpos gimnazijoje, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=37,193$, $lls=4$, $p<0,0005$)

Pastebėti statistiškai patikimi skirtumai vertinant moksleivių nuomonę apie per didelį mokinių skaičių klasėje pagal mokyklos tipą. Tai mažiausiai varginantis sunkumas.

2 Lentelė. Atsakymų į klausimą „Ar jus vargina sunkumas „Klasėje per daug mokinių?“ procentinis pasiskirstymas pagal mokyklos tipą

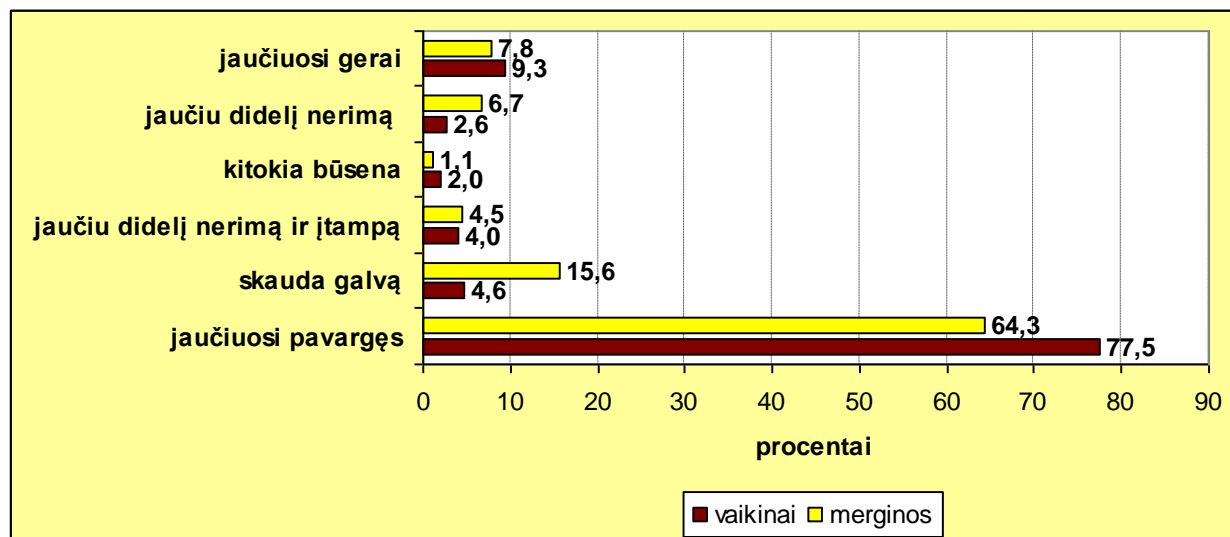
Mokyklos tipas	Klasėje per daug mokinių								Reikšmingumo lygmuo		
	Labai vargina		Šiek tiek vargina		Nevargina		Iš viso		χ^2	Ils	p
	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.			
Gimnazija	12	10,6	45	39,8	56	49,6	113	100	12,108	4	0,017
Vidurinė mokykla	13	11,7	40	36,0	58	52,3	111	100			
Pagrindinė mokykla	6	5,7	25	23,6	75	70,7	106	100			

Nepastebėta statistiškai reikšmingų skirtumų, vertinant moksleivių nuomonę, kuomet mokykla toli nuo namų ir kasdien tenka važinėti į mokyklą, pagal mokyklos tipą ($p=0,77$).

Tačiau moksleivius vargino dar vienas sunkumas - mokykloje kenčiamas alkis. Pastebėta, kad daugiau kaip pusė (56,6 proc.) gimnazijos moksleivių dažniau skundėsi, kad juos šiek tiek vargino mokykloje kenčiamas alkis nei vidurinių ar pagrindinių mokyklų bendraamžius (atitinkamai 31,5 proc. ir 29,2 proc.). Alkis labai vargino 15,9 proc. gimnazijos dešimtų klasių moksleivius nei pagrindinių ar vidurinių mokyklų apklaustuosius moksleivius (atitinkamai 10,4 proc. ir 9,0 proc.) ($\chi^2=31,656$, $Ils=4$, $p<0,0005$).

Kadangi mokykloje moksleivių sveikatą ir savijautą įtakoja labai daug ir įvairių veiksnių, tai apibendrinami, moksleiviai įvertino savo savijautą grįžus iš mokyklos. Jie, grįžę iš mokyklos jaučiasi labai įvairiai. Daugiausia moksleivių (70,3 proc.) nurodė, kad grįžę iš mokyklos jautėsi pavargę, kas dešimtam skaudėjo galvą (10,6 proc.), jautė didelį nerimą ir įtampą (4,2 proc.), buvo ir pavargę, ir jautė didelį nerimą ir įtampą 4,8 proc., jautė kitokią būseną - 1,6 proc. apklaustųjų. Nedaug buvo moksleivių, kurie jautėsi gerai (8,5 proc.). Statistiškai reikšmingų skirtumų vertinant moksleivių savijautą bendrojo lavinimo mokyklose nenustatyta ($p=0,373$). Tačiau pastebėti statistiškai reikšmingi skirtumai vertinant moksleivių savijautą pagal lytį. Tyrimo rezultatai parodė, jog didesnė dalis vaikinų (77,5 proc.) jaučiasi pavargę grįžę po pamokų nei merginų (64,3 proc.), tačiau daugiau merginų skundžiasi skaudančia galva (15,6 proc.), jaučia

didelį nerimą (6,7 proc.) nei vaikinai (atitinkamai 4,6 proc. ir 2,6 proc.). Besijaučiančių gerai buvo šiek tiek daugiau vaikinių (9,3 proc.) nei merginų (7,8 proc.). Tiek merginų, tiek vaikinių jautusių didelį nerimą ir įtampą, buvo panašus procentinis pasiskirstymas (atitinkamai 4,5 proc. ir 4,0 proc.). Respondentų savijautos vertinimas pagal lytį parodytas 19 pav.



19 pav. Respondentų nuomonės pasiskirstymas apie savijautą grįžus iš mokyklos pagal lytį ($\chi^2=14,834$, $l/s=5$, $p<0,05$)

Panašūs duomenys buvo gauti A. Petrauskienės ir D. Matulevičiūtės atlikto tyrimo metu, kuomet buvo vertinamas abiturientų mokymosi krūvio ir savijautos sąsajos. Nustatyta, kad merginos žymiai dažniau nei vaikinai skundėsi galvos skausmais, nervine įtampa, irzlumu, bloga nuotaika (46). Kitų mokslininkų atliktų tyrimų duomenimis, 62,5 proc. apklaustų šešiolikmečių, jautė nuovargį. Nuovargio pagrindinę priežastį moksleiviai įvardino kaip poilsio stoką, per didelį pamokų skaičių per dieną/savaitę, mokymosi turinio sudėtingumas, mokyklos aplinką. Daugiausiai mokinių 51 proc. nurodė nuovargį kaip psichologinės įtampos pasekmę (30).

Moksleivių savijautai įtakos gali turėti patyčių buvimas mokykloje. Atlikus anketinių duomenų analizę, pastebėta, kad pusė pagrindinių mokyklų moksleivių (50,0 proc.) nurodė, jog jų mokyklose yra patyčios. Patyčių buvimą patvirtino ir 45,9 proc. vidurinių mokyklų ir 15,9 proc. gimnazijos moksleivių ($\chi^2=33,030$, $l/s=2$, $p<0,0005$). Taip pat pastebėta, kad daugiau kaip pusė (51,9 proc.) kaimo mokyklose besimokančių moksleivių teigė, jog yra patyčios nei miesto mokyklų moksleiviai (22,6 proc.). ($\chi^2=30,245$, $l/s=1$, $p<0,0005$)

Moksleivių savijautai gerinti ir sveikatai stiprinti, būtina moksleiviams aiškinti, informuoti apie tai, kaip galima išvengti streso ir jį valdyti, apie tinkamą darbo ir poilsio režimą,

fizinį aktyvumą ir sveikatą, apie asmens higieną ir jos svarbą, aplinkos įtaką sveikatai. Moksleiviai, paprašyti nurodyti, kas jiems teikė informaciją šiomis temomis, nurodė, kad dažniau gimnazijos sveikatos priežiūros specialistas teikė informaciją (30,1 proc.) nei vidurinių ar pagrindinių mokyklų sveikatos priežiūros specialistai (22,5 proc. ir 16,0 proc.). Vidurinėse mokyklose dažniau klasės auklėtojai teikė informaciją sveikatinimo temomis (27,0 proc.) nei pagrindinių mokyklų ar gimnazijos klasių auklėtojai (14,2 proc. ir 8,8 proc.). Daugiau nei ketvirtadalis gimnazijos moksleivių (26,5 proc.) informaciją dažniau gavo iš tėvų nei vidurinių ir pagrindinių mokyklų moksleiviai (atitinkamai 22,5 proc. ir 18,9 proc.). Taip pat kas trečias gimnazijoje besimokantis respondentas (30,1 proc.) informacijos dažniau gavo iš kitų informacijos šaltinių (internetu, knygų, draugų) nei vidurinėse ar pagrindinėse mokyklose besimokantys moksleiviai (22,5 proc. ir 16,0 proc.) ($\chi^2=98,373$, $lls=10$, $p<0,0005$).

Nors moksleiviams teikiama informacija apie moksleivių sveikatai įtakos darančius veiksnius, tačiau pastebėti statistiškai reikšmingi informuotumo skirtumai tarp pagrindinių, vidurinių mokyklų ir gimnazijų. Daugiau kaip vienas trečdalis (34,5 proc.) gimnazijos apklaustų moksleivių nurodė, jog informacijos apie tinkamą darbo ir poilsio režimą gavo nepakankamai, o negavo visiškai daugiau nei ketvirtadalis gimnazijos moksleivių (26,6 proc.). Tuo tarpu šia tema pakankamai informuoti buvo pagrindinių ir vidurinių mokyklų moksleiviai (atitinkamai 70,8 proc. ir 62,2 proc.) (5 priedas 7 pav.). Apie fizinį aktyvumą ir sveikatą informacijos dažniau gavo pagrindinių mokyklų moksleiviai (81,1 proc.) nei vidurinių mokyklų ir gimnazijos moksleiviai (65,8 proc. ir 62,8 proc.) (5 priedas 7 pav.). O sveikos mitybos tema informacijos dažniau negavo gimnazijos moksleiviai (17,7 proc.) nei vidurinių ar pagrindinių mokyklų (9,0 proc. ir 7,5 proc.) moksleiviai. Taip pat beveik ketvirtadalis gimnazijos moksleivių (22,1 proc.) pažymėjo, kad gavo, bet nepakankamai informacijos šia tema, nei vidurinėse ar pagrindinėse mokyklose besimokantys paaugliai (18,1 proc. ir 13,2 proc.) ($\chi^2=11,191$, $lls=4$, $p<0,05$). Beveik ketvirtadalis (24,8 proc.) gimnazijos moksleivių dėl negautos informacijos apie aplinką ir jos poveikį sveikatai skundėsi dažniau nei vidurinių ar pagrindinių mokyklų moksleiviai (15,3 proc. ir 9,4 proc.) ($\chi^2=11,410$, $lls=4$, $p<0,05$). Didesnė dalis pagrindinių mokyklų moksleivių (52,8 proc.) gavo pakankamai informacijos apie stresą ir jo valdymą nei vidurinių mokyklų ar gimnazijoje besimokantys bendraamžiai (35,1 proc. ir 26,5 proc.). 40,7 proc. gimnazijos moksleivių, 33,3 proc. vidurinių mokyklų moksleivių, 22,6 proc. pagrindinių mokyklų moksleivių pažymėjo, kad negavo informacijos apie stresą ir jo valdymą. ($\chi^2=17,287$, $lls=4$, $p<0,05$). Nepastebėti

statistiškai reikšmingi skirtumai teikiant informaciją moksleiviams apie asmens higieną bendrojo lavinimo mokyklose ($p=0,348$).

Apibendrinant galima daryti išvadą, jog moksleivių psichoemocinė savijauta nepatenkinama, nes moksleivių savijauta grįžus iš mokyklos po pamokų, parodo ne tik nepakankamai gerų mokymosi sąlygų (netinkamų patalpų, didelio mokymosi krūvio, per didelį mokinių skaičių klasėje, kenčiamą alkį mokykloje) buvimą, bet ir patyčių egzistavimą mokyklose ir informacijos stoką moksleiviams, kaip šie faktoriai veikia jų sveikatą ir savijautą ir kaip tuos faktorius galima valdyti kompleksinėmis priemonėmis (moksleivių, mokytojų ir mokyklų vadovų pastangomis).

3.2. Tiriamieji mokytojai ir jų charakteristika

Tyrime dalyvavo 122 mokytojai ir tai atitinkamai sudarė 81,1 proc. moterų ir 18,9 proc. vyrų. (5 priedas 8 pav.) Dauguma (83,6 proc.) apklaustų mokytojų turi aukštąjį pedagoginį išsilavinimą, o 16,4 proc. turi kitokį išsilavinimą. Daugiau nei pusė (54,1 proc.) pedagogų turi auklėjamąją klasę, o 45,9 proc. apklaustų pedagogų jos neturi. Vidutinis apklaustų mokytojų mažiausias vidurkis - 45,89 metai. Pedagogų amžiaus vidurkis pagrindinėse mokyklose 46,84 metai, vidurinėse mokyklose - 44,22 metai, o gimnazijoje - 47,14 metų. Vidutinis darbo stažas dirbant pedagoginį darbą - 21,56 metai, o vidutiniškai išdirbo dabartinėje mokykloje - 13,75 metų.

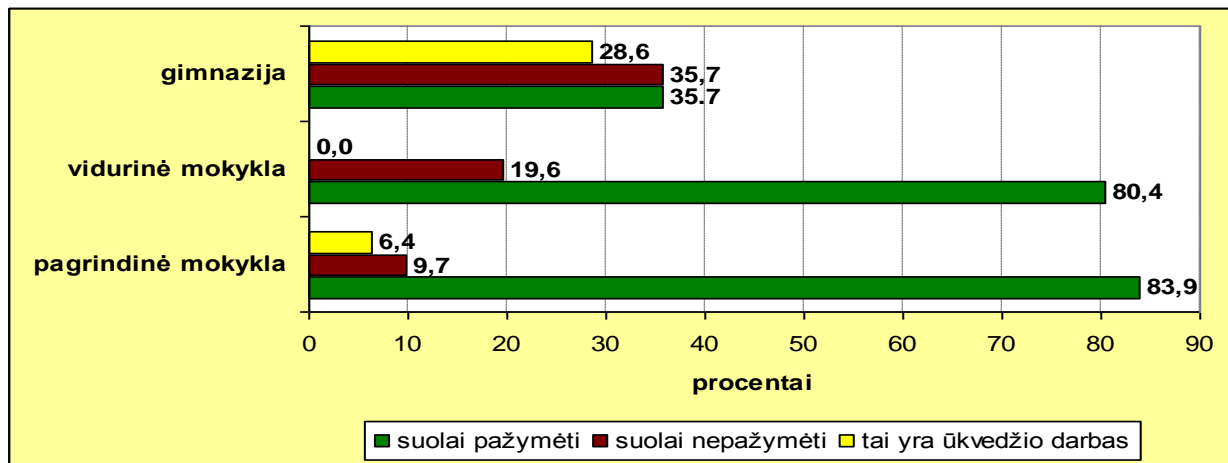
3.2.1. Mokytojų nuomonė apie mokyklos aplinkos formavimą

Pagal Lietuvos Respublikos Švietimo įstatymą, mokytojas turi teisę dirbti savitarpio pagarba grįstoje, psichologiškai, dvasiškai ir fiziškai saugioje aplinkoje, turėti higienos reikalavimus atitinkančią ir tinkamai aprūpintą darbo vietą ir mokytojai turi užtikrinti ugdomų mokinių saugumą, geros kokybės ugdymą (15). Todėl labai svarbu įvertinti, ar mokytojai taip pat yra patenkinti mokyklos aplinka, ar rūpinasi sveikos ir saugios moksleiviams mokyklos aplinkos kūrimu, ar dalyvauja šiame procese.

Mokytojų atsakymai į klausimą „Ar jiems svarbi mokyklos fizinė aplinka?“ pasiskirstė sekančiai: 95,1 proc. mokytojų atsakė, jog svarbi, 4,9 proc. – šiek tiek svarbi. Statistinio reikšmingumo vertinant mokyklos aplinkos svarbą pagal mokyklos tipą, nenustatyta ($p=0,613$).

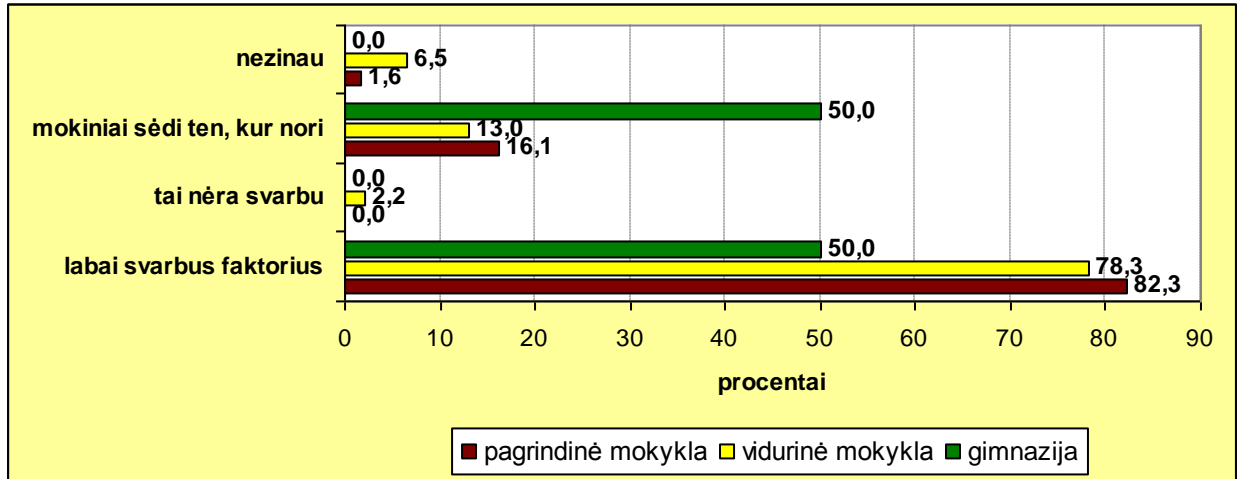
Pagrindinių mokyklų mokytojų didesnė dalis (83,9 proc.) dažniau teigė, jog jų klasėse suolai sužymėti negu vidurinių mokyklų ir gimnazijos mokytojai (atitinkamai 80,4 proc. 35,7

proc.). Gimnazijos klasėse buvo daugiau nei ketvirtadalis (28,6 proc.) mokytojų, kurie manė, kad suolų žymėjimas yra ūkvedžio reikalas, o pagrindinėse mokyklose taip manančių buvo 6,4 proc. Respondentų pasiskirstymas pateiktas 20 pav.



20 pav. Respondentų pasiskirstymas vertinant suolų žymėjimą gimnazijoje, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=22,088$, $lfs=4$, $p<0,0005$)

Panašūs rezultatai buvo gauti, išanalizavus mokytojų nuomonę apie suolų žymėjimą ir mokinių sėdėjimą juose pagal ūgį, regos ir klausos pažeidimus. Didesnė dalis pagrindinių mokyklų mokytojų (82,3 proc.) dažniau teigė, kad suolų žymėjimas ir mokinių sėdėjimas pagal ūgį, klausos ar regos pažeidimus yra labai svarbus faktorius, negu taip pat manė vidurinėse mokyklose ir gimnazijose apklausti dirbantys mokytojai (atitinkamai 78,3 proc. ir 50,0 proc.). Pusė gimnazijos mokytojų (50,0 proc.) dažniau teigė, jog mokiniai sėdi ten, kur nori. Tokios pat nuomonės laikėsi 16,1 proc. pagrindinių ir 13,0 proc. vidurinių mokyklų mokytojų. Dalis vidurinių ir pagrindinių mokyklų (6,5 proc. ir 1,6 proc.) mokytojų nurodė, jog neturi nuomonės apie šį veiksni, įtakojantį moksleivių sveikatą. Respondentų pasiskirstymas pavaizduotas 21 pav.



21 pav. Respondentų pasiskirstymas vertinant mokytojų nuomonę apie suolų žymėjimą ir mokinių sėdėjimą juose pagal sveikatos pažeidimus gimnazijoje, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=13,940$, $l/s=6$, $p<0,05$)

Nors didesnė dalis (77,0 proc.) mokytojų ir manė, jog suolų žymėjimas yra labai svarbus faktorius, tačiau tik 23,0 proc. mokinių sėdėjo suoluose, tinkamuose pagal ūgį. 57,6 proc. moksleivių nurodė, jog sėdi ten, kur patinka, o 18,9 proc. mokytojų nurodė, jog moksleiviai neklauso nurodymų ($\chi^2=112,389$, $l/s=3$, $p<0,0005$). Moksleiviai anketoje nurodė, kad daugiausia informacijos apie sėdėjimą tinkamuose suoluose gavo iš dalyko mokytojų (24,8 proc.), klasės auklėtojo - 23,8 proc., niekas nepaaiškino net 23,7 proc. moksleivių, sveikatos priežiūros specialistas mokykloje suteikė tokią informaciją tik 11,3 proc. moksleivių, gydytojas rekomendavo 9,7 proc. apklaustųjų, o gavo informaciją iš visų nurodytų šaltinių - 6,7 proc. respondentų. Taigi galima daryti prielaidą, kad moksleiviams trūksta informacijos apie sėdėjimo netinkamuose suoluose pasekmes jų sveikatai, nors ir mokytojų suvokimas apie šio faktoriaus poveikį moksleivių sveikatai yra didelis.

Gimnazijoje apklaustų mokytojų didesnė dalis (71,4 proc.) dažniau teigė, jog suolus klasėse stato taip, kad tilptų mokiniai klasėse nei pagrindinėse ir vidurinėse mokyklose apklausti mokytojai (atitinkamai 25,8 proc. ir 21,7 proc.). Didesnė dalis (14,3 proc.) gimnazijos mokytojų nesivadovavo HN 21:2005 reikalavimais nei pagrindinių ir vidurinių mokyklų mokytojai (po 6,5 proc.). Vidurinėse mokyklose mokytojai dažniau vadovavosi šiuo higienos reikalavimu (71,7 proc. ($\chi^2=16,631$, $l/s=4$, $p<0,05$)).

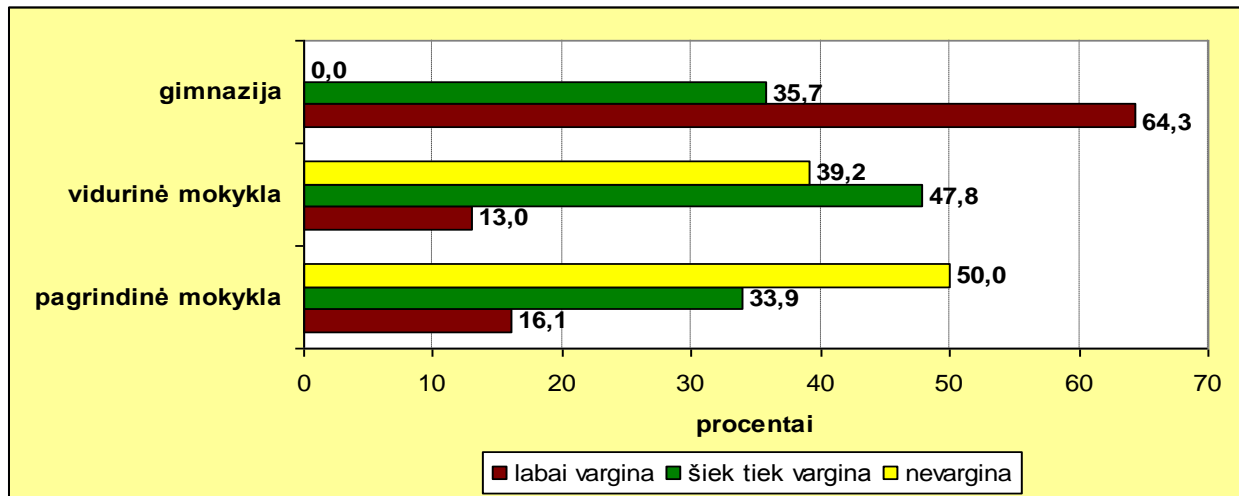
Analizuojant mokytojų atsakymus apie darbo vietas prie kompiuterio įrengimo reikalavimus, statistiškai reikšmingų skirtumų tarp bendrojo lavinimo mokyklose apklaustų mokytojų nuomonės, nepastebėta ($p>0,05$).

Mokytojų buvo paprašyta įvertinti apšvietimą klasėse. Respondentų nuomonė pasiskirstė sekančiai: 54,9 proc. mokytojų nuomone apšvietimas buvo geras, 36,9 proc. – pakankamai geras, nepakankamas - 7,4 proc., o blogas 0,8 proc. apklaustų mokytojų.

Gimnazijos mokytojų didesnioji dalis (78,6 proc.) dažniau teigė, jog jų klasėse apšvietimas pakankamai geras nei vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose (39,1 proc. ir 25,8 proc.) dirbantys pedagogai. Nepakankamu ir blogu apšvietimu klasėse dažniau skundėsi taip pat gimnazijos mokytojai (atitinkamai 14,3 proc. ir 7,1 proc.) nei vidurinių ar pagrindinių mokyklų mokytojai (8,7 proc. ir 4,8 proc.) (5 priedas 9 pav.). Nepakankamas apšvietimas daugiau kėlė nepatogumų gimnazijos mokytojams, nes klasėje buvo per tamsu (dalis lempų perdegusios) net 71,4 proc. atvejų, nei vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose (42,9 proc. ir 14,3 proc.). Birbiančios lempos dažniau vargino pagrindinių mokyklų mokytojus (42,9 proc.) nei vidurinių mokyklų (35,7 proc.). Beveik kas ketvirtas vidurinių mokyklų (42,9 proc.), kas trečias gimnazijos ir pagrindinių mokyklų mokytojas norėtų, kad lepos šviestų ryškiau (po 28,6 proc.). Nepatogumų nekėlė nepakankamas apšvietimas tik daugiau kaip trečdaliui pagrindinių mokyklų mokytojų. ($\chi^2=19,904$, $lls=6$, $p<0,05$).

Pagal HN 21:2005 reikalavimus, mokykloje klasės ir mokymo kabinetai turi būti vėdinamos per pertraukas, kuomet nėra mokinių. Šio reikalavimo laikėsi 82,6 proc. mokytojų, 14,0 proc. klases vėdino nuolat, o 3,4 proc. apklaustų mokytojų, klases vėdino per pamokas. Nenustatyta statistiškai reikšmingų skirtumų, vertinant klasių vėdinimą pagal mokyklos tipą ($p=0,821$).

Respondentų buvo paprašyta nurodyti, ar juos vargina klasėje per didelis mokinių skaičius. Beveik du trečdaliai gimnazijos mokytojų (64,3 proc.) dažniau teigė, jog juos labai vargino klasėje buvęs per didelis mokinių skaičius nei pagrindinių ir vidurinių mokyklų mokytojus (atitinkamai 16,1 proc. ir 13,0 proc.). Pusė pagrindinių mokyklų mokytojų (50,0 proc.) nesiskundė dėl šio sunkumo. Šiek tiek vargino per didelis mokinių skaičius klasėje beveik du ketvirtadalius (47,8 proc.) vidurinių mokyklų mokytojus dažniau nei gimnazijos ir pagrindinių mokyklų mokytojus (atitinkamai 35,7 proc. ir 33,9 proc.). Šis skirstinys pateiktas 22 pav.



22 pav. Respondentų pasiskirstymas vertinant mokytojų nuomonę apie mokinių skaičių klasėje pagal mokyklos tipą ($\chi^2=23,413$, $lls=4$, $p<0,0005$)

Tyrimo duomenys parodė, jog tiek mokiniai, tiek mokytojai pakankamai tolerantiškai reagavo į mokyklos triukšmą. Mokytojai, paprašyti nurodyti, ar juos vargina didelis triukšmas mokykloje, atsakymų procentinis pasiskirstymas buvo toks: 51,6 proc. nurodė, jog triukšmas šiek tiek vargina, 26,3 proc. – nevargina, o labai vargina 22,1 proc. apklaustų mokytojų. Tačiau statistiškai reikšmingų skirtumų vertinant triukšmą įvairiose mokyklose, nepastebėta ($p=0,805$). Taip pat nenustatyta statistiškai patikimų skirtumų, įvertinus mokytojų nuomonę apie varginančias netinkamas patalpas ($p=0,057$) ir nuomonę apie mokykloje sudarytas saugias ir sveikas mokymas mokymosi sąlygas pagal mokyklos tipą ($p=0,141$).

Vertinant mokytojų požiūrį apie suolų žymėjimą klasėse pagal nustatytus HN 21:2005 reikalavimus, galima daryti išvadą, jog ne visiems mokytojams rūpi ne tik teisės akto reikalavimų vykdymas, bet ir moksleivių sveikatos būklės kitimas. Taip pat per mažos klasės kai kurių bendrojo lavinimo mokyklų mokytojams neleidžia vadovautis suolų klasėje išdėstymo reikalavimais pagal HN 21:2005. Tai taip pat daro įtaką moksleivių sveikatai ir savijautai. Moksleivių nepakankamas informuotumas apie sėdėjimo netinkamuose suoluose pasekmes jų sveikatai, leidžia daryti prielaidą, kad šis faktorius didina sergamumą laikysenos sutrikimais, skolioze Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklose. Nors daugiau kaip du trečdaliai mokytojų, suvokė šio faktoriaus poveikį moksleivių sveikatai, tačiau nėra kreipiamas didelis dėmesys, kad šio faktoriaus keliama rizika moksleivių sveikatai būtų mažinama. Daugiau kaip pusė apklaustų pedagogų mokyklų apšvietimą įvertino kaip gerą. Tiek mokytojams, tiek moksleiviams nepasitenkinimą kėlė tos pačios priežastys (birbiančios lempos, per tamsu). Šioms

priežastims pašalinti nereikia didelių investicijų, o nauda tiek mokytojams, tiek mokiniams būtų akivaizdi. Klasės vėdinamos pagal HN 21:2005 reikalavimus (per pertraukas, kai nėra mokinių), tačiau ne visuomet prisilaikoma šių reikalavimų, todėl vėdinant klases nuolat (per pamokas) ypač šaltuoju metų periodu, padidėja galimybė moksleiviams susirgti peršalimo ligomis. Tačiau nevėdinant patalpų, galimi kiti sveikatos sutrikimai (galvos skausmai, svaigimas). Mokytojams nepatogumus kėlė ne tik kai kurie mokyklos aplinkos aspektai, bet ir netinkamas klasių komplektavimas – per didelis mokinių skaičius klasėje. Tačiau triukšmą didesnė dalis mokytojų įvardino tik kaip šiek tiek varginantį sunkumą.

3.2.2. Mokytojų nuomonė apie ugdymą bei psichologinį klimatą mokykloje

Šio tyrimo rezultatai parodė, jog labiausiai moksleivius vargino per didelis mokymosi, krūvis. Tačiau mokytojai turi galimybę mokymosi krūvius mažinti. Todėl mokytojų, paklaustų, ar ieškojo kokių nors būdų mokiniams mokymo krūviui sumažinti, atsakymai pasiskirstė sekančiai: 78,7 proc. apklaustų mokytojų ieškojo būdų krūviui sumažinti, 14,8 proc. manė, jog tai nėra jų kompetencijoje ir 6,5 proc. neieškojo būdų krūviui sumažinti. Tačiau statistiškai patikimų skirtumų vertinant mokytojų atsakymus pagal mokyklos tipą, lytį, darbo stažą nenustatyta. ($p>0,05$)

Kadangi moksleivių anketinių duomenų analizė parodė, jog didesnė dalis moksleivių (70,3 proc.), grįžusių iš mokyklos nurodė, jog jautėsi pavargusiais, todėl buvo pabandyta nustatyti ryšį tarp moksleivių nuovargio ir mokytojų pastangų moksleivių krūviui sumažinti. Nors 78,7 proc. mokytojų nurodė, jog bando ieškoti būdų krūviui sumažinti, tačiau vis tiek didesnė dalis (70,3 proc.) moksleivių jautėsi pavargusiais. 14,8 proc. mokytojų pareiškė, kad krūvio mažinimas nėra jų kompetencijoje, o 6,5 proc. nurodė, kad neieško būdų, todėl 21,2 proc. apklaustų moksleivių nurodė, jog turi sveikatos nusiskundimų, o gerai jaučiasi tik 8,5 proc. respondentų moksleivių ($\chi^2=34,415$, $lls=5$, $p<0,0005$).

Mokytojai buvo paprašyti įvertinti, ar juos vargino blogas pamokų tvarkaraštis, t.y. daug „langų“, jų nuomonė pasiskirstė sekančiai: 56,6 proc. teigė, jog jų nevargina šiek tiek vargina 36,9 proc., o labai vargina 6,5 proc. apklaustų pedagogų. Analizuojant mokytojų nuomonę apie šį sunkumo vertinimą bendrojo lavinimo mokyklose, pastebėta, jog didesnė dalis pagrindinėse mokyklose dirbusių pedagogų (61,3 proc.) dažniau teigė, jog jų nevargino šis sunkumas, o šiek tiek vargino pusę gimnazijos pedagogų (50,0 proc.). Labai vargino šis sunkumas 28,6 proc.

gimnazijos mokytojų, o pagrindinių ir vidurinių mokyklų mokytojus atitinkamai 4,8 proc. ir 2,2 proc. ($\chi^2=16,231$, $lls=4$, $p<0,05$).

Įvairių priemonių- vadovėlių, audio, video ir kitų priemonių trūkumas taip pat labai vargino dažniau gimnazijos mokytojus (21,4 proc.) nei pagrindinių ar vidurinių mokyklų mokytojus (16,1 proc. ir 2,2 proc.). Geriausiai mokymo priemonėmis aprūpinti vidurinių mokyklų mokytojai, nes net 60,9 proc. šių mokyklų mokytojų pažymėjo, kad jų nevargina ši problema ($\chi^2=13,821$, $lls=4$, $p<0,05$).

Daugiau nei pusė (53,3 proc.) Pasvalio rajono mokytojų teigė, jog jų nevargino netinkamos patalpos mokykloje, šiek tiek vargino 37,7 proc. mokytojų, o labai vargino 9,0 proc. pedagogų. Statistiškai patikimų skirtumų vertinant mokytojų nuomonę apie šiuos sunkumus įvairiose bendrojo lavinimo mokyklose, nenustatyta.

Daugiau nei pusė apklaustųjų mokytojų rajono mokyklose (54,9 proc.) teigė, jog šiek tiek domėjosi, ką jų mokiniai veikė per „langus“. Beveik vienam trečdaliui (32,8 proc.) mokytojų buvo labai svarbu, kokia veikla užsiėmė jų auklėtiniai. Kad neturėjo tam laiko arba labai domėjosi, bet neturėjo tam laiko - taip atsakė atitinkamai 9,8 proc. ir 2,5 proc. respondentų mokytojų. Statistiškai patikimo ryšio tarp mokytojų domėjimosi vaikų užimtumu rajono mokyklose, nenustatyta.

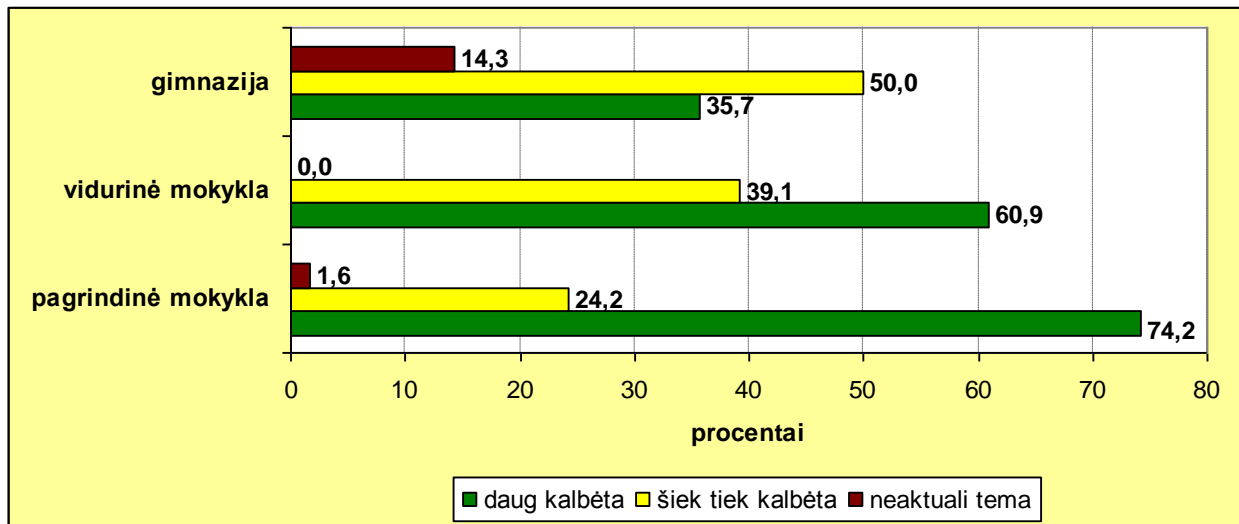
Psichologiniam klimatui mokykloje turi eilę faktorių. Vienas iš jų- patyčios mokykloje. Mokytojų buvo paprašyta atsakyti į klausimą „Ar pastebite mokykloje patyčias?“. Atsakymai pasiskirstė sekančiai: 61,5 proc. atsakė, jog yra patyčios, nėra - 20,5 proc., o nežino, ar jos yra - 18 proc. mokytojų. Beveik trys ketvirtadaliai (71,1 proc.) apklaustų pedagogų nurodė, jog mokyklose daugiau tų moksleivių, kurie tyčiojasi. O mokyklose buvo daugiau tų moksleivių, iš kurių tyčiojasi – taip manė 19,3 proc. pedagogų. 9,6 proc. respondentų manė, jog besityčiojusių ar patyčias kentusių vaikų nėra. Statistiškai reikšmingų skirtumų vertinant patyčių buvimą rajono mokyklose, nenustatyta.

Galima daryti išvadą, kad Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklų dauguma pedagogų ieško galimybių sumažinti mokymosi krūvius, tačiau dar palyginti didelė dalis pedagogų neieško tokių būdų, taip pat nelabai domisi ir moksleivių veikla per „ langus“ ar po pamokų, apsibrėždami savo kompetencijos ribomis arba pasiteisindami laiko stoka. Gimnazijos mokytojų didesnė dalis teigė, jog juos labai vargino blogas pamokų tvarkaraštis, mokymo priemonių trūkumas. Tačiau netinkamos patalpos didesniosios dalies Pasvalio rajone apklaustų

mokytojų nevargino. Mokytojų, kaip ir mokinių, nuomone, mokyklose patyčių egzistavimas sudaro prielaidas blogai ne tik moksleivių savijautai, bet ir apskritai, blogam mokyklos psichologiniam klimatui.

3.2.3. Mokytojų nuomonė apie moksleivių informuotumą sveikatinimo temomis

Norint pasiekti, kad moksleiviai saugotų savo sveikatą, bandytų išvengti arba sumažinti neigiamai veikiančių veiksnių poveikį jų sveikatai, būtina moksleiviams teikti informaciją apie mokyklos aplinkos įtaką sveikatai, tinkamo darbo ir poilsio režimo buvimą ir panašiai. Daugiausia informacijos apie asmens higieną gavo pagrindinių mokyklų moksleiviai, nes beveik trys ketvirtadaliai šių mokyklų mokytojų dažniau teigė, jog šia tema daug kalbėjo nei vidurinių mokyklų ir gimnazijos mokytojai (atitinkamai 60,9 proc. ir 35,7 proc.). Septintadalis (14,3 proc.) gimnazijos mokytojų manė, jog asmens higienos tema neaktuali. Pusė gimnazijos mokytojų (50,0 proc.) dažniau nei vidurinių ar pagrindinių mokyklų mokytojų (atitinkamai 39,1 proc. ir 24,2 proc.) teigė, jog šiek tiek kalbėjo šia tema. Respondentų pasiskirstymas pateiktas 23 pav.



23 pav. Respondentų pasiskirstymas vertinant mokytojų nuomonę apie teiktą informaciją moksleiviams asmens higienos klausimais pagal mokyklos tipą ($\chi^2=15,285$, $l/s=4$, $p<0,05$)

Analizuojant moksleivių atsakymus, atsižvelgiant į sveikatinimo temas ir į moksleivių nuomonę apie gautą informacijos kiekį, pastebėta, kad moksleiviai ne visomis sveikatinimo temomis gavo pakankamai informacijos, o kai kuriomis iš jų visai negavo. Todėl buvo svarbu pabandyti nustatyti ryšį tarp mokytojų teiktos informacijos sveikatinimo temomis ir moksleivių gautos informacijos kiekio įvertinimą. Mokytojų nuomonės apie teiktos informacijos kiekį ir

aktualumą ir moksleivių nuomonės apie gautos informacijos kiekį, ryšys ir atsakymų procentinis pasiskirstymas pateiktas 3 lentelėje.

3 Lentelė. Mokytojų atsakymų į klausimą „Ar Jūs mokiniams teikiate informaciją, kalbatės šiomis temomis?“ ir moksleivių atsakymų į klausimą „Ar gavote informacijos šiomis temomis“ procentinis pasiskirstymas ir reikšmingumas

Tema	Daug kalbėta (proc.)	Gavau pakankamai (proc.)	Šiek tiek kalbėta (proc.)	Gavau nepakankamai (proc.)	Neaktuali tema (proc.)	Negavau (proc.)	Reikšmingumas
Asmens higiena	64,8	77,1	32,8	15,9	2,4	7,0	$\chi^2=102,673$, $lks=2$, $p<0,0005$
Darbo ir poilsio režimas	63,1	57,0	34,4	25,8	2,5	17,2	$\chi^2=58,303$, $lks=2$, $p<0,0005$
Fizinis aktyvumas ir sveikata	56,6	69,7	41,0	17,3	2,4	13,0	$\chi^2=70,947$, $lks=2$, $p<0,0005$
Sveikamityba	55,7	70,6	42,6	17,9	1,7	11,5	$\chi^2=66,315$, $lks=2$, $p<0,0005$
Aplinka ir sveikata, poveikis sveikatai	43,5	60,9	48,3	23,3	8,2	15,8	$\chi^2=18,674$, $lks=2$, $p<0,0005$
Stresas ir jo valdymas	51,6	37,9	47,6	29,7	0,8	32,4	$\chi^2=51,328$, $lks=2$, $p<0,0005$

Atkreiptinas dėmesys, kad didesnioji dalis (51,6 proc.) mokytojų nurodė, jog daug kalbėjo su moksleiviais apie stresą ir jo valdymą, o 32,4 proc. moksleivių nurodė, jog tokios informacijos negavo. Taip pat labai įdomu tai, kad 8,2 proc. apklaustų mokytojų manė, jog tema aplinka ir sveikata, poveikis sveikatai nėra aktuali ir 15,8 proc. moksleivių apie žinių negavo. Daliai mokytojų (2,4 proc.) atrodė, neaktualios ir asmens higienos, tinkamo poilsio ir darbo režimo, fizinio aktyvumo temos. Šiomis temomis atitinkamai žinių stoka skundėsi 7,0 proc., 17,2 proc. ir 13,0 proc. moksleivių. Nors daugiau nei pusė (55,7 proc.) mokytojų teigė, jog apie sveiką mitybą daug kalbėjo, tačiau 11,5 proc. moksleivių pažymėjo, jog apie tai nekalbėta ir žinių neturi.

Apibendrinant galima daryti išvadą, jog mokytojai su moksleiviais kalba įvairiomis sveikatinimo temomis, tačiau moksleiviai nevisada patenkinti savo turimų žinių bagažu. Nepakankamas mokytojų požiūris į kai kurias sveikatinimo temas leidžia teigti, kad mokiniams

trūkstantų žinių spragą sunku užpildyti ir moksleiviai, nežinodami apie jų sveikatai įtaką darančių veiksnių poveikį, nesugeba jų išvengti.

3.3. Tiriamieji mokyklų vadovai ir jų charakteristika

Anketinėje apklausoje dalyvavo 33 bendrojo lavinimo mokykloms vadovaujantys asmenys: direktoriai, pavaduotojai ir tai atitinkamai sudarė du trečdalius (66,7 proc.) moterų ir vienas trečdalis (33,3 proc.) vyrų. (5 priedas 10 pav.) Vidutinis bendras darbo stažas -19,82 metai, o darbo stažas dabartinėje mokykloje – 9,73 metai. Pagrindinėms mokykloms vadovujančių asmenų amžiaus vidurkis- 48,76 metai, vidurinių mokyklų vadovų – 45,00 metai, o gimnazijos - 46,67 metai. Daugumos (84,8 proc.) bendrojo lavinimo mokyklų vadovų išsilavinimas – aukštasis pedagoginis, o 15,2 proc. apklausoje dalyvavusių vadovų išsilavinimas - aukštesnysis.

3.3.1. Mokyklų vadovų nuomonė apie mokyklos aplinką

Švietimo įstatyme numatyta, jog mokyklų vadovai turi užtikrinti sveiką, saugią, užkertančią kelią bet kokioms smurto, prievartos apraiškoms bei žalingiems įpročiams, aplinką (15). Todėl labai svarbu sužinoti mokyklų vadovų nuomonę apie saugios ir sveikos mokyklos aplinkos formavimą.

Pagal HN 21:2005 reikalavimus, moksleivių skaičius mokykloje turi atitikti mokyklos projektinius skaičiavimus. Pasvalio rajono vidurinių mokyklų vadovų didesnė dalis (76,9 proc.) teigė, jog mokinių skaičius mokykloje atitinka projektinius skaičiavimus. Gimnazijos vadovai nežinojo, ar moksleivių skaičius neviršija projekte numatyto skaičiaus moksleivių. Tačiau trečdalis (33,3 proc.) apklaustų vidurinių mokyklų vadovų teigė, jog mokinių mokykloje per daug ($\chi^2=16,143$, $lls=6$, $p<0,05$).

Moksleivių anketų rezultatų duomenimis, net 85,5 proc. apklausoje dalyvavusių moksleivių nurodė, jog jiems yra svarbus saugumas jos teritorijoje, nesvarbus - 7,0 proc. moksleivių, o nežino - 7,5 proc. Beveik kas ketvirtas moksleivis pastebėjo, jog mokyklos teritorijoje lankosi pašaliniai asmenys, važinėja automobiliai, laksto palaidi šunys. Todėl mokyklų vadovų buvo paprašyta pareikšti nuomonę apie mokyklos teritorijos aptvėrimą tvora ar apželdinimą, nes 2009 m. VVSPT duomenimis, Pasvalio rajone 46 proc. patikrintų mokyklų teritorijų nebuvo aptvertos tvora ar apželdintos gyvatvore. Beveik pusė (45,5 proc.) mokyklų

vadovų pareiškė, jog tvora yra būtina, kad būtų užtikrintas mokinių ir mokytojų saugumas, daugiau nei ketvirtadalis (27,3 proc.) vadovų manė, jog tvora neišspręs jokių problemų, 18,2 proc. vadovų pareiškė, jog tai tėra nurodymas „iš viršaus“, 9,0 proc. nurodė, jog tvoromis aptvėrė mokyklos teritorijas ($\chi^2=53,014$, $lls=3$, $p<0,0005$). Statistiškai patikimų skirtumų, vertinant mokyklų nuomonę apie mokyklos teritorijos aptvėrimą pagal mokyklos tipą, nenustatyta.

Mokyklų vadovų požiūrį į mokykloje sveikų sąlygų sudarymą iš dalies atskleidė atsakymų į klausimą „Kaip sprendžiate problemą, kuomet mokytojai nesitikrina sveikatos ir nepristato reikiamų dokumentų?“ rezultatai, kurie pateikti 4 lentelėje.

4 Lentelė. Atsakymų į klausimą „Kaip sprendžiate problemą, kuomet mokytojai nesitikrina sveikatos ir nepristato reikiamų dokumentų?“ procentinis pasiskirstymas

Mokyklos tipas	Kaip sprendžiate problemą, kuomet mokytojai nesitikrina sveikatos ir nepristato reikiamų dokumentų?						Reikšmingumas		
	Sveikatos tikrinimasis nėra svarbus dalykas		Duodamas terminas sveikatai patikrinti		Iš viso		χ^2	lls	p
	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.			
Gimnazija	2	66,7	1	33,3	4	100	9,864	2	0,007
Vidurinė mokykla	3	23,1	10	76,9	13	100			
Pagrindinė mokykla	0	0	21	100	21	100			

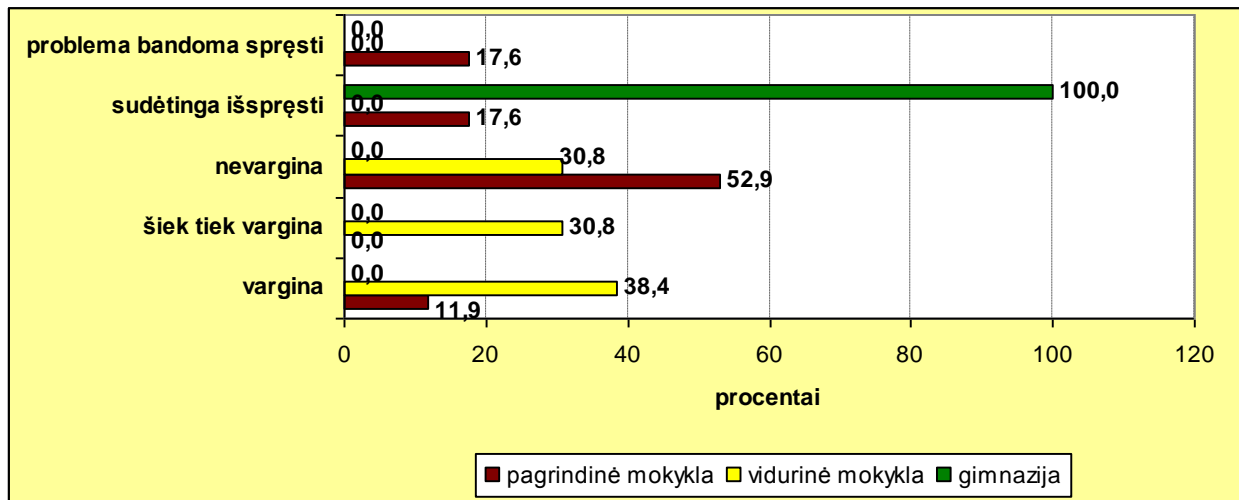
Rezultatai parodė, jog yra mokyklų vadovų, kuriems mokytojų sveikatos patikrinimas nėra svarbus dalykas, mokykloje gali būti sudaromos sąlygos plisti užkrečiamosioms ligoms, tokios kaip tuberkuliozė, ir sudaryti nepalankias sąlygas moksleivių sveikatai. Mokytojų anketinių duomenų analizė parodė, kad 82,0 proc. apklaustų mokytojų savalaikiai tikrinasi sveikatą, nesitikrina tik 4,9 proc., o patikrina tik gavę priminimą 13,1 proc. mokytojų. Išreikštas mokytojų požiūris į sveikatos tikrinimąsi taip pat parodo, jog ši profilaktinė priemonė nėra jiems svarbi.

HN 21:2005 yra eilė reikalavimų, keliamų mokymo kabinetams (chemijos, technologijų, medžio ir metalo dirbtuvėms), kurie mokyklose yra sunkiai įgyvendinami. Mokyklų vadovų nuomonė apie šiuos reikalavimus pasiskirstė sekančiai: dviem trečdaliams (66,7 proc.) vadovų reikalavimai mokymo kabinetams yra labai svarbūs ir užtikrina sveikas ir saugias mokymosi sąlygas. Priešingai manė, jog tie reikalavimai prasilenkia su realybe, 21,2 proc. mokyklų vadovų

ir 9,1 proc. apklaustų vadovų nemanė, kad tie reikalavimai užtikrina saugias ir sveikas mokymosi sąlygas. 3 proc. vadovų prisilaikė kitos nuomonės. Tačiau statistiškai patikimų skirtumų tarp gimnazijos, vidurinių ir pagrindinių mokyklų vadovų nenustatyta.

Mokyklų vadovai turi pačią didžiausią galimybę suformuoti palankią moksleivio sveikatai darbo vietą prie kompiuterio. 2009 m. net 87,5 proc. patikrintų mokyklų buvo netinkamai įrengta kompiuterizuoto mokymo vieta ir kėdės konstrukcija neatitiko ergonomikos reikalavimų (32). Netinkama kūno padėtis sėdint, negerai parinkta sėdėjimo vieta klasėje gali lemti įvairius sveikatos sutrikimus. Mūsų tyrimo rezultatai parodė, jog kai kurie darbo vietos prie kompiuterio reikalavimai, nurodyti HN 21:2005, mokyklos vadovams yra labai svarbūs: 93,9 proc. apklaustų vadovų manė, kad labai svarbus ekrane matomo vaizdo ryškumas, atstumas nuo vaizduoklio (90,9 proc.), filtravimo priemonių įdiegimas (81,3 proc.), sėdėjimas po vieną prie kompiuterio (75,8 proc.). Tačiau šiek tiek mažiau svarbus reikalavimas daugiau nei dviem trečdaliams (69,7 proc.) vadovų buvo darbo vietos erdvės prie kompiuterio ir klaviatūros ir pelės padėties viename aukštyje reikalavimai. Tačiau moksleivių savijauta po informatikos pamokų parodo, jog vadovų nuomonė ir daromi darbai, siekiant geros moksleivių savijautos, skiriasi. Iš turinčių sveikatos nusiskundimų po informatikos pamokų, 25,6 proc. moksleivių skaudėjo akis, 16,1 proc. – galvą, 10,4 proc. – nugarą, 5,5 proc. turėjo kitokių nusiskundimų, jų neturėjo 42,4 proc. apklaustųjų. Statistiškai patikimų skirtumų vertinant mokyklų vadovų nuomonę apie darbo vietų prie kompiuterio įrengimą pagrindinėse, vidurinėse mokyklose ir gimnazijoje, nenustatyta.

Mokyklų vadovų buvo paprašyta įvertinti juos varginančias problemas mokykloje. Daugiau nei pusė (52,9 proc.) pagrindinių mokyklų vadovų dažniau teigė, jog jų nevargino sporto aikštynų nebuvimas nei vidurinių mokyklų vadovų (30,8 proc.). Daugiau nei trečdalį (38,4 proc.) vidurinių mokyklų vadovų vargino minėta problema. Gimnazijos vadovams sporto aikštynų nebuvimas - problema, kurią sudėtinga išspręsti. Respondentų nuomonės apie sporto aikštynų nebuvimo problemą pasiskirstymas pateiktas 24 pav.



24 pav. Respondentų nuomonės pasiskirstymas dėl sporto aikštynų nebuvimo gimnazijoje, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=27,784$, $l/s=8$, $p<0,05$).

Persirengimų kambarių, atitinkančių higieninio teisės akto reikalavimus, įrengimas vidurinių mokyklų vadovų didesniąją dalį (38,5 proc.) vargina dažniau nei pagrindinių mokyklų vadovus. Beveik du trečdaliai (64,7 proc.) pagrindinių mokyklų vadovai teigė, jog jų nevargina ši problema. O gimnazijos vadovai teigė, jog šią problemą sudėtinga spręsti ir bandoma spręsti (66,7 proc. ir 33,3 proc.) ($\chi^2=18,786$, $l/s=8$, $p<0,05$). Nors 70,6 proc. pagrindinių mokyklų vadovų teigė, jog jų nevargina dušų, tualetų prie persirengimo kambarių nebuvimas, tačiau moksleivių apklausa parodė, kad 87,2 proc. pagrindinių mokyklų moksleiviai nespėjo pasinaudoti dušais po kūno kultūros pamokų. Daugiau kaip pusė vidurinių mokyklų vadovų (53,8 proc.) taip pat teigė, kad jų nevargina ši problema, nors daugiau kaip du trečdaliai (67,6 proc.) vidurinių mokyklų moksleivių taip pat teigė, jog nespėjo pasinaudoti dušais. Visi gimnazijos vadovai teigė, jog šią problemą bandoma spręsti ($\chi^2=39,476$, $l/s=6$, $p<0,0005$).

Gimnazijos vadovai nurodė, jog tualetų remonto problemą bandoma spręsti. Ir gimnazijos moksleiviai turėjo daugiausiai nusiskundimų šios mokyklos tualetų higienine būkle. Ši problema nevargina vidurinių mokyklų (taip teigė 61,5 proc.) ir pagrindinių mokyklų vadovų (41,2 proc.) ($\chi^2=14,658$, $l/s=6$, $p<0,05$).

Kadangi didelė dalis moksleivių buvo nepatenkinti mokyklos tualetais, tai buvo labai svarbu pabandyti nustatyti ryšį analizuojant moksleivių nepasitenkinimo priežastis mokyklų tualetais ir, ar mokyklos vadovus vargina ši problema. 47,3 proc. apklaustų moksleivių nurodė, labiausiai nepasitenkinimą kėlė asmens higienos priemonių nebuvimas, 12,2 proc. moksleivių anketose pažymėjo, karšto vandens nebuvimą, buvęs tik šaltas; tualetai seni, neremontuoti - 11,8

proc.; kabinos be durų - 7,1 proc., nevalyti, dvokiantys - 17,9 proc., per mažai veikiančių tualetų vargino 3,7 proc. moksleivių. Išanalizavus direktorių anketinius duomenis paaiškėjo, jog 45,5 proc. mokyklų vadovų teigė, jog jų nevargina ši problema. Tik 15,2 proc. mokyklų vadovų pripažino, kad ši problema mokykloje juos vargina, 12,0 proc. vadovų ši problema šiek tiek vargina; problemą bando spręsti 27,3 proc. direktorių. ($\chi^2=34,266$, $lls=6$, $p<0,0005$).

Gimnazijos moksleiviai suolų būklę įvertinę patenkinamai, patvirtino šios mokyklos vadovų senų mokyklinių baldų problemos aktualumą. Gimnazijos mokyklos vadovai bando šią problemą spręsti, o beveik du ketvirtadaliai (46,8 proc.) vidurinių mokyklų vadovų teigė, jog juos vargina senų mokyklinių baldų problema ($\chi^2=26,803$, $lls=8$, $p<0,05$).

Nors klasių apšvietimas gimnazijoje moksleivių nuomone, patenkinamas, o mokytojų nuomone, apšvietimas klasėse geras, gimnazijos vadovai kritiškai vertina apšvietimo problemą ir apklausoje nurodė, jog problemą bando spręsti aktyviau nei kitos mokyklos. Pagrindinių mokyklų vadovų didesnė dalis (70,6 proc.) teigė, jog šių mokyklų nevargina apšvietimo problema nei vidurinių mokyklų (38,5 proc.) vadovų ($\chi^2=36,911$, $lls=8$, $p<0,0005$).

Vertinant iš visų Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklų apklausoje dalyvavusių dešimtų klasių moksleivių nepakankamo apšvietimo sukeltą nepasitenkinimą, įdomu buvo pabandyti nustatyti ryšį tarp jo sukkelto nepasitenkinimo ir mokyklose netinkamo apšvietimo problemos identifikavimo. 34,9 proc. moksleivių teigė, jog dėl netinkamo apšvietimo skauda akys, 25,8 proc. - prastai apšviesta lenta, 37,1 proc. apklaustų moksleivių nurodė, jog birbiančios lempos truko susikaupti, o kitokių nusiskundimų turėjo 2,2 proc. moksleivių. Tačiau didesnės dalies (51,5 proc.) direktorių teigimu, ši problema jų nevargina. 21,2 proc. mokyklų vadovų pripažino, kad juos šiek tiek vargina ir 12,1 proc. teigė, kad vargina. Netinkamo apšvietimo problemą sudėtinga išspręsti 6,1 proc. apklaustų vadovų, o problemą bandė spręsti 9,1 proc. apklaustų respondentų ($\chi^2=24,777$, $lls=4$, $p<0,05$).

Beveik visa Pasvalio rajono mokyklų vadovybė nurodė, jog jų nevargina netinkamas patalpų mikroklimatas (žema oro temperatūra klasėse, prastas vėdinimas, seni, kauri langai). Tik 30,8 proc. apklaustų vidurinių mokyklų vadovų teigė, jog juos labiau vargina ši problema nei pagrindines mokyklas (5,9 proc.) ($\chi^2=16,863$, $lls=8$, $p<0,05$).

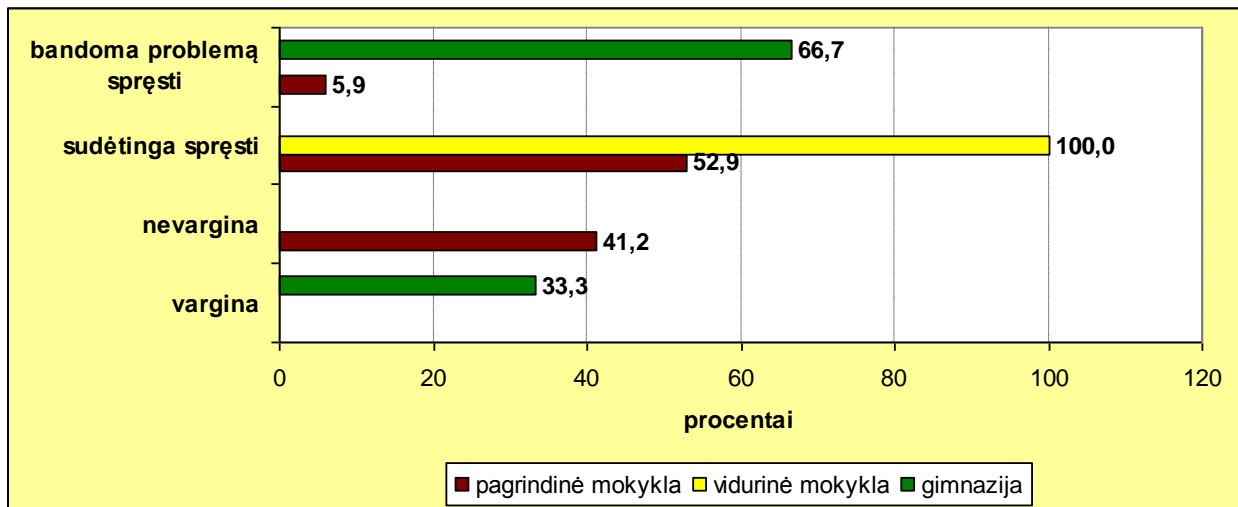
Mokyklų vadovų nuomonė apie netinkamą patalpų valymo problemą parodė, ar jie pripažįsta tai, kaip problemą ir kaip ją bando spręsti. 30,8 proc. vidurinių ir 5,9 proc. pagrindinių mokyklų apklausoje dalyvavusių vadovų pripažino, kad ši problema yra ir juos vargina. Mano,

jog šiek tiek vargina, kiek didesnis procentas pagrindinių mokyklų - 47,1 proc. ir mažiau (7,7 proc.) vidurinių mokyklų vadovų. Gimnazijos vadovai vienareikšmiškai teigė, jog jų nevargina tokia problema. Šio problemos nėra - taip manė ir 61,5 proc. vidurinių ir 23,5 proc. pagrindinių mokyklų vadovai ($\chi^2=24,963$, $lls=4$, $p<0,0005$).

Apibendrinant mokyklų vadovų nuomonę apie saugią ir sveiką mokyklos aplinką bei tokios aplinkos formavimo galimybes, galima teigti, kad ne visiems Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklų vadovams HN 21:2005 nurodyti reikalavimai mokyklos teritorijos aptvėrimui, mokymo kabinetų įrengimui, darbo vietų prie kompiuterių įrengimui yra privalomi. Mokyklos vadovų išreikšta nuomonė apie kai kurių teisės aktų reikalavimų įgyvendinimą stebina, nes moksleivių savijauta grįžus po pamokų bloga. Labai svarbu, kad mokyklų vadovai identifikuotų mokyklą varginančias problemas ir bandytų jas spręsti. Galima daryti išvadą, kad ne visose mokyklose šie darbai yra padaryti: dušinių prie sporto salių buvimas neužtikrina, kad mokiniai jais pasinaudos, būtina spręsti organizacinius dalykus: pertraukų ilginimas, higieninės būklės užtikrinimas dušuose. Tualetų higieninė būklė, asmens higienos priemonių nebuvimas, per mažai veikiančių tualetų moksleiviams kėlė nepasitenkinimą, o dalis mokyklų vadovų teigė, jog ši problema jų nevargino. Taip pat jų nevargino ir apšvietimo problemos mokyklose, nors nusiskundimų išreiškė tiek mokiniai, tiek mokytojai. Galima daryti prielaidą, kad mokyklų vadovai yra „atitrūkę“ nuo realios mokykloje suformuotos aplinkos.

3.3.2. Mokyklų vadovų nuomonė maitinimo organizavimą mokykloje

Lietuvos higienos normoje HN 21: 2005 nurodyta, mokykloje maitinimas turi būti organizuojamas pagal valgiaraščius, patvirtintus mokyklos vadovo ir nustatyta tvarka suderintus su visuomenės sveikatos centru apskrityje. Taip pat turi būti suderintas ir maisto produktų asortimentas pagal rekomenduojamų ir nerekomenduojamų maisto produktų sąrašą. VVSPT duomenimis, kasmet šio pažeidimų skaičius respublikoje mažėja, bet problema išlieka. Todėl buvo labai svarbu sužinoti mokyklų vadovų nuomonę apie maitinimo organizavimą pagal patvirtintus ir suderintus su VSC valgiaraščius. Visi vidurinių mokyklų vadovai teigė, jog šią problemą sudėtinga spręsti, o daugiau nei pusė (52,9 proc.) pagrindinių mokyklų vadovų tam pritarė. Kiek optimistiškiau problemą įvertino du trečdaliai (66,7 proc.) gimnazijos vadovų, tačiau vienas trečdalis (33,3 proc.) patikino, kad ši problema vargina ir gimnaziją. Ši problema nevargino 41,2 proc. apklaustų pagrindinių mokyklų vadovų. Šis pasiskirstymas pateiktas 25 pav.



25 pav. Respondentų nuomonės pasiskirstymas dėl maitinimo organizavimo pagal patvirtintus ir suderintus su VSC valgiaraščius gimnazijoje, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=33,549$, $lls=6$, $p<0,0005$)

Pasvalio rajono mokyklose yra užkandžių aparatai. Tačiau mokyklų vadovams atsakius į klausimą „Ar Jūsų mokykloje esančiu užkandžių aparatu naudojasi mokiniai?“, statistiškai patikimų skirtumų pagal mokyklos tipą nenustatyta.

Galima daryti išvadą, kad dalis Pasvalio bendrojo lavinimo mokyklų dešimtų klasių mokinių nepietauja mokyklose, o užkandžiauja bufetuose arba perka užkandžių aparatuose, nes nėra tinkamai organizuojamas maitinimas mokyklose - privatūs maisto tiekėjai ne visada turi pakankamai kompetencijos sudaryti tinkamus valgiaraščius ir juos suderinti su VSC pagal nustatytus reikalavimus: nediferencijuojamos porcijos pagal amžiaus grupes, sudaromi netinkamos (per didelės ar per mažos) energetinės vertės valgiaraščiai. Tai gali sukelti antsvorio ir nutukimo atsiradimą, formuojami nesveiki mitybos įpročiai. Ryškūs baltymų kiekių nukrypimai nuo normų gali įtakoti alergijų atsiradimo riziką, gaunant per mažai riebalų turinčio maisto, gali sutrikti termoreguliacijos procesai, sutrikti vitaminų, tirpių riebaluose, įsisavinimas (51). Mokyklų vadovams taip pat galbūt trūksta žinių apie maitinimo organizavimą. Todėl labai svarbu mokykloms bendradarbiauti su suinteresuotomis institucijomis, kad būtų užtikrinamas tinkamas maitinimo organizavimas.

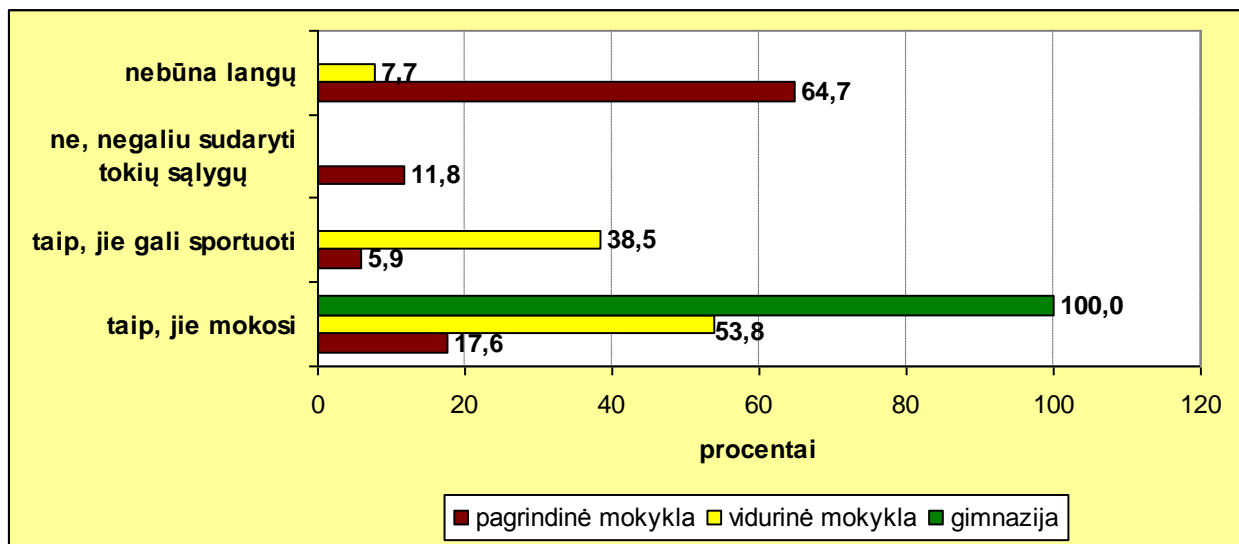
3.3.3. Mokyklų vadovų nuomonė apie ugdymo higieną mokykloje

Labai svarbi mokyklų vadovų nuomonė apie ugdymo aplinkos higieną mokykloje. Buvo paprašyta pateikti nuomonę apie pamokų tvarkaraščių sudarymą ir apie kontrolinių darbų grafiką

sudarymą. Dauguma (66,7 proc.) gimnazijos vadovų teigė, jog pamokų tvarkaraščių problemą bandoma spręsti. Ją bando spręsti ir 11,8 proc. pagrindinių mokyklų vadovų. Nors 33,3 proc. gimnazijai vadovaujančių asmenų nurodė, jog sudėtinga problemą išspręsti. Taip pat sudėtinga išspręsti ir 23,1 proc. vidurinėse ir 5,3 proc. pagrindinėse mokyklose dirbantiems vadovams ($\chi^2=19,750$, $lls=8$, $p<0,05$).

Vienas iš būdų sumažinti mokiniams mokymosi krūvį – kontrolinių darbų grafikų sudarymas. Anketinių duomenų analizė parodė, jog didesnė dalis (66,7 proc.) gimnazijos vadovų šią problemą bandė spręsti. Šią problemą bandė spręsti 30,8 proc. vidurinių ir 11,8 proc. pagrindinių mokyklų vadovai. Kontrolinių grafikų sudarymas nevargino 64,7 proc. pagrindinių ir 61,5 proc. vidurinėse mokyklose dirbančių vadovų. Nors kitiems tų pačių mokyklų vadovams ši problema atrodė sudėtingai sprendžiama (5 priedas 11 pav.).

Vadovams uždavus klausimą, „Ar Jūs sudarote galimybę mokiniams „per langus“ užsiimti kokia nors veikla, atsakymai kai kuriose mokyklose gauti labai vienareikšmiški. Gimnazijos vadovai vienbalsiai teigė, jog jų mokiniai mokosi. Didesnė dalis (53,8 proc.) vidurinių mokyklų vadovų nei pagrindinių mokyklų (17,6 proc.) teigė, jog moksleiviai per langus mokosi. Beveik du trečdaliai (64,7 proc.) pagrindinių mokyklų ir 7,7 proc. vidurinių mokyklų vadovų konstatavo, jog neturi „langų“. 38,5 proc. vidurinių ir 5,0 proc. pagrindinių mokyklų vadovų teigė, jog moksleiviai turi galimybę pasportuoti per „langus“. Respondentų atsakymų pasiskirstymas pateiktas 26 pav.



26 pav. Respondentų nuomonės pasiskirstymas apie moksleivių veiklas per „langus“ gimnazijoje, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=20,095$, $lls=6$, $p<0,05$)

Nors moksleiviai per „langus“, kai nėra pamokos, užsiima sau tinkama veikla, buvo svarbu įvertinti, ar mokyklų vadovai sudaro galimybę moksleiviams „per langus“ užsiimti kokia nors veikla ir kokią veiklą moksleiviai pasirenka. Dauguma moksleivių (46,8 proc.) bendrauja su draugais, 17,6 proc. nurodė, jog užkandžiauja, 16,7 proc. – ilsisi, nieko neveikia 8,8 proc., mokosi tik 8,5 proc. moksleivių ir viską daro po truputį - 1,6 proc. Direktorių nuomonės pasiskirstymas buvo kiek kitoks: 39,4 proc. pareiškė, jog moksleiviai mokosi, 18,2 proc. –gali sportuoti, 6,1 proc. negali sudaryti sąlygų moksleiviams užsiimti kokia nors veikla. 36,3 proc. mokyklų vadovų nurodė, jog „langų“ nebūna ($\chi^2=22,687$, $lls=5$, $p<0,0005$). Galima daryti prielaidą, kad moksleiviams nėra sudaromos galimybės naudingai leisti laiką mokykloje per „langus“. Moksleiviai užsiima ta veikla, kuri jiems yra priimtina esamomis sąlygomis.

Apibendrinant galima daryti išvadą, kad pamokų tvarkaraščių sudarymas, moksleiviams mokymosi krūvio mažinimas – opi problema mokyklose, kurias bandoma spręsti. Tačiau moksleivių savijauta grįžus po pamokų parodo, jog nepakankamai ieškoma būdų mokymosi krūviui mažinti. Mokiniam per „langus“ kai nėra pamokos, svarbu sudaryti palankias sąlygas pasportuoti, pajudėti, pailsėti. Gimnazijos vadovų išreikšta nuomonė, jog mokiniai mokosi per „langus“ leidžia suprasti, jog mokykloje nėra tinkamai organizuojamas moksleivių darbo dienos režimas, todėl ir gimnazijos moksleivius labiausiai vargina didelis mokymosi krūvis.

3.3.4. Mokyklų vadovų nuomonė apie mokinių informuotumą sveikatinimo temomis mokykloje

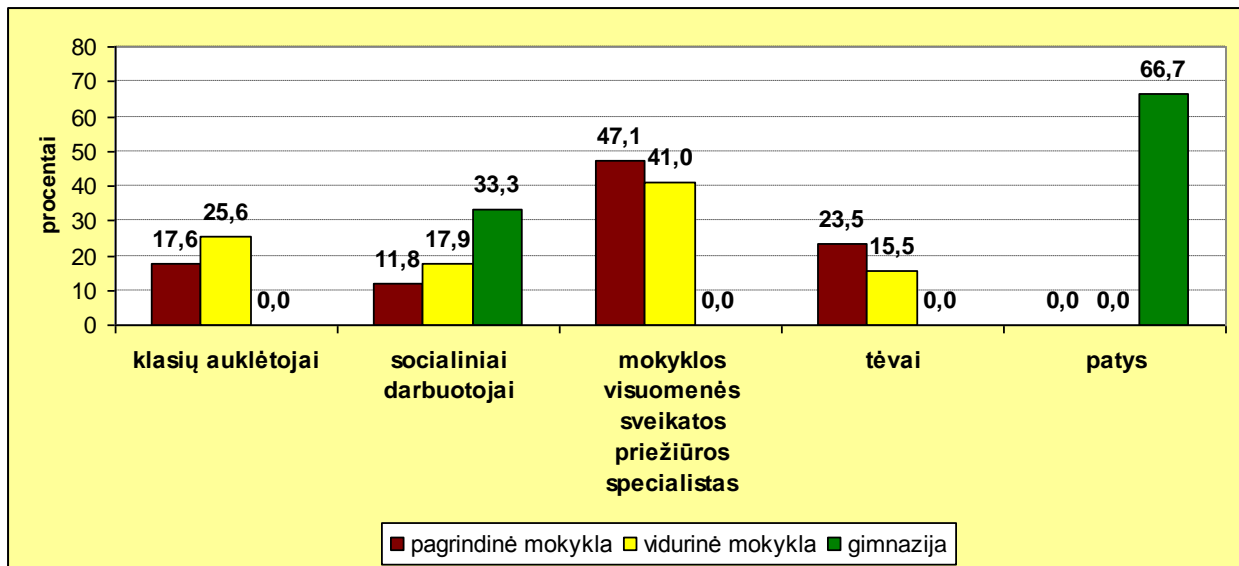
Informacijos teikimas mokyklose įvairiomis sveikatos temomis suteikia moksleiviams žinių, kaip veikia tam tikri veiksniai moksleivio sveikatą, ją žaloja ir kaip tų veiksmų išvengti. Mokyklų vadovų nuomonė informacijos teikimą moksleiviams sveikatinimo temomis, parodė mokyklų vadovų domėjimąsi ne tik moksleivių sveikata, bet ir požiūrį į moksleivių sveikatinimą.

Gimnazijos mokyklos vadovai teigė, jog asmens higienos temomis ir tinkamo darbo ir poilsio režimo temomis su moksleiviais kalbama retai. Vidurinių mokyklų vadovų didesnė dalis (84,6 proc.) manė, jog dažniau kalbama apie asmens higieną nei apie tinkamą darbo ir poilsio režimą (76,9 proc.). Kiti vidurinių mokyklų vadovai teigė, jog retai kalbama apie darbo ir poilsio režimą (23,1 proc.) ir apie asmens higieną (15,4 proc.). Pagrindinėse mokyklose 82,4 proc. dirbančių vadovų teigė, jog daugiau kalbama apie asmens higieną nei apie poilsio ir darbo režimą (58,8 proc.). O kitose pagrindinėse mokyklose kalbama šiomis temomis retai - taip teigė

informacijos gavimo ryši, pastebėta, kad daugiau kaip pusė (51,5 proc.) mokyklų vadovų nurodė, jog aplinkos ir sveikatos tema kalbama mokykloje dažnai ir 60,9 proc. moksleivių nurodė, kad informacijos šia tema gavo pakankamai. Kadangi 42,4 proc. mokyklų vadovų manė, jog retai vyksta paskaitos šia tema arba nevyksta (6,1 proc.), tai 23,3 proc. moksleivių nurodė, jog informacijos gavo nepakankamai arba negavo visiškai 15,8 proc. apklaustųjų ($\chi^2=12,828$, $lls=2$, $p<0,05$). Galima daryti prielaidą, kad šia tema mokyklose buvo kalbama retokai ir moksleiviai negavo nepakankamo žinių kiekio apie aplinką ir sveikatą ir jos poveikį sveikatai.

Kalbant apie stresą ir jo valdymą, 57,6 proc. mokyklų vadovų nurodė, jog šia tema buvo kalbama retai. 29,7 proc. moksleivių savo žinias apie stresą įvertino kaip nepakankamas, o 32,4 proc. tokių žinių negavo. ($\chi^2=15,209$, $lls=2$, $p<0,0005$) Taip pat galima daryti prielaidą, kad šia tema mokyklose nėra pakankamai kalbama ir moksleiviai neturi tinkamų žinių, kaip valdyti stresą.

Vidurinių mokyklų didesnioji dalis (41,0 proc.) vadovų mano, jog spręsti problemas, susijusias su moksleivių sveikata, padeda mokyklos visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, 25,6 proc. mano, jog padeda spręsti klasių auklėtojai, 17,9 proc. - socialiniai darbuotojai ir 15,5 proc. - tėvai. Du trečdaliai (66,7 proc.) gimnazijos vadovų teigė, jog patys sprendžia problemas ir vienas trečdalis (33,3 proc.) teigė, jog padeda socialiniai darbuotojai. Pagrindinės mokyklose didesnioji dalis (47,1 proc.) vadovų teigė, jog jiems problemas, susijusias su moksleivių sveikata padeda spręsti taip pat mokyklose dirbantys sveikatos priežiūros specialistai, 23,5 proc. - tėvai, 17,6 proc. vadovų teigė, jog padeda klasių auklėtojai ir 11,8 proc. - socialiniai darbuotojai. Šios nuomonės pasiskirstymas pateikiamas 28 pav.



28 pav. Respondentų nuomonės pasiskirstymas apie pagalbą, sprendžiant problemas, susijusias su moksleivių sveikata, gimnazijoje, vidurinėse ir pagrindinėse mokyklose ($\chi^2=34,355$, $lls=10$, $p<0,0005$)

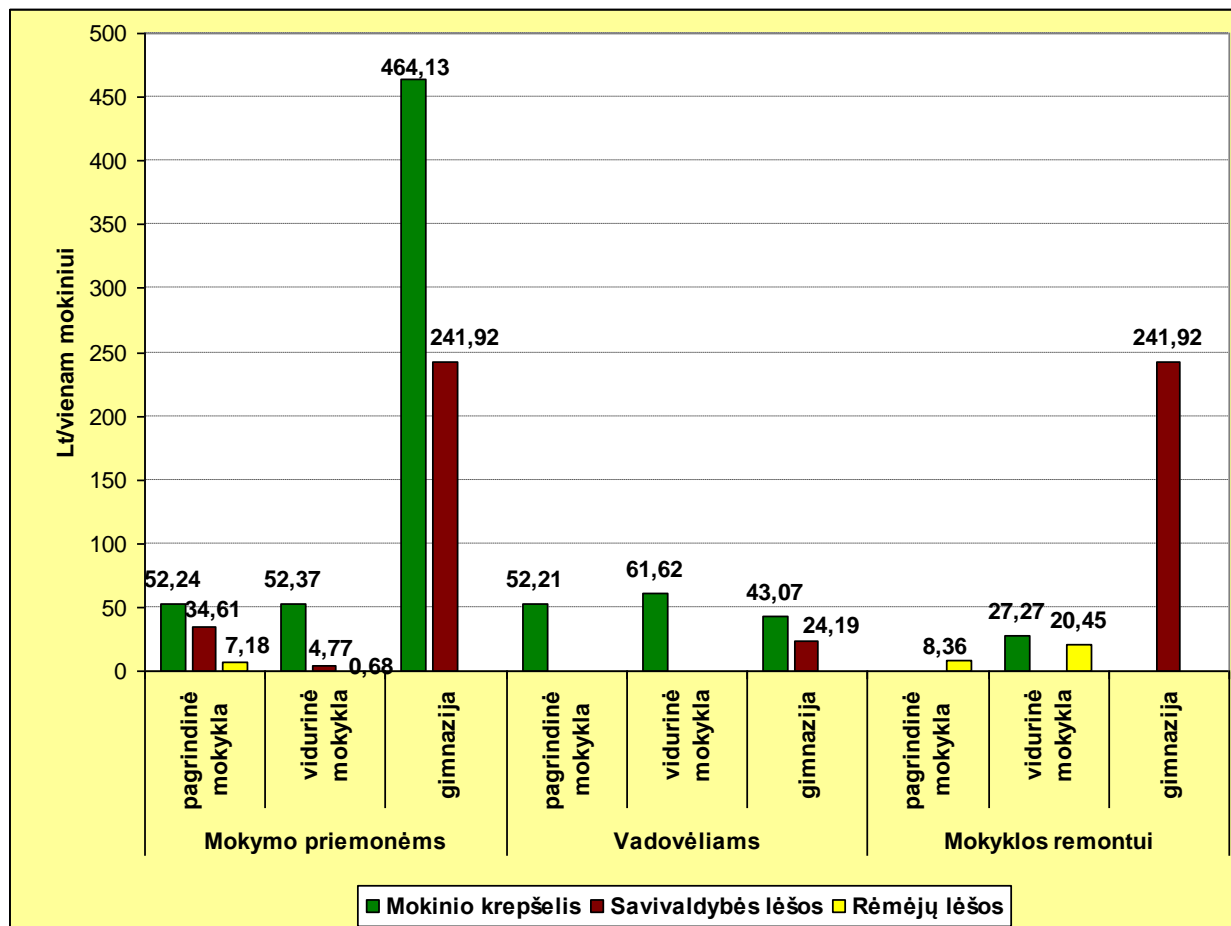
Vienareikšmiškai visų mokyklų vadovai teigė, kad mokyklose vieną kartą metuose yra daromas tyrimas, siekiant išsiaiškinti, ar mokiniai patenkinti mokykla, jos aplinka ir mokymosi krūviu.

Galima daryti išvadą, kad Pasvalio rajono bendrojo lavinimo mokyklose sveikatinimo temomis su moksleiviais yra kalbama, bet ne visos temos, mokyklų vadovų nuomone, yra aktualios. Tiek mokytojų, tiek nuomone, tiek mokyklų vadovų nuomone, mažiausiai ir rečiausiai mokyklose buvo kalbama apie stresą ir jo valdymą. Daugiausia mokyklų vadovų nuomone, buvo kalbama apie asmens higieną, fizinio aktyvumo ir sveikos mitybos klausimais. Moksleiviai taip pat nurodė, jog tokios informacijos gavo pakankamai. Problemas, susijusias su moksleivių sveikata, mokyklose sprendžia daugiausia visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, klasių auklėtojai, socialiniai darbuotojai, tėvai, o kai kuriose mokyklose šias problemas sprendžia patys mokyklų vadovai.

3.3.5. Mokyklų vadovų galimybės gerinti mokyklos aplinkos sąlygas

Mokyklų vadovų buvo paprašyta pateikti duomenis apie gaunamą mokyklos finansavimą. Daugiausia skiriamų mokinio krepšelio lėšų mokyklose buvo panaudota mokymo priemonėms, vadovėliams įsigyti, mokytojų kvalifikacijai kelti. Iš mokinio krepšelio lėšų remontams atlikti buvo skirta tik vidurinėse mokyklose. Savivaldybės skirtos lėšos buvo panaudotos ne tik

priemonėms ir vadovėliams, remontui. Iš rėmėjų gautos lėšos daugiausiai buvo panaudotos pagrindinių ir vidurinių mokyklų remontams, taip pat ir pagrindinėms mokykloms mokymo priemonėms įsigyti. Lėšų pasiskirstymas parodytas 29 pav.



29 pav. Lėšų, tenkančių vienam mokiniui, pasiskirstymas pagal finansavimo šaltinius ir jų panaudojimą bendrojo lavinimo mokyklose

Toks lėšų paskirstymas vienam moksleiviui parodo, jog daugiausiai pinigų išleidžiama moksleivių mokymo priemonėms, vadovėliams įsigyti, bet labai mažai pinigų skiriama ir panaudojama mokyklų remontams, kad būtų sudaromos moksleiviams saugios ir sveikos sąlygos mokyklose.

Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerijos duomenimis, Lietuvoje 12 proc. savivaldybių įsteigtų bendrojo lavinimo mokyklų dalį gautos kaip 2 proc. fizinių asmenų valstybei sumokėtų mokesčių paramos skyrė mokyklos ūkinėms išlaidoms apmokėti, 41 proc. – mokyklos patalpų remontui, 25 proc. – mokymo priemonėms įsigyti, 46 proc. – techninei įrangai įsigyti, 30 proc. – mokykliniams baldams įsigyti, 4 proc. – gautų lėšų dar nepanaudojo, 21 proc. –

skyrė lėšas mokinių ekskursijoms bei mokinių skatinimui, o 4 proc. – sporto komandų ar meno kolektyvų aprangai įsigyti. Jeigu didesnė mokyklų bendruomenių dalis nusprendžia gautą kaip 2 proc. paramą skirti ūkinėms išlaidoms ar mokyklos patalpų remontui, vadinasi, mokyklai nepakanka ugdymo aplinkos lėšų, jei perkamos mokymo priemonės – mokyklos materialinė bazė tokia bloga, kad problemų neišsprendžia mokinio krepšelio lėšos mokymo priemonėms (57).

Apibendrinant galima daryti išvadą, kad mokyklos nepakankamai gauna lėšų mokyklų remontams, nors Pasvalio rajone yra nemažai bendrojo lavinimo mokyklų, kuriose atlikta šiluminė pastatų renovacija iš ES struktūrinių fondų lėšų, bet mokyklų vidaus patalpos taip ir nebuvo renovuotos. Lėšų trūkumas iš valstybės biudžeto verčia mokyklų vadovus ieškoti rėmėjų. Todėl labai svarbu, kad būtų mokyklose identifikuojamos problemos, nustatomi prioritetai, atsižvelgiant į moksleivių, mokytojų nuomonę, mokinių sergamumo kitimus, kad būtų galima išvengti moksleivių sveikatos blogėjimo ir užtikrinti sveikas ir saugias sąlygas mokykloje.

IŠVADOS

1. Pasvalio rajono mokyklų aplinka dešimtų klasių mokiniams nėra pakankamai sveika ir saugi:
 - a) mokinių sveikatos vertinimas: 62,4 proc. neturi sveikatos sutrikimų, vienas ketvirtadalis turi regos sutrikimų, 5,8 proc. turi kitokių sveikatos problemų, 4,5 proc. serga lėtinėmis ligomis, 2,1 proc. klausos, 0,7 proc. odos ligos. Didesnė dalis vaikinų teigė, jog jie neturi sveikatos problemų, o merginos dažniau skundėsi regos sutrikimais. Vaikinus vargino kitokios sveikatos problemos ir lėtinės ligos.
 - b) daugumos (64,2 proc.) mokinių nuomone apšvietimas klasėse geras, suolų būklė klasėse gera, vėdinimas (mikroklimatas) patenkinamas (60,9 proc.), higieninė tualetų būklė 56,4 proc. mokinių nuomone, patenkinama. Tačiau moksleiviai išreiškė nemažai ir nusiskundimų apšvietimu (birbiančios lempos, prastai apšviesta lenta ir kt.), tualetų higienine būkle (asmens higienos priemonių, karšto vandens nebuvimas, tualetai nevalyti ir pan.), dušais prie sporto salių (nesinaudoja, nes nespėja, dušai užrakinti arba jie nevalyti). Didesnė dalis mokinių po informatikos pamokų skundėsi pavargusiomis akimis, nugaros skausmais ir kt. negalavimais, nors 71,5 proc. moksleivių nurodė, jog jų darbo vietos prie kompiuterio įrengimas atitinka ergonomikos reikalavimus.
 - c) mokinių nuomone, mokykloje maitinimas yra patenkinamas (47,6 proc.). Šiltus pietus mokykloje valgė 28,5 proc., užkandžiavo 27,6 proc., visai nevalgė – 24,8 proc., valgė tik antrą patiekalą 19,1 proc. moksleivių. Nevalgymo priežastis nurodė šias: per ilgos eilės, mažas patiekalų asortimentas, neskanu, nenoriu, per trumpos pertraukos, per brangu. Kas ketvirtas mokinys iš bufetų pirko bandeles, gaiviuosius gėrimus pirko kas antras, vaisius – kas dešimtas, nepirko visiškai - 8,8 proc. moksleivių, pirko viską- 2,0 proc., saldumynus pirko 17,6 proc. moksleivių.
 - d) moksleivių ugdymas organizuojamas neprisilaikant HN 21:2005 reikalavimų, kuomet per dieną gali būti ne daugiau kaip 1 kontrolinis darbas: mokiniams tenka atlikti net ir daugiau kaip 3 kontrolinius darbus per dieną. Dešimtų klasių mokiniai galimybę naudingai praleisti „langus“ kai nėra pamokos įvertino gerai. Tuo metu jie bendrauja su draugais, užkandžiauja, ilsisi, nieko neveikia, mokosi.
 - f) mokinius labiausiai vargino per daug sunkių pamokų, didelis mokymosi krūvis, mokykla per toli nuo namų, šiek tiek vargino kenčiamas alkis mokykloje ir per daug mokinių klasėje.

Daugiausia moksleivių (70,3 proc.) nurodė, kad grįžę iš mokyklos jautėsi pavargę, kas dešimtam skaudėjo galvą, jautė didelį nerimą ir įtampą (4,8 proc.). Nedaug buvo moksleivių, kurie jautėsi gerai (8,5 proc.). Daugiau vaikinų jautėsi pavargę grįžę po pamokų nei merginų, tačiau merginos skundėsi skaudančia galva, jautė didelį nerimą nei vaikinai.

e) mokiniai bendrojo lavinimo mokyklose skundėsi informuotumo stoka šiomis sveikatinimo temomis: asmens higiena, fizinis aktyvumas ir sveikata, stresas ir jo valdymas.

2. Daugumos mokytojų nuomone (63,1 proc.), mokyklos aplinkos sąlygos yra pakankamai geros, tačiau mokytojų pastangos saugių ir sveikų mokyklos aplinkos sąlygų formavime yra menkos:

a) didesnė dalis (77,0 proc.) mokytojų manė, jog suolų žymėjimas yra labai svarbus faktorius, tačiau tik 23,0 proc. mokinių sėdėjo suoluose, tinkamuose pagal ūgį. 57,6 proc. moksleivių nurodė, jog sėdi ten, kur patinka, o 18,9 proc. mokytojų nurodė, jog moksleiviai neklauso nurodymų. Suolų statymo klasėse reikalavimų nesivadovavo 7,4 proc., o suolus statė taip, kad tilptų mokiniai klasėje 29,5 proc. mokytojų. Pedagogų nuomone, apšvietimas mokykloje geras, tačiau būta ir nusiskundimų: per tamsu, dalis lempų perdegusios. Vėdinimo reikalavimų laikėsi 82,6 proc. mokytojų. Triukšmas šiek tiek vargino pusę apklaustų respondentų.

b) mokinių mokymosi krūviui mažinti ieškojo būdų 78,7 proc. mokytojų, o 14,8 proc. nurodė, jog tai nėra jų kompetencijoje, 6,5 proc. - neieškojo tokių galimybių. Mokytojų nevargino netinkamos patalpos, labiau vargino gimnazijos mokytojus mokymo priemonių nebuvimas ir blogas pamokų tvarkaraštis. Taip pat mokytojai nelabai domėjosi ir moksleivių veikla per „langus“ ar po pamokų, apsibrėždami savo kompetencijos ribomis arba pasiteisindami laiko stoka.

c) mokytojai teikė informaciją įvairiomis sveikatinimo temomis, tačiau moksleiviai ne visada buvo patenkinti savo turimų žinių bagažu. Nepakankamas mokytojų požiūris į kai kurias sveikatinimo temas leidžia teigti, kad mokiniams trūkstantį žinių spragą sunku užpildyti ir moksleiviai, nežinodami apie jų sveikatai įtaką darančių veiksnių poveikį, nesugeba jų išvengti.

3. Mokyklų vadovai neužtikrina sveikų ir saugių sąlygų mokykloje, neturi tam finansinių išteklių, moksleivių informuotumas sveikatinimo temomis, mokyklų vadovų nuomone, yra geras:

a) ne visi mokyklų vadovai teigė, kad HN 21:2005 nurodyti reikalavimai mokyklos teritorijos aptvėrimui, mokymo kabinetų įrengimui, darbo vietų prie kompiuterių įrengimui yra privalomi. Tualetų higieninė būklė, asmens higienos priemonių nebuvimas, per mažai veikiančių tualetų mokiniams kėlė nepasitenkinimą, o dalis mokyklų vadovų teigė, jog ši problema jų nevargino.

Taip pat jų nevargino ir apšvietimo problemos mokyklose, nors nusiskundimų išreiškė tiek mokiniai, tiek mokytojai.

b) dalis mokinių nepietauja mokyklose, o užkandžiauja bufetuose arba perka užkandžių aparatuose, nes nėra tinkamai organizuojamas maitinimas mokyklose: vidurinių mokyklų vadovai teigė, jog šią problemą sudėtinga spręsti, o daugiau nei pusė pagrindinių mokyklų vadovų tam pritarė.

c) pamokų tvarkaraščių sudarymas, moksleiviams mokymosi krūvio mažinimas –problema mokyklose, kurias bandoma spręsti. Mokiniais per „langus“ kai nėra pamokos, svarbu sudaryti palankias sąlygas pasportuoti, pajudėti, pailsėti. Mokyklose nėra tinkamai organizuojamas moksleivių darbo dienos režimas, nes mokinių savijauta parodo ugdymo ir mokymosi sąlygų organizavimo kokybę.

d) mokyklose sveikatinimo temomis su moksleiviais yra kalbama, bet ne visos temos, mokyklų vadovų nuomone, yra aktualios. Tiek mokytojų, tiek nuomone, tiek mokyklų vadovų nuomone, mažiausiai ir rečiausiai mokyklose buvo kalbama apie stresą ir jo valdymą. Daugiausia mokyklų vadovų nuomone, buvo kalbama apie asmens higieną, fizinio aktyvumo ir sveikos mitybos klausimais. Problemas, susijusias su moksleivių sveikata, mokyklose sprendžia daugiausia visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, klasių auklėtojai, socialiniai darbuotojai, tėvai, o kai kuriose mokyklose šias problemas sprendžia patys mokyklų vadovai.

e) mokyklos nepakankamai gauna lėšų mokyklų remontams, tualetų higieninė būklė, apšvietimo baldų kokybė neužtikrina sveikų ir saugių mokyklos aplinkos sąlygų.

REKOMENDACIJOS

1. Savivaldybės lygmeniu nustatyti prioritetingas mokyklų aplinkos sąlygų gerinimo sritis.
2. Pasvalio rajono savivaldybės biure dirbančioms visuomenės sveikatos priežiūros specialistėms mokyklose vertinti moksleivių sveikatos būklės kitimą ir rekomenduoti priemones ir būdus mokyklų aplinkos gerinimui mokyklų vadovams, kad būtų išvengta mokinių sergamumo ir traumatizmo didėjimo mokyklose.
3. Mokyklų vadovams nusistatyti prioritetus ir gerinti mokyklos aplinkos sąlygas bei mokinių bei mokytojų savijautą.
4. Mokytojams bei mokyklų vadovams savo asmeniniu pavyzdžiu, rekomendacijomis, skatinti mokinių domėjimąsi savo sveikata, žalingų veiksnių išvengimo būdais.

LITERATŪRA

1. Reproductive Health Fact Sheet, State of world population 2005: Journalists` Press Kit [žiūrėta 2010 m. vasario 28d.]. Prieiga per internetą:<http://www.unfpa.org/swp/2005/presskit/factsheets/facts_rh.htm>.
2. Radišauskas R., Ustinavičienė R., Bernotienė G., Šopagienė D. Moksleivių aplinka ir sveikata. Kaunas: KMU leidykla; 2004.
3. Sveikata visiems XXI amžiuje. Pagrindiniai PSO visuomenės sveikatos priežiūros principai Europos regione. Vilnius: Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija; 1998.
4. Kalėdinė R., Petrauskienė J., Rimpellė Šiuolaikinio visuomenės sveikatos mokslo teorija ir praktika. Kaunas: Šviesa; 1999.
5. The health promoting schools-an investement in education, helth and democracy. The First Conference of the European Network of Health promoting schools: Conference resoliution. WHO, Copenhagen, 1997.
6. Egmond`o darbotvarkė [žiūrėta 2009 m. spalio 25d.]. Prieiga per internetą: <<http://vasc.sam.lt/index.php?-1366065102>>.
7. Vilniaus rezoliucija. Trečioji Europos konferencija sveikatos stiprinimo mokyklose klausimais „Geresnė mokykla – sveikesnė mokykla“.[žiūrėta 2009m. gruodžio12 d.]. Prieiga per internetą :< <http://vasc.sam.lt/index.php?-71745869>>.
8. Ketvirtoji ministrų konferencija Aplinkos ir sveikatos klausimais. Budapeštas.. Vengrija. Europos vaikų aplinkos ir sveikatos veiksmų planas.[žiūrėta 2009 m. vasario 15d.]. Prieiga per internetą :<
9. Javtokas Z. Sveikatą stiprinančios aplinkos programos ir projektai.[žiūrėta 2009 m. vasario 16 d.]. Prieiga per internetą :< <http://sdtsc.lt/get.php/f.107>>.
10. Visuotinė žmogaus teisių deklaracija: Lietuvos Respublika prisijungė 1991m. kovo 12 d. Valstybės žinios 2006;68-2497.
11. Europos sąjungos pagrindinių teisių chartija.[žiūrėta 2010m. vasario 26d.]. Prieiga per internetą:< <http://www.manoteises.lt/index.php?lang=1&sid=469>>.
12. Dėl Jungtinių Tautų Vaiko Teisių Konvencijos ratifikavimo įstatymas: priimtas Lietuvos Respublikos Seimo 1995 m. liepos 3 d. Nr. I-983. Valstybės žinios 1995;60-1501.
13. Lietuvos Respublikos Konstitucija. Vilnius: Rotas; 2007.

14. Lietuvos Respublikos Civilinis Kodeksas. Vilnius: Mūsų saulužė; 2004.
15. Lietuvos Respublikos švietimo įstatymo pakeitimo įstatymas: priimtas Lietuvos Respublikos Seimo 2003 m. birželio 17d. Nr.IX-1630. Valstybės žinios 2003;63-2853.
16. Lietuvos Respublikos vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymas: priimtas Lietuvos Respublikos Seimo 1996 m. kovo 14 d. Nr. I-1234. Valstybės žinios 1996;33-807.
17. Grabauskas V. Sveikatos politikos vystymo procesas Lietuvoje. III nacionalinės sveikatos politikos konferencijos straipsnių rinkinys. Kaunas: KMU leidykla; 2000.
18. Dėl Lietuvos sveikatos programos patvirtinimo: Lietuvos Respublikos Seimo 1998 m. liepos 2 d. nutarimas Nr. VIII-833. Valstybės žinios 1998;64-1842.
19. Panevėžio apskrities sveikatos programa 2004-2010m. Panevėžys: Titnagas; 2004.
20. Dėl vaikų ir mokinių sveikatos apsaugos strateginių gairių: Lietuvos Respublikos sveikatos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2000 m. kovo 23 d. įsakymas Nr.169/299. Valstybės žinios 2000;27-738.
21. Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymas : priimtas Lietuvos Respublikos Seimo 2002 m. gegužės 6 d. Nr. V-886. Valstybės žinios 2002;56-2225.
22. Dėl Lietuvos higienos normos HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“: Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2005 m. birželio 9 d. įsakymas Nr. V-476. Valstybės žinios 2005;76-2770.
23. 2008 m. Lietuvos gyventojų sveikatos būklės ir sveikatos priežiūros įstaigų veiklos apžvalga. Lietuvos Respublikos Sveikatos ministerijos Higienos institutas sveikatos informacijos centras.[žiūrėta 2009 m. gruodžio 15 d.]. Prieiga per internetą :< <http://www.lsic.lt/>>.
24. Нагаева Т. А., Ильиных А. А., Закирова Л. М. Особенности состояния здоровья современных школьников. [žiūrėta 2010 m. kovo 10 d.]. Prieiga per internetą :< <http://www.socpolitika.ru/rus>>.
25. Gyventojai ir socialinė statistika [interaktyvus]. Vilnius: Statistikos departamentas prie Lietuvos Vyriausybės. [žiūrėta 2010 m. kovo 10 d.]. Prieiga per internetą:< <http://dbl.stat.gov.lt/statbank/default.asp?w=1440>>.
26. Goštautas A., Šeibokaitė L. Moksleivių savo sveikatos vertinimų kitimai mokykloje. Visuomenės sveikata 2006;34(3):33-37.
27. Baubinas A., Jankauskienė K., Kuodytė-Kazieliene R. Vyresniojo mokyklinio amžiaus moksleivių ir jaunimo sveikatos savivertė. Visuomenės sveikata 2007; 2(37)22-26.

28. Stankevičienė L., Zaborskis A. Lietuvos ir kitų šalių moksleivių gyvenenos ir sveikatos palyginimas. Visuomenės sveikata 2000;1(11):3-11.
29. Zaborskis A., Vareikienė I. Patyčios mokykloje ir jų sąsajos su moksleivių sveikata bei gyvenimu. Medicina (Kaunas) 2008; 44(3):232-239.
30. Žydžiūnaitė V., Galdikienė N. Bendrojo lavinimo mokykloje besimokančių vyresniųjų klasių mokinių sveikatos indikatorių raiška. Sveikatos ir socialinių mokslų taikomieji tyrimai; sandūra ir sveikata: 2005;1:79-94.
31. Bendrojo lavinimo mokyklų visuomenės sveikatos saugos kontrolė 2009 m. pažyma. [žiūrėta 2010m. sausio 2 d.]. Prieiga per internetą:< <http://www.vvspt.lt/naudinga-informacija/apie-svietimo-istaigas/>>.
32. Bendrojo lavinimo mokyklų visuomenės sveikatos saugos kontrolė 2008 m. pažyma. [žiūrėta 2010m. sausio 2 d.]. Prieiga per internetą:< <http://www.vvspt.lt/naudinga-informacija/apie-svietimo-istaigas/>>.
33. www.vvspt-vssis.lt
34. Poderienė G. Ugdymo aplinkos tobulinimas ergonominėmis priemonėmis. Acta paedagogica vilnensia, 2006;17:103-107.
35. Bendrojo lavinimo mokyklų mokinių mokymosi sąlygos: mokyklų pastatai. Švietimo problemos analizė. 2009;29(1):1-8.
36. Pažeidimų, nustatytų vykdant mokyklų visuomenės sveikatos saugos kontrolę, pobūdis ir skaičius 2008 m. [žiūrėta 2010m. sausio 2 d.]. Prieiga per internetą:< <http://www.vvspt.lt/naudinga-informacija/apie-svietimo-istaigas/>>.
37. Sketerskienė R., Šurkienė G. Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklų pagrindinių ugdymo programos mokinių savijauta ir požiūris į mokyklą. Visuomenės sveikata 2006;4(35):9-15.
38. Juškeliene V., Ustilaitė S. Mokyklos aplinka 11-12 klasių mokinių vertinimu. Visuomenės sveikata 2006;3(34):14-18.
39. Ustinavičienė R., Škėmienė L. Papečkaitė J. Gimnazijų moksleivių regos sutrikimai ir darbo kompiuteriu ypatumai. Lietuvos bendrosios praktikos gydytojas 2009;XIII(2):82-87.
40. Vaitkevičius J.V. Sveikatos sutrikimų, susijusių su kompiuterio naudojimu, paplitimas taro Šiaulių regiono moksleivių. Visuomenės sveikata 2007;1(36):33-39.
41. Ustinavičienė R., Škėmienė L. Papečkaitė J. Gimnazijų moksleivių kaulų ir raumenų sutrikimai ir darbo kompiuteriu ypatumai. Visuomenės sveikata 2009;2(45):61-66.

42. Konu A., Lintoen T. Theory based survey analysis of well-being in secondary schools in Finland. *Health Promot Int* 2006;21(1):27-36.
43. Sketerskienė R. Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklų 6 ir 8 klasių mokinių mokymosi krūvis bei jo sąsaja su sveikata: daktaro disertacija. Vilnius: Vilniaus universitetas;2009.
44. Stroputė D., Stankus A., Rakauskienė N., Bunevičius R. Dvyliktokų nuovargis ir jos sąsaja su paros ir laikos biudžetu. *Biologinė psichiatrija ir psichofarmakologija* 2009;11(1):3-8.
45. Sketerskienė R., Šurkienė G., Žagminas K. Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklų pagrindinio ugdymo programos mokymosi krūvis mokinių, mokytojų ir tėvų vertinimu. *Visuomenės sveikata* 2008;1(40):22-30.
46. Petrauskienė A., Matulevičiūtė D. Abiturientų mokymosi krūvio ir savijautos sąsajos. *Medicina (Kaunas)* 2007;43(4):332-337.
47. Lenčiauskienė I., Zaborskis A. Per didelio mokymosi krūvio įtaka moksleivių sveikatai. *Visuomenės sveikata* 2005;3(30):33-40.
48. Per didelio mokymosi krūvio priežastys ir problemų sprendimo galimybės (sociologinio tyrimo ataskaita). Vilniaus pedagoginis universitetas. Sociologinių švietimo tyrimų laboratorija. Vilnius; 2002.[žiūrėta 2009m. kovo 5 d.].Prieiga per internetą :<
http://www.smm.lt/svietimo_bukle/tyrimai_sb.htm>.
49. Škėmienė L., Ustinavičienė R., Radišauskas R., Kirvaitienė J., Lazauskas R., Sabonaitytė S. Kauno miesto ir Raseinių rajono vidurinio mokyklinio amžiaus moksleivių mitybos įpročiai. *Medicina (Kaunas)* 2009;45(4):302-311.
50. Zaborskis A., Petronytė G., Buitvydaitė R., Lubienė J., Monkauskaitė A., Ambrazevičienė I., Kuzmarskienė G. Lietuvos vyresniųjų klasių moksleivių mitybos įpročių netolygumai. *Visuomenės sveikata* 2006;1(32):40-45.
51. Vigras A., Stukas R., Jakavonytė A. Nemokamų pietų valgiaraščių įvertinimas bendrojo lavinimo mokyklose. *Visuomenės sveikata* 2008;4(43):12-18.
52. Zaborskis A., Petronytė G., Lubienė J. Moksleivių nuomonė apie maitinimo paslaugų kokybę. *Visuomenės sveikata* 2006;4(35):5-8.
53. Juškeliene V., Ustilaitė S., Naudžiūtė S., Kalibatas J. 11-12 klasių mokinių sveikatos informacijos teikimo mokyklai įvertinimas. *Visuomenės sveikata* 2007;1(36):5-9.

54. Šukys R. Sauga ir sveikata bendrojo lavinimo mokyklose. Problemos ir perspektyvos. Vilniaus Gedimino technikos universitetas.[žiūrėta 20010m. sausio 10d.].Prieiga per internetą: <<http://osha.vdi.lt/PDF/jaunimas/pranesimai/Mokykluproblemos.pdf>>.
55. Prakapaitė V. Kauno miesto bendrojo lavinimo mokyklų 6-12 klasių moksleivių traumatizmo, sveikatos ir mokyklų aplinkos sąsajos; magistro diplominis darbas. Kaunas: Kauno medicinos universitetas;2009.
56. Bružaitė R. Moksleivių darbo su kompiuteriu įtaka sveikati, darbo vietos ergonomika; magistro diplominis darbas. Kaunas: Kauno medicinos universitetas;2005.
57. Lietuva. Švietimas regionuose. Švietimo valdymas 2009. Švietimo aprūpinimo centras. Vilnius, 2009.[žiūrėta 2010m. balandžio 5 d.].Prieiga per internetą: <http://www.smm.lt/svietimo_bukle/docs/apzvalgos/Svietimas%20regionuose%202009_web.pdf>

PRIEDAI

1 priedas



PASVALIO RAJONO SAVIVALDYBĖS ADMINISTRACIJOS ŠVIETIMO IR SPORTO SKYRIUS

Savivaldybės biudžetinė įstaiga, Vytauto Didžiojo a. 1, 39143 Pasvalys, tel. (8 451) 54 083,
faks. (8 451) 54 083, el. p. svietimas@pasvalys.lt. PVM mokėtojo kodas LT887536515
Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 188753657.

Violetai Juozapavičienei

2009-12-15 Nr. *SS-2116-232*
į 2009-12-15 prašymą

DĖL ANKETAVIMO ATLIKIMO

Neprieštarujame ir rekomenduojame Violetai Juozapavičienei atlikti Pasvalio rajono visose mokyklose, vykdančiose pagrindinį ugdymą, pilotinį anoniminių 10-ųjų klasių mokinių, mokyklos mokytojų ir vadovų anketavimą. Duomenys bus naudojami mokslinėms išvadoms ir rajono higieninės būklės rajono švietimo įstaigose gerinimo programai parengti.

Skyriaus vedėjas

Kazys Polekas

Anketa moksleiviui

Gerb. moksleivi (-e),

Kauno medicinos universiteto Visuomenės sveikatos fakulteto magistrantė atlieka tyrimą, kurio pagrindinis tikslas- išsiaiškinti mokyklos aplinkos optimizavimo reikšmę mokinių sveikatai bei ugdymo procesui. Jūsų nuomonė šiais klausimais yra labai svarbi, todėl iš anksto dėkoju už objektyvius atsakymus.

1. Nuo kelintos klasės mokotės šioje mokykloje? Parašykite _____
2. Ar turite sveikatos problemų:
 - a) regos sutrikimų (nešiojate akinius), c) sergate lėtinėmis ligomis (astma, virškinimo, širdies ir kt.)
 - b) klausos sutrikimų, d) turiu kitokių sveikatos problemų, (įrašykite) _____
 - e) neturiu sveikatos problemų.
3. Ar Jums svarbus yra Jūsų saugumas jos teritorijoje:
 - a) taip, b) ne, c) nežinau.
4. Ar mokyklos teritorijoje lankosi pašaliniai asmenys, važinėja automobiliai, laksto palaidi šunys ir t.t.?
 - a) taip, b) ne, c) nežinau.
5. Kokia Jūsų nuomonė apie mokyklos sporto aikštynus, jei jie yra (jei nėra sporto aikštynų, pereiti prie 8 klausimo):
 - a) gera, b) patenkinama, c) bloga.
6. Jei sporto aikštynai yra, tai, ar teko juose susižaloti dėl netinkamų jų įrenginių (dėl blogų bėgimo takelių, sulūžusio inventoriaus, nenupjautos žolės aikštyne ar dėl kt. priežasčių):
 - a) taip, b) ne c) kita (įrašykite) _____
7. Ar Jūsų mokykloje patyčios yra problema?
 - a) taip b) ne.
8. Prie Jūsų mokyklos sporto salės yra persirengimo kambariai, dušai, tualetai atskirai mergaitėms ir berniukams?
 - a) tik persirengimo kambariai, b) tik persirengimo kambariai ir tualetai, c) viskas yra.
9. Ar Jūs naudojate dušais (jei yra) po kūno kultūros pamokų:
 - a) taip, b) ne, nes nespėju c) ne, nes jie neveikia ar užrakinti, d) jie nešvarūs.
10. Kokia yra Jūsų nuomonė apie mokyklos suolų būklę:
 - a) gera b) patenkinama, c) bloga.
11. Jūs sėdite suoluose, kurie :
 - a) kurie yra tinkami pagal Jūsų ūgį, b) kuriuose sėdėdami Jūs geriau matote lentą,
 - c) sėdite ten, kur Jums patinka, d) suolai visi vienodo aukščio,
 - f) dėl kitų priežasčių (įrašykite) _____.
12. Kas Jums paaiškino, kodėl reikia sėdėti suoluose, pritaikytuose pagal Jūsų ūgį, atsižvelgiant į Jūsų regą ir klausą:
 - a) klasės auklėtojas, b) dalyko mokytojas, c) mokyklos sveikatos priežiūros specialistas,
 - d) Jūsų gydytojas, e) kita (įrašykite) _____.
13. Ar Jūs turite pakankamai erdvės darbui prie kompiuterio per pamokas mokykloje (galite laisvai prieiti, patogiai atsisėsti):
 - a) taip, man patogiu sėdėti ir dirbti prie kompiuterio, nes yra naujas kompiuterio stalas ir patogūs kėdės,
 - b) ne, nes baldai (stalas ir kėdė) yra seni, labai nepatogūs,
 - c) man labai nepatogu, nes tenka dirbti ne vienam prie kompiuterio.

14. Ar turite nusiskundimų, kuomet pasibaigia informatikos pamokos:

- a) pavargsta akys, b) skauda nugarą, c) skauda galvą, nes klasėj buvo tvanku, d) kita
(įrašykite)_____.

15. Kaip Jūs vertinate mokyklų tualetų higieninę būklę:

- a) gerai, b) patenkinamai c) blogai.

16. Kas labiausiai kelia nepasitenkinimą dėl mokyklos tualetų (galimi keli atsakymo variantai):

- a) nėra asmens higienos priemonių (tualetinio popieriaus, muilo, rankų džiovintuvo ar popierinių rankšluosčių),
b) nėra karšto vandens, tik šaltas vanduo, c) tualetai seni, neremontuoti,
d) kabinos be durų, e) būna nevalyti, dvokiantys,
f) per mažai yra veikiančių tualetų, g) kita (įrašykite)_____.

17. Kaip Jūs vertinate klasių ir kabinetų apšvietimą mokykloje:

- a) gerai , b) patenkinamai , c) blogai.

18. Kas labiausiai kelia nepasitenkinimą dėl netinkamo apšvietimo:

- a) lempos prastai apšviečia lentą, b) lempos labai birbia , trukdo susikaupti,
c) įskausta akys nuo įtempto žiūrėjimo, d) kita (įrašykite) _____.

19. Ar klasės yra gerai vėdinamos?

- a) gerai, b) patenkinamai, c) blogai.

20. Ar turite galimybę prieš valgį nusiplauti rankas su karštu vandeniu ir muilu ?

- a) taip, b) ne, c) nėra prausyklos prie valgyklos,
d) nėra karšto vandens, tik šaltas, e) nėra muilo.

21. Ką Jūs valgote mokykloje:

- a) šiltus pietus (sriubą ir antrą patiekalą), b) tik antrą patiekalą, c) tik užkandžiauju, d) visai nevalgau.

22. Dėl kokių priežasčių nevalgote mokykloje karšto maisto:

- a) neskanu, b) per mažas patiekalų asortimentas, c) per ilgos eilės,
d) per trumpos pertraukos, e) per brangu, f) kita
(įrašykite)_____.

23. Ar mokykloje yra užkandžių aparatas?

- a) taip, b) ne.

24. Ką perkate iš užkandžių aparatų ir bufetų:

- a) saldumynus (kramtomas gumas, šokoladukus), b) gaiviuosius gėrimus, c) vaisius, d) bandeles.

25. Kaip Jūs vertinate maitinimą mokykloje:

- a) gerai, b) patenkinamai, c) blogai.

26. Kiek per savaitę turite savaitinių pamokų? Įrašykite _____

27. Ar būna bent kartą per savaitę daugiau nei 7 pamokos?

- a) taip b) ne

28. Kiek būna kūno kultūros pamokų per savaitę? Įrašykite _____

29. Ar lankote papildomą ugdymą mokykloje ?

- a) taip, b) ne.

30. Kiek laiko praleidžiate mokykloje (įskaitant pamokas, papildomą ugdymą)?

- a) iki 7 val., b) 7-8 val. c) daugiau kaip 8 val.

31. Ar būna per dieną daugiau kaip 1 kontrolinis darbas:

- a) ne daugiau kaip 1, b) 2-3 kontroliniai darbai, c) daugiau kaip 3 .

32. Kiek laiko ruošiate pamokas?

- a) iki 2 val., b) 2-3 val., c) daugiau kaip 3 val.

33. Ar laiku pristatote sveikatos pažymą į mokyklą?

- a) taip, b) ne, c) sveikatos nesitikrinu.

34. Kaip Jūs vertinate galimybę mokykloje praleisti laiką naudingai, kai nėra pamokos, yra „langai“:

- a) gerai, b) patenkinamai, c) blogai.

35. Ką Jūs veikiate per laisvas pamokas „langus“?

- a) užkandžiauju, b) bendrauju su draugais, c) mokausi, d) ilsiuosi, f) kita veikla (įrašyti)_____.

36. Kaip jūs vertinate triukšmą mokykloje:

- a) gerai, b) patenkinamai, c) blogai.

37. Ar Jus vargina šie sunkumai (pažymėkite X kiekvienoje eilutėje):

Sunkumai	Labai vargina	Šiek tiek vargina	Nevargina
Didelis triukšmas per pertraukas mokykloje			
Klasėje per daug mokinių			
Mokykla per toli nuo namų			
Per daug sunkių pamokų			
Netinkamos patalpos (šalta, trūksta gryno oro, senos patalpos ir kt.)			
Mokykloje kenčiu alkį			
Didelis mokymosi krūvis mokykloje			
Kiti sunkumai (įrašyti)			

38. Pažymėkite lentelėje , ar gavote informacijos šiomis temomis: (pažymėkite X kiekvienoje eilutėje)

Tema	Gavau		Negavau
	Nepakankamai	Pakankamai	
Asmens higiena			
Tinkamas darbo ir poilsio režimas			
Fizinis aktyvumas ir sveikata			
Sveika mityba			
Aplinka ir sveikata (oro, vandens, dirvožemio užterštumas), poveikis sveikatai			
Stresas ir jo valdymas			
Kitos (įrašykite)			

39. Informaciją gavote aukščiau nurodytomis temomis iš:

- a) tėvų, b) klasės auklėtojo, c) mokyklos sveikatos priežiūros specialisto, d) kiti informacijos šaltiniai .

40. Kokia būna Jūsų savijauta grįžus iš mokyklos?

- a) jaučiuosi pavargęs (-usi), b) skauda galvą, c) jaučiu didelį nerimą ir įtampą d) kitokia būseną (įrašyti)_____

41. Kiek jums metų? _____

42. Jūs gyvenate:

a) mieste b) kaime

43. Jūsų mokykla yra :

a) gimnazija, b) vidurinė mokykla, c) pagrindinė mokykla.

44. Mokykla:

a) yra mieste , b) kaime.

45. Jūs gyvenate?

a) šeimoje su abiem tėvais (globėjais), b) su vienu iš tėvų (globėjų), c) kitoks atsakymas
(įrašykite)_____.

46. Jūsų tėvų išsilavinimas (prašome pažymėti X)

Išsilavinimas	Motinos	Tėvo
Pradinis		
Pagrindinis		
Vidurinis		
Profesinis (spec. vidurinis)		
Aukštesnysis (aukštasis neuniversitetinis)		
Aukštasis (universitetinis)		
Nežinau		

47. Jūsų lytis :

a) moteris, b) vyras.

Ką manote, kaip galėtumėte sumažinti savo nuovargį ar blogą savijautą mokykloje, jei būtumėte direktorius, mokytojas ar visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.

Dėkojame už atsakymus !

Anketa mokytojams

Gerb. mokytojau (-a),

Kauno medicinos universiteto Visuomenės sveikatos fakulteto magistrantė atlieka tyrimą, kurio pagrindinis tikslas – išsiaiškinti mokyklos aplinkos optimizavimo reikšmę mokinių sveikatai bei ugdymo procesui. Jūsų nuomonė šiais klausimais yra labai svarbi, todėl iš anksto dėkoju už objektyvius atsakymus.

1. Kiek metų Jūs:

a) dirbate pedagoginį darbą apskritai (įrašykite) _____ m. b) dirbate šioje mokykloje (įrašykite) _____ m.

2. Ar savalaikiai tikrinatės sveikatą? a) taip, b) ne, c) pasitikrinu tik gavęs (-us) priminimą ar nurodymą.

3. Ar jūs turite auklėjamąją klasę? a) taip (tai pažymėkite kurią), _____ b) ne.

4. Ar Jums svarbi yra mokyklos fizinė aplinka (suolų būklė, apšvietimas, vėdinimas ir kt.): a) svarbi, b) šiek tiek svarbi, c) nesvarbi.

5. Ar Jūsų klasėje esantys suolai yra žymėti: a) taip, b) ne, c) tai yra ūkvedžio reikalas.

6. Kokia Jūsų nuomonė apie suolų žymėjimą ir mokinių sėdėjimą juose pagal ūgį, regos ir klausos pažeidimus:

a) tai labai svarbus faktorius, įtakojantis mokinių sveikatą, b) tai nėra svarbu,
c) mokiniai neklauso nurodymų ir sėdi ten, kur jiems patogiu, d) nežinau, e) kita
(įrašyti) _____.

7. Ar Jūs klasėje statydami suolus vadovaujatės HN 21 -2005 nurodytais atstumų tarp suolų-sienų- lentos reikalavimais:

a) taip, b) ne, c) suolus statau taip, kad tilptų mokiniai klasėje.

8. Jūsų nuomonė apie darbo vietos prie kompiuterio įrengimo reikalavimus (pažymėkite X kiekvienoje eilutėje):

Reikalavimas	Labai svarbu	Šiek tiek svarbu	Nesvarbu
Prie kompiuterio mokinys gali laisvai prieiti, jam pakanka erdvės (turi būti skirta ne mažiau kaip 6 m ² patalpos ploto ir 20m ³ erdvės).			
Vaizduoklio ekrane matomas vaizdas ryškus, nemirga ir atstumas nuo ekrano yra ne mažesnis kaip 40 cm.			
Klaviatūra ir pelė yra viename aukštyje			
Į kompiuterinę įrangą įdiegtos filtravimo priemonės, blokuojančios prieigą prie neigiamą poveikį nepilnamečių vystymuisi darančios informacijos			
Prie vieno kompiuterio sėdi ne daugiau kaip 1 mokinys			

9. Koks Jūsų klasėje yra apšvietimas:

- a) geras, b) pakankamai geras, b) nepakankamas, c) blogas.

10. Kokius nepatogumus Jūsų klasėje kelia nepakankamas apšvietimas:

- a) klasėje per tamsu, nes dalis lempų perdegusios, b) birbiančios lempos kelia triukšmą, c) kita _____.

11. Kada vėdinate klases?

- a) per pertraukas, kai klasėje nėra mokinių, b) per pamokas, c) nuolat.

12. Ar ieškote kokių nors būdų mokiniams mokymo krūviui sumažinti?

- a) taip, b) ne, c) tai nėra mano kompetencijoje.

13. Ar domitės vaikų maitinimu mokykloje:

- a) taip, domiuosi, b) ne, c) tai nėra mano kompetencijoje.

14. Ar pastebite mokykloje patyčias:

- a) mokykloje yra patyčios, b) nėra, c) nežinau.

15. Jei taip, tai kokių yra daugiau mokinių :

- a) tų, kurie tyčiojasi, b) tų, iš kurių tyčiojamasi.

16. Ar Jūs mokiniams teikiate informaciją, kalbatės šiomis temomis (pažymėkite X kiekvienoje eilutėje):

Tema	Daug kalbėta	Šiek tiek	Neaktuali tema
Asmens higiena			
Tinkamas darbo ir poilsio režimas			
Fizinis aktyvumas ir sveikata			
Sveika mityba			
Aplinka ir sveikata (oro, vandens, dirvožemio užterštumas), poveikis sveikatai			
Stresas ir jo valdymas			
Kitos (įrašykite)			

17. Kas Jus mokykloje labiausiai vargina? (pažymėkite X kiekvienoje eilutėje):

Sunkumai	Labai vargina	Šiek tiek vargina	Nevargina
Didelis triukšmas per pertraukas mokykloje			
Klasėje per daug mokinių			
Blogas pamokų tvarkaraštis, t.y daug „langu“			
Trūksta priemonių mokymui (vadovėlių, audio, video priemonių ir kt.)			
Netinkamos patalpos (šalta, trūksta gryno oro, senos patalpos ir kt.)			
Darbai mokykloje tiesiogiai nesusiję su mokymu (pvz. mokinių soc. priežiūra,			

psichol. pagalba jiems ir kt.)			
Kiti sunkumai (įrašyti)			

18. Ar Jūs domitės, ką Jūsų mokiniai veikia per „langus“ ir po pamokų? a) taip, labai domiuosi, b) šiek tiek, c) neturiu laiko domėtis.

19. Kaip manote, ar Jūsų mokykloje yra sudarytos saugios ir sveikos mokiniams mokymosi sąlygos? a) taip, geros, b) pakankamai geros, c) blogos, d) mokyklos sąlygos ugdymui įtakos neturi.

20. Kiek laiko per dieną praleidžiate mokykloje? a) 2-4 val. b) 4-6 val. c) 8 val. ir daugiau.

21. Parašykite, koks Jūsų išsilavinimas:
a) aukštesnysis (pedagoginis profilis), b) aukštesnysis (nepedagoginis profilis),
c) nebaigtas aukštasis (pedagoginis profilis), d) nebaigtas aukštasis (nepedagoginis profilis),
e) aukštasis (pedagoginis profilis), f) aukštasis (nepedagoginis profilis),
g) kitoks (įrašykite)_____.

22. Jūsų lytis a) moteris, b) vyras.

23. Kiek Jums metų? Įrašykite_____m.

Nuoširdžiai dėkoju už Jūsų atsakymus

Anketa mokyklos vadovams, pavaduotojams

Gerb. direktoriau (-e), pavaduotojau (-a),

Kauno medicinos universiteto Visuomenės sveikatos fakulteto magistrantė atlieka tyrimą, kurio pagrindinis tikslas – išsiaiškinti mokyklos aplinkos optimizavimo reikšmę mokinių sveikatai bei ugdymo procesui. Jūsų nuomonė šiais klausimais yra labai svarbi, todėl iš anksto dėkoju už objektyvius atsakymus.

1. Kiek metų Jūs:

a) dirbate pedagoginį darbą apskritai (įrašykite) _____ m. b) vadovaujate šiai mokyklai (įrašykite) _____ m.

2. Kiek mokinių mokosi Jūsų mokykloje? Įrašykite _____.

3. Ar mokinių skaičius atitinka mokyklos projektinius skaičiavimus?

a) mokinių per daug, b) mokinių skaičius neviršija projekcinio skaičiavimo, c) nežinau.

4. Kokia Jūsų nuomonė apie mokyklos teritorijos aptvėrimą tvora ar apželdinimą, jei teritorija nėra aptverta?

a) tai yra būtina, kad būtų užtikrintas mokinių ir mokytojų saugumas, b) tai tėra tik „nurodymas iš viršaus“,
c) tvora ar gyvatvorė visiškai neišspręs jokių problemų, d) kita (įrašykite) _____.

5. Kaip sprendžiate problemą, kuomet mokytojai nesitikrina sveikatos ir nepristato reikiamų dokumentų?

a) sveikatos tikrinimasis nėra svarbus dalykas, b) duodu terminą iki kurio privalu pasitikrinti sveikatą, c) sveikatos tikrintis nebūtina,

6. Kiek Jūsų mokykloje yra senų suolų? Parašykite proc. _____.

7. Kiek turite naujų suolų? Parašykite proc. _____.

8. Ar Jūs atsižvelgiate į chemijos kabinetams, technologijų, medžio ir metalo dirbtuvėms keliamus HN 21-2005 reikalavimus:

a) taip, jie yra svarbūs ir užtikrina mokiniams sveikas ir saugias mokymosi sąlygas,
b) ne, reikalavimai prasilenkia su realybe ir jie sunkiai įgyvendinami,
c) nemanau, kad tie reikalavimai užtikrina saugias ir sveikas mokymosi sąlygas,
d) kita _____.

9. Pažymėkite X kiekvienoje eilutėje darbo vietos prie kompiuterio įrengimo reikalavimo svarbumą:

Reikalavimas	Labai svarbu	Šiek tiek svarbu	Nesvarbu
Prie kompiuterio mokinys gali laisvai prieiti, jam pakanka erdvės (turi būti skirta ne mažiau kaip 6 m ² patalpos ploto ir 20m ³ erdvės).			
Vaizduoklio ekrane matomas vaizdas ryškus, nemirga			
Atstumas nuo vaizduoklio ekrano yra ne mažesnis kaip 40cm			
Klaviatūra ir pelė yra viename aukštyje			
Į kompiuterinę įrangą įdiegtos filtravimo priemonės, blokuojančios prieigą prie neigiamą poveikį nepilnamečių vystymuisi darančios informacijos			
Prie vieno kompiuterio sėdi ne daugiau kaip 1 mokinys			

10. Parašykite, kiek klasių apšvietimas yra :

a) kaitrinėmis lempomis (proc).____ b) liuminescencinėmis lempomis (proc).____

11. Jūsų problemos mokykloje (pažymėkite X kiekvienoje eilutėje, galimi keli variantai):

Problema	Vargina	Šiek tiek vargina	Nevargina	Sudėtinga išspręsti	Bandoma spręsti problema
Sporto aikštynų nebuvimas					
Persirengimo kambarių įrengimas					
Dušu, tualetų prie persirengimo kambarių nebuvimas					
Seni mokykliniai baldai					
Nepakankamas apšvietimas klasėse					
Tualetų remontas					
Netinkamas patalpų mikroklimatas (žema oro t ^o , vėdinimas , seni langai kt.)					
Karšto vandens tiekimas į HN nurodytas patalpas					
Maitinimo organizavimas pagal patvirtintus ir suderintus su VSC valgiaraščius					
Nepatenkinamas patalpų valymas ir priežiūra					
Pamokų tvarkaraščių sudarymas					
Kontrolinių darbų grafikų sudarymas					
Kitos problemos (įrašykite)					

12. Kas Jums padeda spręsti problemas, susijusias su moksleivių sveikata:

a) klasių auklėtojai, b) soc. darbuotojai, c) mokyklos visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, d) tėvai, e) kita _____.

13. Ar Jūs sudarote galimybę mokiniams „per langus“ užsiimti kokia nors veikla:

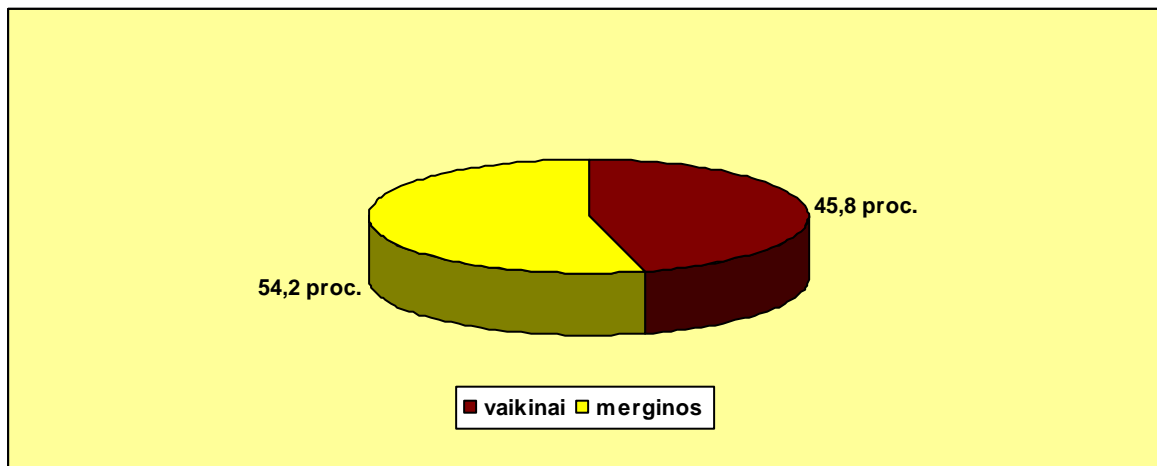
a) taip, jie mokosi, b) taip, jie gali sportuoti, c) ne, negaliu sudaryti tokių sąlygų, d) nebūna „langų“.

14. Ar Jūsų mokykloje esančių užkandžių aparatu naudojami Jūsų mokiniai?

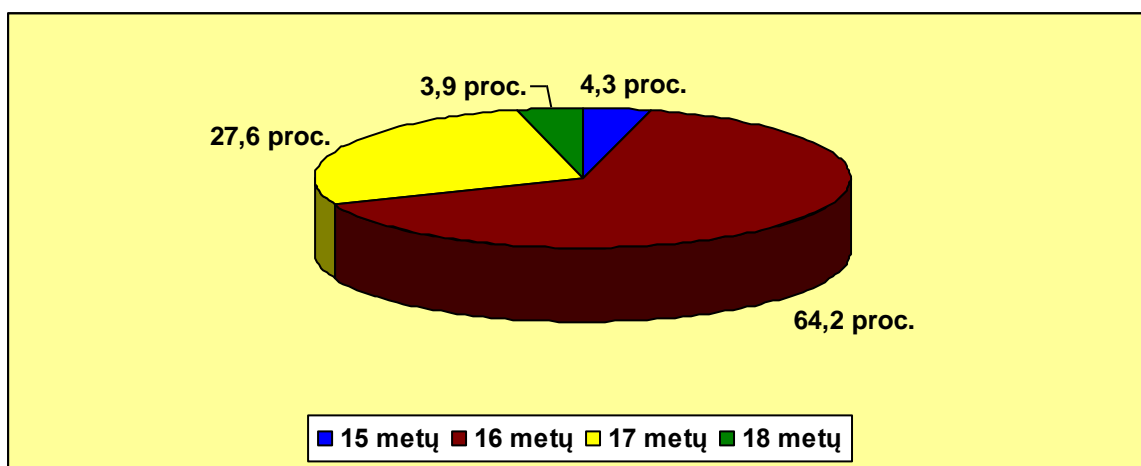
a) taip, b) ne, c) nepastebiu.

16. Ar Jūsų mokykloje vyksta paskaitos, seminarai šiomis temomis:

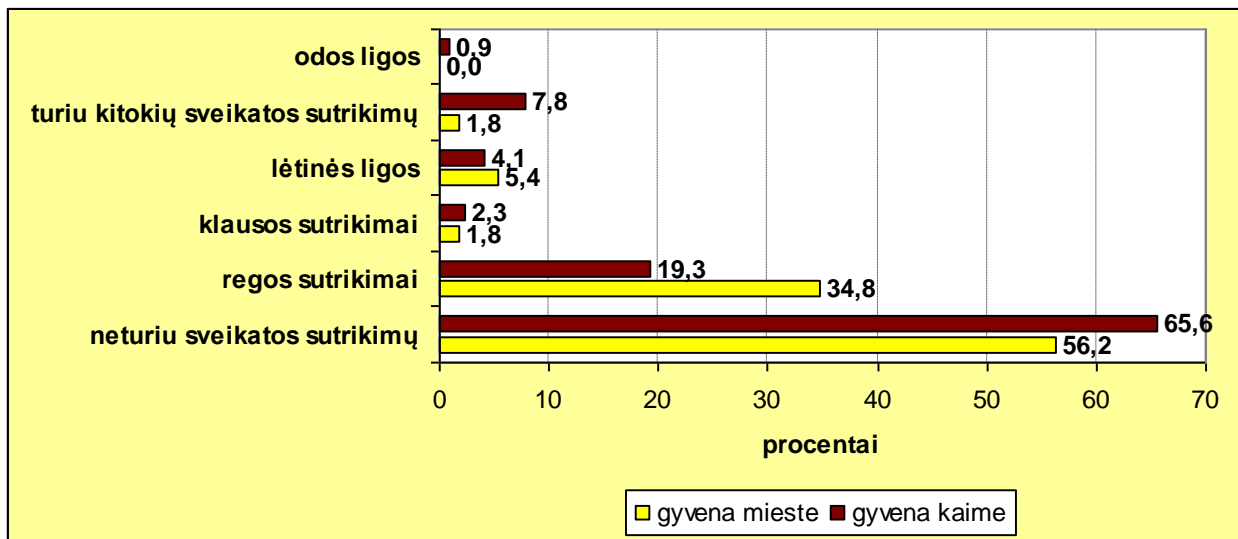
Tema	Manau, kad dažnai	Retai	Nevyksta
Asmens higiena			
Tinkamas darbo ir poilsio režimas			
Fizinis aktyvumas ir sveikata			
Sveika mityba			
Aplinka ir sveikata (oro, vandens, dirvožemio)			



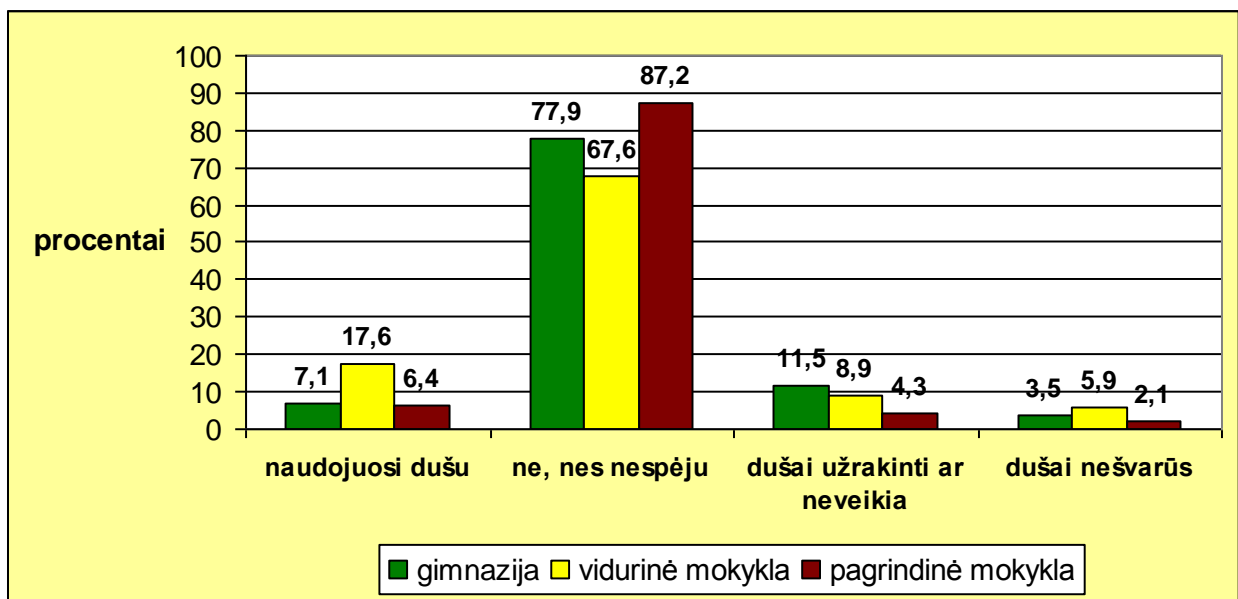
1 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal lytį



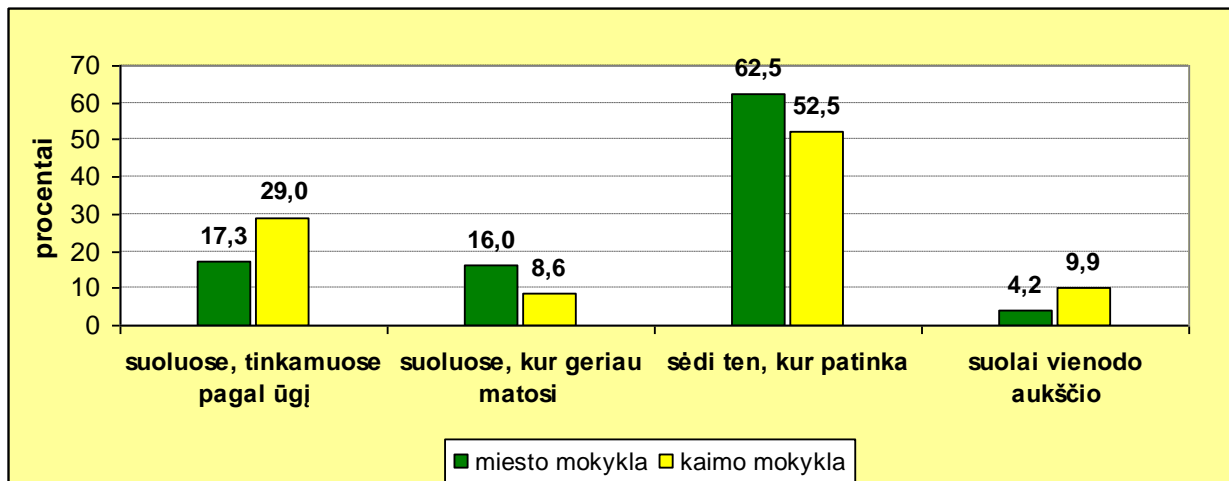
2 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal amžių



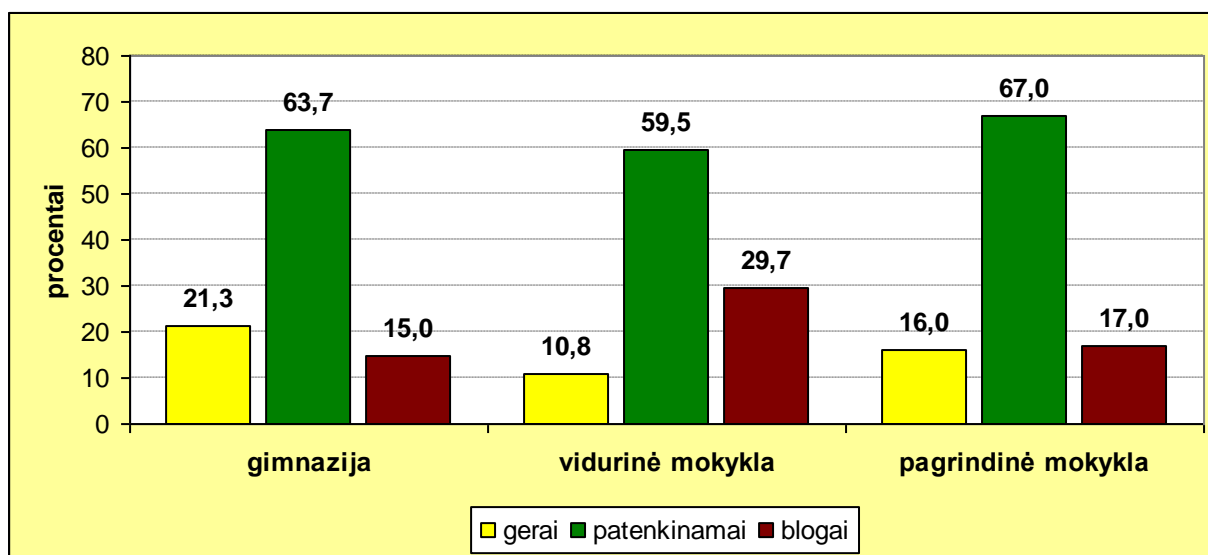
3 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal turimas sveikatos problemas ir gyvenamąją vietą ($\chi^2=14,338$, $l/s=5$, $p<0,05$)



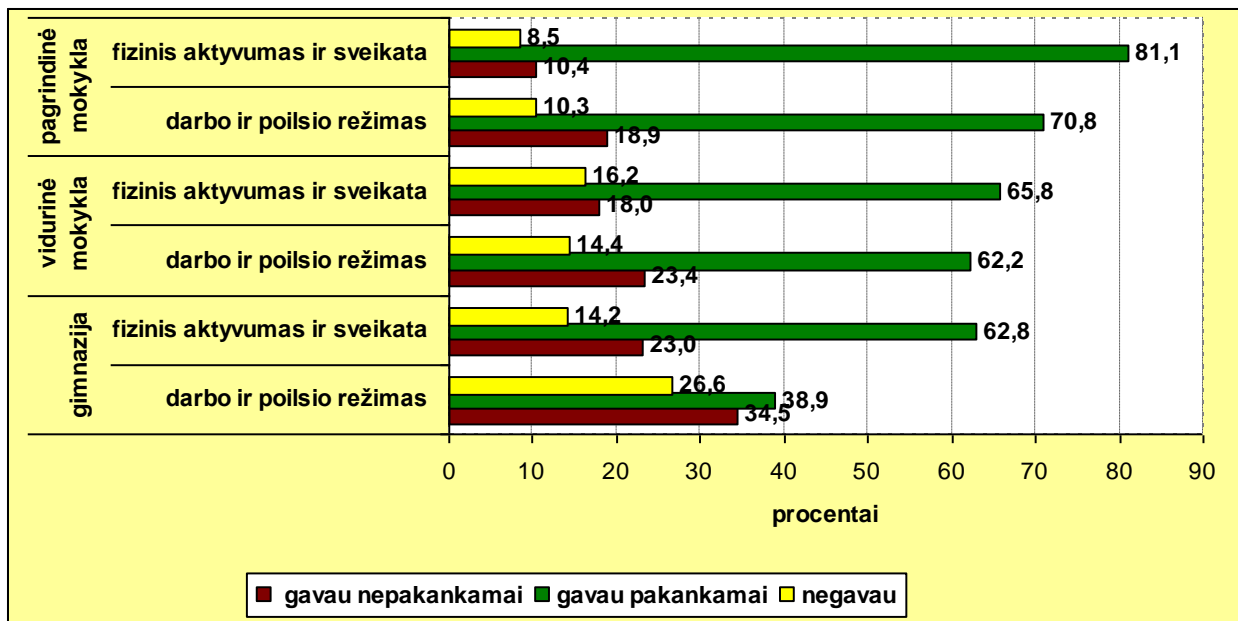
4 pav. Respondentų pasiskirstymas, atsakant į klausimą „Ar Jūs naudojate dušais (jei yra) po kūno kultūros pamokų?“ pagal mokyklos tipą ($\chi^2=13,159$, $df=6$, $p<0,05$)



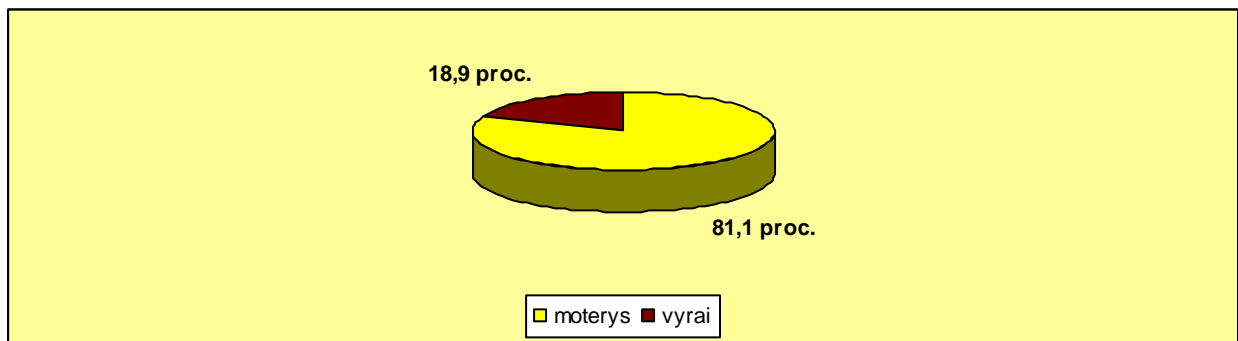
5 pav. Respondentų pasiskirstymas atsakant į klausimą „Jūs sėdite suoluose, kurie:“ pagal mokyklos buvimo vietą ($\chi^2=13,908$, $df=3$, $p<0,05$)



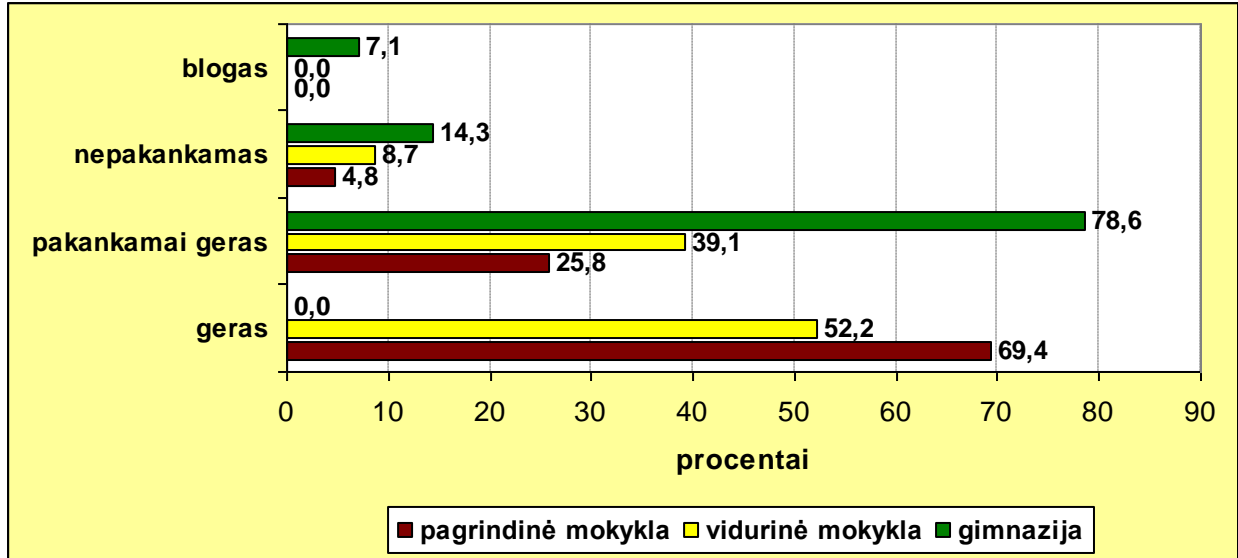
6 pav. Respondentų pasiskirstymas vertinant triukšmą mokykloje pagal mokyklos tipą ($\chi^2=11,136$, $df=4$, $p<0,05$)



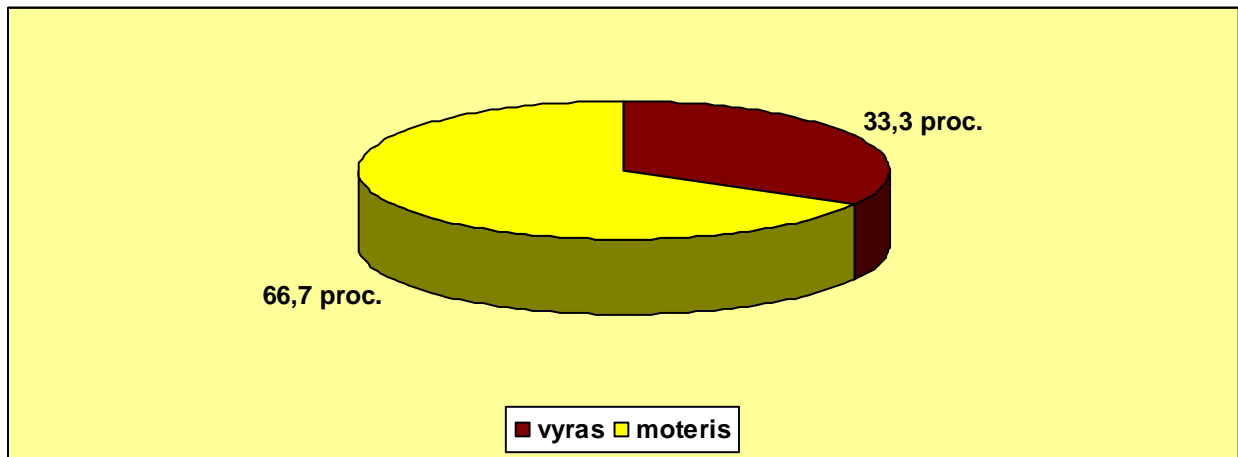
7 pav. Respondentų pasiskirstymas vertinant moksleivių gautas žinias apie darbo ir poilsio režimą ($\chi^2=25,134$, $l/s=4$, $p<0,0005$) ir apie fizinį aktyvumą ir sveikatą ($\chi^2=10,757$, $l/s=4$, $p<0,05$) pagal mokyklos tipą



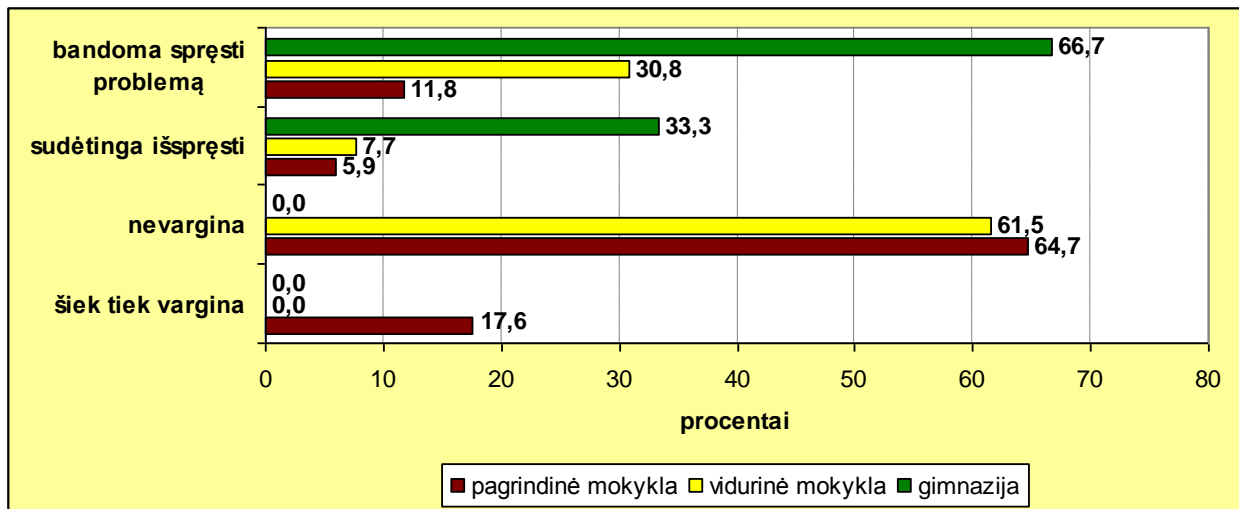
8 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal lytį



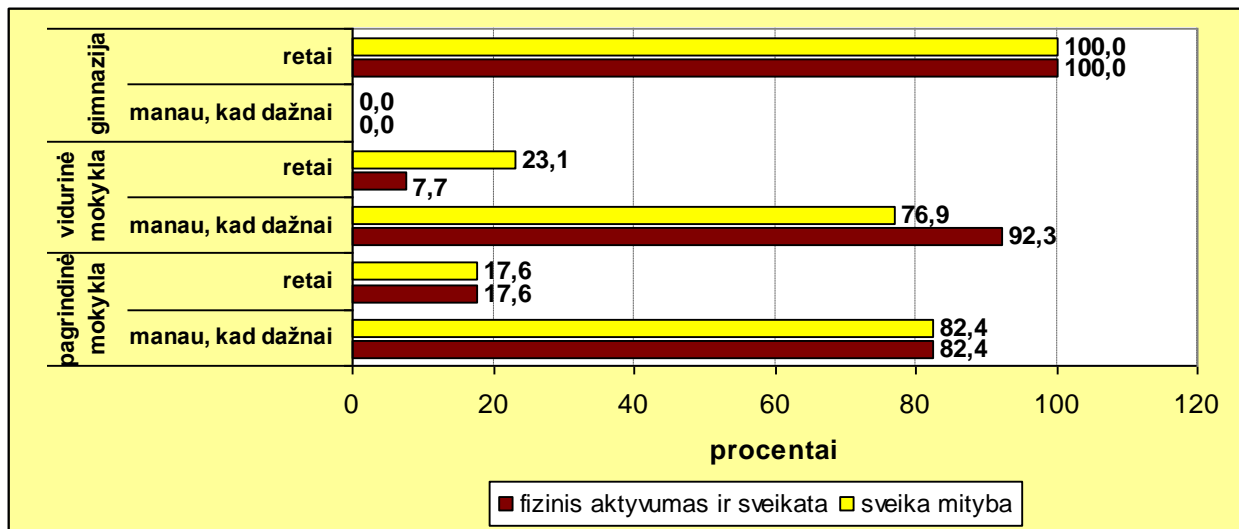
9 pav. Respondentų nuomonės pasiskirstymas vertinant apšvietimą klasėse pagal mokyklos tipą ($\chi^2=28,096$, $l/s=6$, $p<0,0005$)



10 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal lytį.



11 pav. Respondentų nuomonės pasiskirstymas apie kontrolinių darbų grafikų sudarymą pagal mokyklos tipą ($\chi^2=10,444$, $lks=10$, $p<0,0005$)



12 pav. Respondentų nuomonės pasiskirstymas apie moksleivių informuotumą fizinio aktyvumo ($\chi^2=12,694$, $lks=2$, $p<0,05$) ir sveikos mitybos temomis ($\chi^2=8,910$, $lks=2$, $p<0,05$) pagal mokyklos tipą