

MOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ SVEIKOS GYVENSENOS YPATUMAI FIZINIO AKTYVUMO ASPEKTU

**BIRUTĖ STRUKČINSKIENĖ¹, DARIUS KURLYS¹, SIGITAS GRIŠKONIS¹,
JUOZAS RAISTENSKIS²**

¹Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakultetas,

²Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas

Raktažodžiai: *vaikai ir paaugliai, sveika gyvenšana, fizinis aktyvumas, sveikatos stiprinimas.*

Santrauka

Fiziniai pratimai, judėjimo aktyvumas, kūno kultūra padeda užtikrinti fizinę ir psichinę asmens darną. Tirti mokyklinio amžiaus vaikų fizinio aktyvumo ypatumai. Tirti 11, 13 ir 15 metų 1178 mokiniai Lietuvos pagrindinėse mokyklose ir gimnazijose. Taikyta atsitiktinė lizdinė atranka. Naudota apklausa raštu. Taikytas chi kvadrato kriterijus. Pasirinktas reikšmingumo lygmuo $p \leq 0,05$. Tyrimo metu paaiškėjo, kad 38 proc. mokyklinio amžiaus (11, 13, 15 metų) vaikų pėsčiomis lauke vaikšto daugiau kaip 1 valandą per dieną, o 14,4 proc. vaikų lauke vaikšto mažiau kaip 15 minučių per dieną. Reikšmingų skirtumų tarp amžiaus grupių pagal šį rodiklį nenustatyta. Mergaitės reikšmingai ilgiau vaikšto pėsčiomis lauke, negu berniukai, o miesto vaikai reikšmingai daugiau vaikšto pėsčiomis lauke, negu kaimo gyvenantieji. Laisvalaikiu ne pamokų metu kasdien mankština tik 5,3 proc. mokinių, o niekada nesimankština 23,2 proc. tirtų mokyklinio amžiaus vaikų. 45,8 proc. vaikų daro mankštą kelis kartus per mėnesį, o ketvirtadalis vaikų (25,7 proc.) atlieka fizinius pratimus 2 ir daugiau kartų per savaitę. Mokyklinio amžiaus mergaitės reikšmingai dažniau laisvalaikiu daro mankštą, nei berniukai. 11, 13 ir 15 m. amžiaus mokiniai pasižymi panašiu fiziniu aktyvumu ir reikšmingų skirtumų tarp šių amžiaus grupių pagal šį požymį nenustatyta. Kaimo vaikai reikšmingai dažniau mankština laisvalaikiu, negu miestiečiai. Per praėjusius 12 mėnesių nesirgo 27,5 proc. tirtų mokyklinio amžiaus mergaičių ir 46 proc. berniukų. Trečdalis tirtų vaikų subjektyviai mano, kad jų sveikata yra labai gera. Tyrimas atskleidė, kad Lietuvoje būtina ugdyti vaikų fizinio aktyvumo, kūno kultūros įgūdžius.

IVADAS

Vaikų ir paauglių sveikata priklauso nuo aplinkos, gyvenamosios, genetinių veiksnių. Lėtinių neinfekcinių lygų išsivystymas nemaža dalimi priklauso nuo žmogaus gyvenamosios ypatumų: netinkamos mitybos, menko fizinio aktyvumo, piktnaudžiavimo psichoaktyviomis medžiagomis (alkoholiu, tabako gaminiais, narkotinėmis medžiagomis). Pasak K. Ambrozaičio (2005), apie 50 proc. atvejų žmogaus sveikatos būklė priklauso nuo žmogaus gyvenamosios, jo gyvenimo būdo ir gebėjimo išsaugoti sveikatą [1]. Gyvensenai įtakos turi biomedicininiai, socialiniai, kultūriniai, profesiniai veiksniai: amžius, lytis, šeimos ir bendruomenės papročiai ir tradicijos, sveikatos žinios, reklama ir daugybė kitų. Visuomenės sveikatos požiūriu sveika gyvenšana yra didžiulė vertybė, nes ji yra geros sveikatos bei savijautos prielaida [2].

Vaikų ir paauglių sveikatai ypatingai svarbus sveikos gyvenamosios elementas yra fizinis (judėjimo) aktyvumas. Fiziniai pratimai, judėjimo aktyvumas, kūno kultūra padeda užtikrinti fizinę ir psichinę asmens darną. Pakankamas fizinis aktyvumas įgalina augti ir formuotis žmogaus kūnui, leidžia susiformuoti taisyklingai laikysenai. I. Agazzi ir kt. (2010) nustatė, kad fizinės veiklos metu vystosi sveiki kaulai, raumenys, sąnariai, gerėja lankstumas, lavinasi pusiausvyra, normalizuojasi kūno svoris [3]. Anot E. Adaškevičienės (2004), dėl tinkamo fizinio aktyvumo mažėja sergamumas, gerėja savijauta, miegas, apetitas [4]. Fiziniai pratimai, sportavimas yra skoliozės, plokščiapėdystės, nugaros skausmų profilaktinė priemonė, padedanti stiprinti kaulus, raumenis, gerinti kvėpavimą, širdies darbą, grūdinti organizmą. Fizinis (judėjimo) aktyvumas yra svarbus žmogaus gyvenamosios, sveikatos skatinimo ir stiprinimo komponentas. Pasak R. Jankauskienės (2008), „Sveikatą gerinantis fizinis aktyvumas“ apibrėžiamas kaip sveikatai nerizikinga ir sveikatą bei funkcinį pajėgumą gerinanti fizinio aktyvumo forma [5].

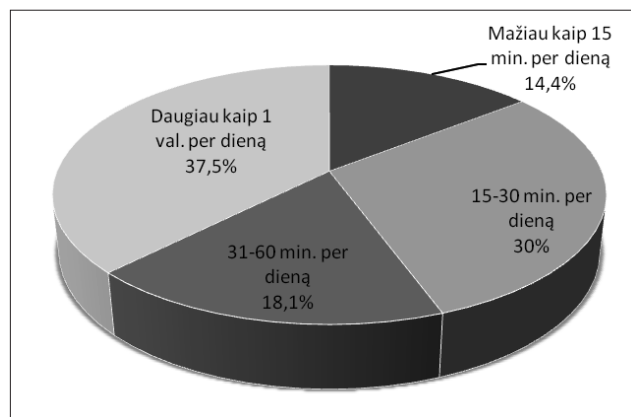
Technikos pažanga, urbanizacija, motorizacija sąlygoja suaugusiųjų ir vaikų fizinio aktyvumo mažėjimą.

Vaikai ir paaugliai mažiau sportuoja, rečiau mankština, nepakankamai vaikšto pėsčiomis, mažai būna gryname ore. Taigi, kaip teigia L. Dregval ir kt. (2008), fizinis aktyvumas tampa viena svarbiausių mokinių laisvalaikio formų [6]. Sveikos gyvensenos įpročiai, gyvenimo būdas, nuostatos į sveikatą formuojasi vaikystėje ir paauglystėje. Tad vaikų ir paauglių skatinimas sveikai gyventi, sveikatos mokymas, teisingo požiūrio į sveikos gyvensenos veiksmus, ypač į fizinį aktyvumą, formavimas padės vykdyti susirgimų, neįgalumo ir mirtingumo dėl įvairių ligų prevenciją.

Darbo tikslas – ištirti mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos ypatumus fizinio aktyvumo aspektu.

TYRIMO METODIKA

Tyrime taikyta anoniminė apklausa raštu. Buvo tirti 11, 13 ir 15 metų moksleiviai, kurie mokosi Lietuvos mokyklose. Siekiant tyrimo išvadų patikimumo buvo taikyta tikimybinė daugiapakopė lizdinė atranka. Tyrimo klasė buvo traktuojama kaip lizdas. Atsitiktiniu būdu buvo atrinktos mokyklos iš bendro mokyklų sąrašo, po to atsitiktinai atrinktos klasės. Tyrimo imtis buvo sudaryta remiantis 95 proc. pasiklivimo lygmeniu. Pasirinkus 0,05 (5 proc.) dydžio α klaidos tikimybę ir β klaidos tikimybę 0,2 (tyrimo statistinis pajėgumas 0,8), buvo apskaičiuota tyrimo imtis. Tyrimas vyko 2010-2011 metais. Tyrimui atrinktų klasių tėveliams mokyklose vykusių klasių susirinkimų metu buvo pateikta informacija apie tyrimą bei gautas tėvų sutikimas, kad jų vaikai dalyvautų tyrime. Pritarus mokyklų administracijai bei paaiškinus vaikams apie tyrimą buvo atlikta moksleivių apklausa raštu. Iš viso buvo išdalinta 1500 anketų. Anketos buvo išdalintos visiems moksleiviams, kurie tyrimo dieną buvo mokykloje. Statistinėje anali-



1 pav. Kiek minučių per dieną mokiniai vaikšto pėsčiomis lauke

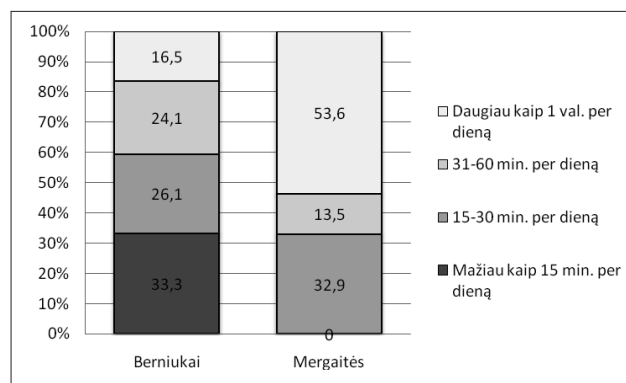
zėje naudotos anketos, kuriose užpildyta daugiau negu pusė klausimų.

Tyrimui naudotas Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto Visuomenės sveikatos katedros mokslininkų sudarytas klausimynas. Klausimyną sudaro sociodemografiniai klausimai bei klausimai apie gyvenseną ir elgseną pagal sveikatos rodiklius. Klausimyno patikimumui vertinti buvo naudota patikimumo analizė ir taikytas Kronbach'o alfa koeficientas. Klausimynas yra patikimas ir validus, klausimų kategorijų Kronbach'o alfa yra > 7 . Prieš atliekant apklausą klausimyno tinkamumui įvertinti buvo atliktas bandomasis tyrimas. Atsižvelgus į moksleivių nuomonę ir komentarus, buvo nežymiai pakoreguotos kai kurių klausimų ir atsakymų formuluotės. Gauti moksleivių atsakymai į klausimus buvo statistiškai apdoroti SPSS 17.0 statistinių programų paketu. Taikytas chi kvadrato kriterijus. Statistinis hipotezių reikšmingumas patvirtintas, kai $p \leq 0,05$.

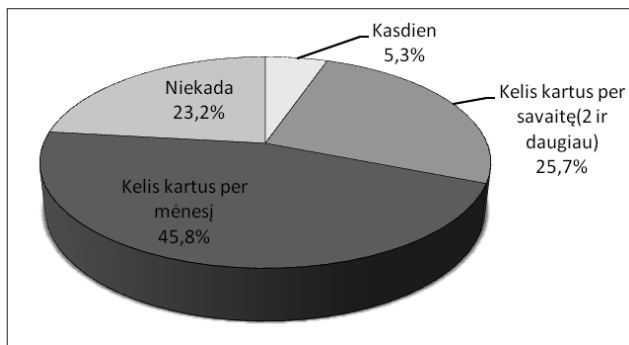
REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

Tyrime analizuoti 1178 tirtų mokyklinio amžiaus vaikų duomenys (anketų grįžtamumas 78,53 proc.). Tyrimo dalyvavo 510 (43 proc.) berniukų ir 668 (57 proc.) mergaitės. Iš jų – 404 (34 proc.) – 11 metų amžiaus, 360 (31 proc.) – 13 metų amžiaus ir 414 (35 proc.) – 15 metų amžiaus vaikų.

Siekiant sužinoti apie mokyklinio amžiaus vaikų fizinį aktyvumą, buvo klausama, kiek vidutiniškai laiko per dieną moksleiviai vaikšto pėsčiomis lauke bei kaip dažnai moksleiviai laisvalaikiu mankština. Tyrimo metu buvo nustatyta, kad kiek daugiau kaip trečdalis (38 proc.) vaikų pėsčiomis lauke vaikšto daugiau kaip 1 valandą per dieną, 18,1 proc. – vaikšto 0,5-1 val. per dieną, ir trečdalis (30 proc.) vaikų – nuo 15 minučių iki



2 pav. Kiek minučių per dieną berniukai ir mergaitės vaikšto pėsčiomis lauke
 $p < 0,001$



3 pav. Kaip dažnai mokiniai laisvalaikiu mankština/sportuoja

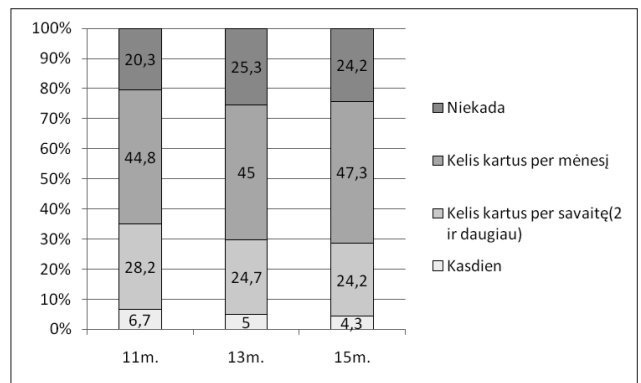
pusės valandos. 14,4 proc. vaikų lauke vaikšto mažiau kaip 15 minučių per dieną (1 pav.).

Panašūs rodikliai nustatyti analizuojant duomenis pagal amžiaus grupes (11 metų, 13 metų ir 15 metų vaikų amžiaus grupėse). Reikšmingų skirtumų tarp amžiaus grupių pagal šį rodiklį nenustatyta ($p=0,373$). Daugiau nei pusę valandos lauke kasdien pėsčiomis vaikščioja 60,1 proc. penktokų, 52,5 proc. septintokų, 53,7 proc. devintokų. Daugiau kaip 1 valandą lauke vaikščiodami praleidžia 40,1 proc. penktokų, 35,3 proc. septintokų, 37 proc. devintokų. Mažiau kaip 15 min. per dieną išsina pasivaikščioti 13,9 proc. penktokų, 14,2 proc. septintokų, 15,2 proc. devintokų.

Mergaitės reikšmingai ilgiau vaikšto pėsčiomis lauke, negu berniukai ($p<0,001$). Šiek tiek daugiau nei pusę tirtų mergaičių (53,6 proc.) vidutiniškai pėsčiomis lauke vaikšto ilgiau negu 1 valandą, kai tuo tarpu tik 16,5 proc. berniukų vaikšto pėsčiomis lauke daugiau kaip 1 valandą per dieną. Daugiau kaip pusę valandos per dieną lauke vaikšto 40,6 proc. berniukų ir 67,1 proc. mergaičių. Daugiau nei trečdalis (33,3 proc.) berniukų lauke vaikšto mažiau nei 15 min. per dieną, kai tuo tarpu mergaičių grupėje tokių atvejų nėra (0 proc.) (2 pav.).

Miesto vaikai reikšmingai daugiau vaikšto pėsčiomis lauke, negu kaime gyvenantieji ($p<0,001$). Tik 15,6 proc. kaimo vaikų vaikšto lauke daugiau kaip 1 val. per dieną, o mieste visi vaikai lauke kasdien vaikšto daugiau negu vieną valandą.

Tyrimo metu buvo siekiama išsiaiškinti, ar mokyklinio amžiaus vaikai laisvalaikiu, ne pamokų metu daro mankštą bei atlieka fizinius pratimus. Tyrimas parodė, kad laisvalaikiu, ne pamokų metu, kasdien mankština tik 5,3 proc. moksleivių. Niekada nesimankština 23,2 proc. tirtų mokyklinio amžiaus vaikų. 45,8 proc. vaikų daro mankštą kelis kartus per mėnesį, ketvirtadalis



4 pav. Kaip dažnai 11 m., 13 m. ir 15 m. vaikai laisvalaikiu mankština/sportuoja
 $p=0,383$

vaikų (25,7 proc.) atlieka fizinius pratimus 2 ir daugiau kartų per savaitę (3 pav.).

Ne pamokų metu laisvalaikiu niekada nedaro mankštos trečdalis berniukų (30,2 proc.) ir 17,8 proc. mergaičių. Kasdien mankština 5,7 proc. berniukų ir 5,1 proc. mergaičių. Kelis kartus per mėnesį laisvalaikiu fizinius pratimus atlieka 53,1 proc. mergaičių ir 36,1 proc. berniukų. Tyrimas parodė, kad mokyklinio amžiaus mergaitės reikšmingai dažniau laisvalaikiu daro mankštą, nei berniukai ($p<0,001$).

Nustatant skirtumus tarp amžiaus grupių pagal šį požymį gauta, kad penktokai, septintokai ir devintokai pasižymi panašiu fiziniu aktyvumu ir reikšmingų skirtumų tarp šių amžiaus grupių pagal šį požymį nenustatyta ($p=0,383$). Kasdien ne pamokų metu mankština tik 6,7 proc. penktokų, 5 proc. septintokų, 4,3 proc. devintokų. Du ir daugiau kartų per savaitę laisvalaikiu fizinius pratimus atlieka 28,2 proc. penktokų, 24,7 proc. septintokų ir 24,2 proc. devintokų. Niekada nedaro mankštos 20,3 proc. penktokų, 25,3 proc. septintokų ir 24,2 proc. devintokų (4 pav.).

Kaimo vaikai reikšmingai dažniau mankština laisvalaikiu, negu miestiečiai ($p<0,001$). Dauguma miestiečių (72,8 proc.) niekada laisvalaikiu nedaro fizinių pratimų, kai tuo tarpu tokių kaimo vaikų yra 11,9 proc. Beveik pusė kaimo vaikų (48,2 proc.) ir 27,2 proc. miestiečių mankštą daro kelis kartus per mėnesį.

Per pastaruosius 12 mėnesių 35,6 proc. vaikų nesirgo, taip pat 35,6 proc. vaikų sirgo 1-2 kartus. Per praėjusius 12 mėnesių nesirgo 27,5 proc. mergaičių ir 46 proc. berniukų. Trečdalis tirtų vaikų subjektyviai mano, kad jų sveikata yra labai gera.

Tyrimas atskleidė, kad laisvalaikiu pėsčiomis lauke daugiau nei vieną valandą vaikščioja 38 proc. moky-

klinio amžiaus vaikų. Tai yra nedidelis procentas vaikų amžiuje, kai vaikai turi bent 1 valandą per dieną skirti pasivaikščiavimui lauke. Tyrimo metu reikšmingų skirtumų tarp amžiaus grupių (11, 13, 15 m. mokinių) nenustatyta, nors stebimos fizinio aktyvumo mažėjimo tendencijos vaikui augant. Ryškesni skirtumai pasireiškia tarp ikimokyklinio ir mokyklinio amžiaus vaikų fizinio aktyvumo. Anot Volbekienės ir Griciūtės (2007), fizinio aktyvumo mažėjimas su amžiumi būdingas tiek berniukams, tiek mergaitėms [7]. Mokslininkų E. Adaškevičienės, K. Kardelio ir kt. teigimu, pradėjus lankyti mokyklą, vaikų fizinis aktyvumas sumažėja iki 50 proc., ir fizinio aktyvumo mažėjimas pastebimas vėliau vaikui augant [4, 8]. Tai gali atsiliepti vėlesnei mokinių sveikatai. Taigi, mokykliniame amžiuje susiformavę fizinio aktyvumo įpročiai ir įgūdžiai yra labai svarbūs. Kaip teigia E. Adaškevičienė (2004), fizinis aktyvumas stiprina ir palaiko sveikatą, stimuliuoja organizmo augimą, formuoja judėjimo įgūdžius, ugdo individo aktyvumą, veiklumą, ugdo valinguosius charakterio bruožius (valią, atkaklumą, drąsą), padeda išvengti streso [4].

Tyrimas atskleidė, kad mergaitės dažniau mankštinais negu berniukai. Net trečdalis berniukų niekada nedaro mankštos. V. Volbekienė ir A. Griciūtė (2007) teigia, kad berniukai yra fiziškai aktyvesni nuo ankstyvos vaikystės [7]. Tyrimo duomenimis, šių dienų mokiniai, ypač berniukai, neturi išsiugdyto įpročio pastoviai ir reguliariai mankštintis. Dideli mokymosi krūviai [9], nuolatinis darbas kompiuteriu atliekant užduotis, besaikis bendravimas internetinėje erdvėje, kompiuteriniai žaidimai, vaidybinių filmų žiūrėjimas kompiuteriu pratina mokinius prie pasyvaus gyvenimo būdo, slopina poreikį fizinei veiklai. A. Zaborskis ir K. Bačiulienė (2004) pastebi, kad įgyvendinant Jungtinių Tautų Vaiko teisių konvenciją, vaikai ir tėvai turėtų gauti žinių apie sveikatą, o ugdymo įstaigose turėtų būti įgyvendintos sveikos gyvensenos ugdymo programos, vykdomas visuomenės švietimo darbas [10].

R. Jankauskienė (2008) atkreipia dėmesį, kad mūsų šalyje nėra nuoseklios ir ilgalaikės fizinio aktyvumo skatinimo strategijos, šalies sporto politika orientuota į sporto laimėjimų puoselėjimą, „Sporto visiems“ renginiai neužtikrina pakankamo gyventojų fizinio aktyvumo, gyventojams sudaromos prastos fizinio aktyvumo sąlygos. Nacionalinė fizinio aktyvumo skatinimo strategija turi būti ilgalaikė, pagrįsta gera užsienio šalių patirtimi [11].

Taigi, Lietuvoje būtina ugdyti vaikų fizinio aktyvumo, kūno kultūros įgūdžius, atsižvelgiant į sveikos gyvensenos principus. Nacionaliniu ir vietiniu lygmeniu

rekomenduotina taikyti šviečiamojo pobūdžio priemones, diegti sveikatinimo programas, įgyvendinti sveikatos stiprinimo projektus, nuosekliai vykdyti mokslinius tyrimus apie mokyklinio amžiaus vaikų fizinio aktyvumo ypatumus, sąsajas tarp judėjimo aktyvumo ir sveikatos, analizuoti stuburo-raumenų sistemos ligas ir laikysenos sutrikimus bei reabilitacijos, kineziterapijos taikymo poveikį sveikatai, vertinti profilaktinių visuomenės sveikatos priemonių efektyvumą.

IŠVADOS

1. 38 proc. mokyklinio amžiaus (11, 13, 15 metų) vaikų pėsčiomis lauke vaikšto daugiau kaip 1 valandą per dieną, o 14,4 proc. vaikų lauke vaikšto mažiau kaip 15 minučių per dieną.

2. Reikšmingų skirtumų tarp amžiaus grupių (11, 13 ir 15 m.) pagal šį rodiklį nenustatyta ($p=0,373$). Mergaitės reikšmingai ilgiau vaikšto pėsčiomis lauke negu berniukai ($p<0,001$), o miesto vaikai reikšmingai daugiau vaikšto pėsčiomis lauke negu kaime gyvenantieji ($p<0,001$).

3. Laisvalaikiu ne pamokų metu kasdien mankštinais tik 5,3 proc. mokinių, o niekada nesimankština 23,2 proc. tirtų mokyklinio amžiaus vaikų. 45,8 proc. vaikų daro mankštą kelis kartus per mėnesį, o ketvirtadalis vaikų (25,7 proc.) atlieka fizinius pratimus 2 ir daugiau kartų per savaitę.

4. Mokyklinio amžiaus mergaitės reikšmingai dažniau laisvalaikiu daro mankštą nei berniukai ($p<0,001$). 11, 13 ir 15 m. mokiniai pasižymi panašiu fizinio aktyvumu ir reikšmingų skirtumų tarp šių amžiaus grupių pagal šį požymį nenustatyta ($p=0,383$). Kaimo vaikai reikšmingai dažniau mankštinais laisvalaikiu negu miestiečiai ($p<0,001$).

5. Per praėjusius 12 mėnesių nesirgo 27,5 proc. tirtų mokyklinio amžiaus mergaičių ir 46 proc. berniukų. Trečdalis tirtų vaikų subjektyviai mano, kad jų sveikata yra labai gera.

Literatūra

1. Ambrozaitis K. Baltijos šalių gyventojų gyvenimo trukmės ir kūdikių mirtingumo dinamika. Visuomenės sveikata, 2005; 1 (28): 75-77.
2. Juškeliene V. Visuomenės sveikatos įvadas: sveikatos samprata, sveikatos rizikos ir palaikantys veiksniai. Vilnius: Vilniaus pedagoginio universiteto leidykla, 2007.
3. Agazzi, I., Armstrong, K., Bradley-Klug, K. BMI and physical activity among at-risk sixth- and ninth-grade students, Hillsborough county, Florida, 2005-2006. Preventing Chronic Disease 2010; 7 (3): 1-9.
4. Adaškevičienė E. Vaikų fizinės sveikatos ir kūno kultūros ugdymas. Klaipėda: KU leidykla, 2004.
5. Jankauskienė R. Lietuvos gyventojų fizinio aktyvumo skatinimo strategija: kūno kultūra ar kūno kultas? Medicina (Kaunas), 2008; 44(5): 346-350.

6. Dregval. L., Malinauskaitė V. Pirmokų fizinio aktyvumo priklausomybė nuo socialinių-ekonominių veiksnių. Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas, 2008; 4(71): 29-36.

7. Volbekienė V., Gričiūtė A. Lietuvos didžiųjų miestų 5-11 klasių mokinių su sveikata susijęs fizinis aktyvumas. Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas, 2007; 2(65): 71-77.

8. Kardelis K., Kavaliauskas S., Balzeris V. Mokyklinė kūno kultūra: realijos ir perspektyvos. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija, 2001.

9. Griškoniš S., Strukčinskienė B., Strazdienė N. Abiturientų mokymosi krūvio ypatumai ir sąsajos su sveikata. Sveikatos mokslai, 2010; 20(4); 3322-3326.

10. Zaborskis A., Bačiulienė K. Požiūris į vaiko sveikatą Jungtinių Tautų Vaiko teisių konvencijoje. Medicina (Kaunas), 2004; 40(8): 714-718.

11. Jankauskienė R. Fizinio aktyvumo skatinimo strategija. Medicina (Kaunas), 2008; 44 (5): 346-354.

HEALTHY LIFESTYLE IN SCHOOLCHILDREN: FOCUS ON PHYSICAL ACTIVITY

Birute Strukcinskiene, Darius Kurlys, Sigitas Griskonis, Juozas Raistenskis,

Summary

Key words: children and adolescents, healthy lifestyle, physical activity, health promotion.

The survey on physical activity in schoolchildren was accomplished in Lithuania. In the survey participated 1178 schoolchildren aged 11, 13 and 15 years. Chi-square test was used and the significance level $p \leq 0.05$ was considered statistically significant. The study revealed that 38 % of schoolchildren during leisure time are walking outside more than 1 hour per day, and 14.4 % schoolchildren are walking outside less than 15 minutes per day; no significant differences among age groups were observed. The girls are walking outside significantly longer compared with boys, and urban schoolchildren are walking outside longer than that of rural schoolchildren. Out of school, during leisure time everyday are taking physical exercises or go in for sports only 5.3% schoolchildren, and never exercise 23.2% respondents. The survey showed that 45.8% schoolchildren exercise few times per month and 25.7 % children exercise 2 and more times per week. Girls exercise significantly more often than that of boys. Schoolchildren aged 11, 13, and 15 years exercise similarly and there are no significant differences by this variable. Rural children significantly exercise more during leisure time compared with urban children. During the last 12 months, 27.5% investigated schoolgirls and 46% schoolboys were not ill. About one-third respondents subjectively think, as their health is very good.

Correspondence to: birutedoctor@hotmail.com

Gauta 2011-07-05
