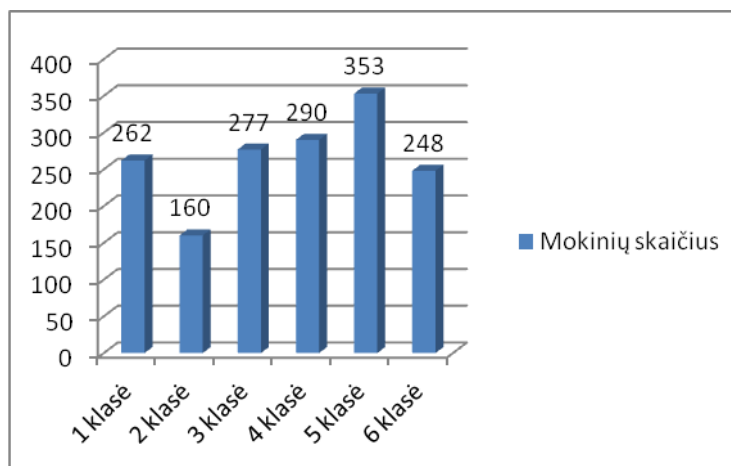


Informacija apie Kuprinių svėrimo akciją 2014 Šilutės rajono savivaldybės bendrojo ugdymo mokyklose

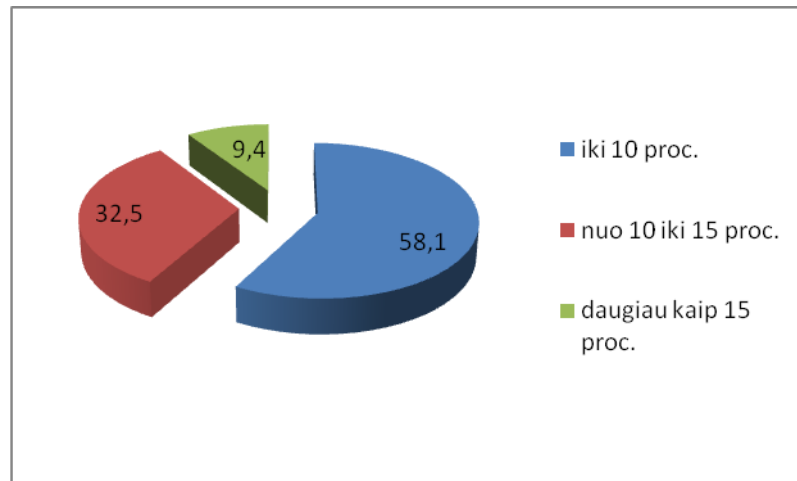
Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras šiais metais vykdė „Kuprinių svėrimo akciją“. Akcijoje dalyvavo net 1 590 mokiniai iš 18 Šilutės rajono savivaldybės mokyklų. Kuprinės buvo sveriamos tarp 1-6 klasės mokinių (žr. 1 pav.). Akcijos tikslas - atkreipti tėvelių dėmesį į tai, ar jų vaikas turi specialią mokyklinę, o ne turistinę ar buitinę kuprinę, kad tėveliai prižiūrėtų, jog jų vaikas nešiotų kuprinę ant abiejų pečių. Taip pat buvo siekiama priminti tėveliams, kad būtina mažuosius prižiūrėti, jog jie nesinešiotų nereikalingų daiktų, kurie dar labiau pasunkina kuprinės svorį bei padidina našta mokiniams. Akcijos dienomis buvo sveriamos mokinių kuprinės ir jie patys tam, kad būtų galima įvertinti, ar kuprinės svoris yra optimalus (kai pilnos kuprinės svoris sudaro ne daugiau kaip 10 proc. kūno svorio) ar didžiausias leistinas (kai sudaro 15 proc.), ar kuprinės svoris viršija šias ribas, taip žalodamas augančio vaiko organizmą. Akcijos metu buvo įvertinami tokie rodikliai: dalyvių skaičius pagal tikslinę grupę, mokinių kuprinių svorio pasiskirstymas, informacija apie mokinių kuprinių tipą, informacija apie mokinių kuprinių nešiojimo būdą, vadovėlių ir pratybų sąsiuvinių svorio pasiskirstymas, informacija apie mokinių nuomonę dėl kuprinės.



1 pav. Akcijos dalyvių pasiskirstymas pagal tikslinę grupę

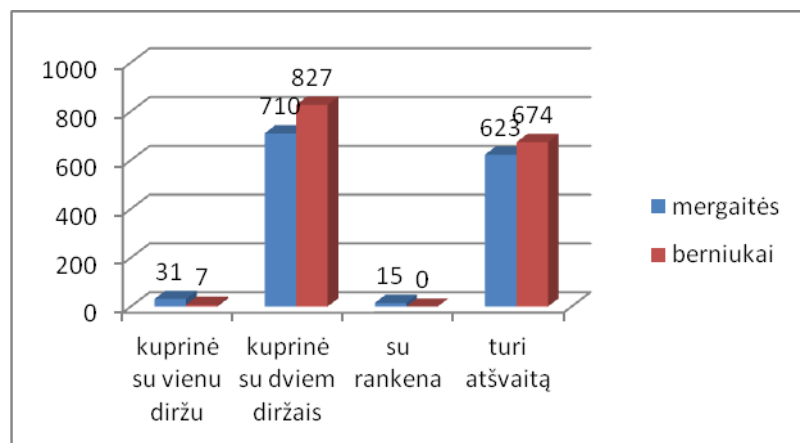
Vykdamt šią akciją pastebėta, kad dažna kuprinių svorio viršijimo priežastis tampa nereikalingų daiktų nešimasis į mokyklą: per daug tai dienai nereikalingų vadovėlių, sportinė apranga ir kiti tai dienai nereikalingi daiktai. Todėl pirmiausia tėveliai turėtų atkreipti dėmesį į savo atžalas, stebėti ką jie nešasi kuprinėje.

Akcijos metu nustatyta, kad 58,1 proc. mokinių (abs. sk. 924) dalyvavusių akcijoje kuprinės svoris yra optimalus ir nesiekia daugiau kaip 10 proc. viso kūno svorio. 32,5 proc. mokinių (abs. sk. 517) kuprinių svoris yra didžiausias leistinas. Per sunkias kuprines, kurių svoris siekia nuo daugiau kaip 15 proc. kūno svorio, nešioja 9,4 proc. mokinių (abs. sk. 149) (žr. 2 pav.).



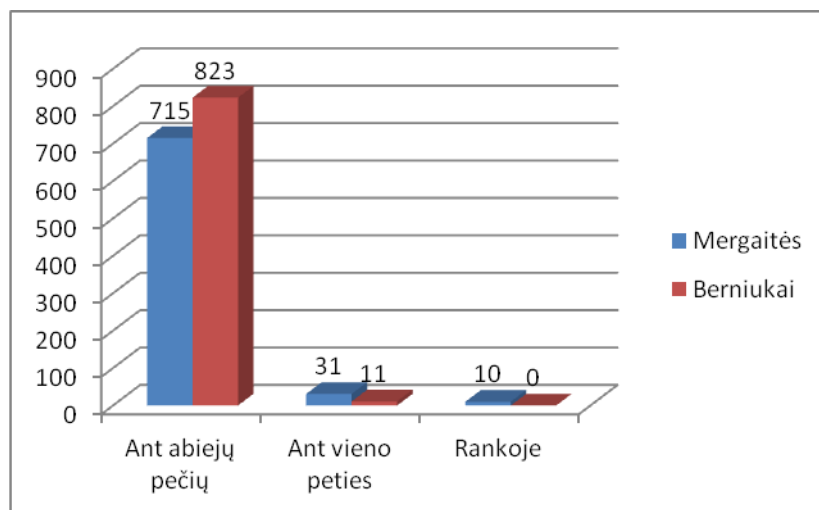
2 pav. Mokinių kuprinių svorio pasiskirstymas (proc.)

Dauguma mokinių nešioja kuprines su dviem diržais (710 berniukų ir 827 mergaitės). Taip pat mokiniai aktyviau pradėjo nešiot atšvaitus prie kurpinių (81,6 proc.) (žr. 3 pav.).



3 pav. Informacija apie mokinių kuprinių tipą pagal lytį

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras džiaugiasi, kad 96,7 proc. mokinių (abs. sk. 1 538) kuprines nešioja ant abiejų pečių, kas teigiamai veikia vaiko laikyseną (žr. 4 pav.).



4 pav. Informacija apie mokinių kuprinių nešiojimo būdą pagal lytį

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras primena, kad reikalavimai mokyklinėms kuprinėms išdėstyti Lietuvos higienos normoje *HN 41:2003 „Mokyklinės prekės“* (*Žin.*, 2003, Nr. 94-4261), kurioje pažymima, kad draudžiama gamintojui kuprinę vadinti mokyklaine kuprine, jei ji neatitinka mokyklainei kuprinei keliamų reikalavimų.

Primename pagrindinius reikalavimus keliamus mokyklinėms kuprinėms:

- Į mokyklą daiktus neštis tik mokyklinėje kuprinėje.
- Nešamos kuprinės apačia neturi būti žemiau mokinio juosmens.
- Optimalus pilnos kuprinės svoris turėtų sudaryti ne daugiau kaip 10 proc. mokinio kūno svorio
- Didžiausias pilnos kuprinės svoris neturi viršyti 15 proc. mokinio kūno svorio.
- Kuprinėje turi būti tik tą dieną reikalingi daiktai.
- Nešant kuprinę, visada užsidėti diržus ant abiejų pečių; diržai turi būti nei per daug suveržti, nei per laisvi.
- Mokyklinių kuprinių išorinėje pusėje turi būti pritvirtinti atšvaitai.