



**Higienos
institutas**

GEROJI AKTYVAUS JUDUMO PRAKTIKA IR DVIRAČIŲ SAUGOJIMO MOKYKLOS TERITORIJOJE GALIMYBĖS

Ataskaita

Vilnius, 2024



Ataskaita parengta vykdant 2024 m. Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centro plane numatytą 13.3.8 priemonę „Atlikti mokyklų apklausą dėl dviračių saugojimo mokyklos teritorijoje galimybių“ ir 13.3.6 priemonę „Bendradarbiauti su savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacija dėl aktyvaus judumo gerųjų praktikų pavyzdžių ir apklausos „Rankos aukštyn“ (angl. „Hands up“), remiantis Škotijos pavyzdžiu, vykdymo“.

Rengėjas Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centras

Higienos institutas, Studentų g. 45A, LT-08107 Vilnius

Tel. +370 5 262 4583, faks. +370 5 262 4663, el. paštas institutas@hi.lt

[Facebook](#)

[LinkedIn](#)

[Youtube](#)

Vaikų judumo tema stokoja dėmesio. Aktyvus keliavimą į mokyklą būdas gali prisidėti prie mokinių sveikatinimo. Stebint neigiamas sėslaus gyvenimo būdo pasekmes sveikatai svarbu įvertinti kliūtis ir galimybes aktyviam mokinių judumui.

2021 m. gegužės mėn. Vienoje (Austrija) vykusiame Jungtinių Tautų Europos ekonominės komisijos ir Pasaulio sveikatos organizacijos Europos regiono biuro Europos programos „Transportas, sveikata ir aplinka“ (angl. *Transport, Health and Environment Pan-European Programme*, THE PEP) 5-ajame ministrų susitikime priimta Vienos deklaracija, kurios vizija kurti geresnę ateitį pereinant prie naujo, švaraus, saugaus, sveiko ir įtraukaus judumo ir transporto [1].

Lietuvos Respublikos susisiekimo ministerijos patvirtintose dviračių transporto plėtros iki 2035 metų strateginėse gairėse (toliau – Dviračių transporto gairės) teigiama, kad didinant dviračių transporto dalį bendroje transporto sistemoje gali būti pasiekiami ir bendrų socialinių bei politinių klimato kaitos mažinimo, visuomenės sveikatos gerinimo tikslų, kiek įmanoma tolygesnio regionų teritorijų pasiekiamumo, gyventojų judumo galimybių didinimo ir gyvenimo kokybės gerinimo tikslų, numatytų Nacionalinėje klimato kaitos valdymo darbotvarkėje, 2021–2030 metų nacionaliniame pažangos plane ir Lietuvos Respublikos teritorijos bendrajame plane [2].

Nors vaikai turi prigimtinių poreikį judėti, Lietuvos moksleivių gyvensenos ir sveikatos tyrimo (angl. *Health Behaviour in School-aged Children*, HBSC) duomenimis, nuo 2006 m. matyti, kad kasdien fiziškai neaktyvūs yra daugiau nei 80 proc. Lietuvos moksleivių [3]. Mokslininkai konstatuoja, kad aktyviai keliaujančių į mokyklą mokinių skaičius mažėja. Atstumas iki mokyklos ir tėvų rūpestis dėl vaikų saugumo laikomi pagrindiniais veiksniais, lemiančiais aktyvų keliavimą į mokyklą [4]. Atsižvelgiant į tai, kad vaikystėje susiformavusiems įpročiams būdinga išlikti ir suaugus, moksleivių amžius yra tinkamiausias laikas ugdyti teigiamus aktyvaus judumo įpročius, kurie gali būti naudingi sveikatai visą gyvenimą [5].

Dviračių transporto gairėse nurodoma, kad dviračių eismo skatinimas yra teigiamas procesas žmogui ir visuomenei: žmonės, reguliariai minantys dviračius, gyvena ilgiau, ilgesnį gyvenimo periodą išlieka sveikesni, pasižymi didesniu darbingumu ir aktyvumu. Žmonės, vertindami subjektyvią važiavimo dviračiais naudą, dažnai akcentuoja, kad važiuodami dviračiu patiria malonumą, laisvės ir laimės pojūtį, ir apskritai dažniau pamini, kad yra laimingi [3].

Šiomis apklausomis buvo siekiama surinkti informaciją apie gerąsias aktyvaus judumo praktikas ir dviračių saugojimo mokyklos teritorijoje galimybes. Daryta prielaida, kad vaikų, kaip ir suaugusiųjų, aktyviam judumui įtakos turi netinkama infrastruktūra ir saugumo jausmo trūkumas. Taip pat siekta išsiaiškinti, kokį potencialą turi Lietuvos mokyklos aktyvaus judumo

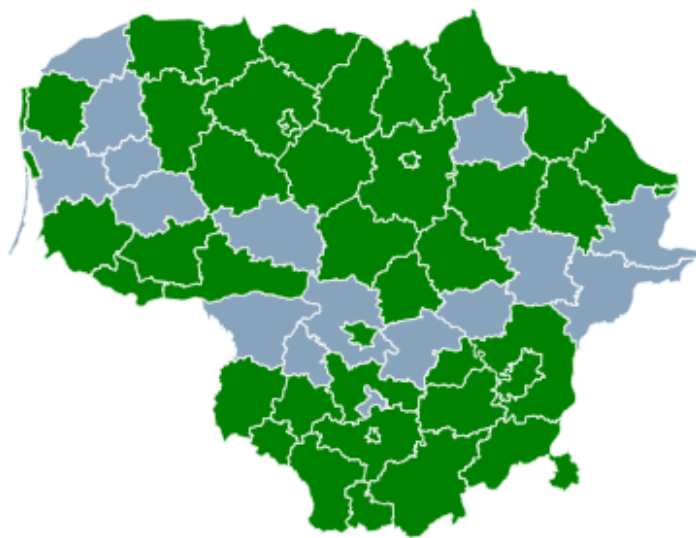
skatinimo prasme.

Apklausa

Šių metų balandžio 17-26 d. savivaldybių visuomenės sveikatos biurų visuomenės sveikatos specialistai, dirbantys mokyklose, buvo pakviesti užpildyti internetinę anketą. Klausimyną sudarė dvi dalys: geroji aktyvaus judumo praktika ir dviračių saugojimo infrastruktūra bei saugumo aspektai.

Dviračių saugojimo apklausos dalį sudarė 10 klausimų. Apklausa buvo siekiama išsiaiškinti, kokia yra dviračių saugojimo infrastruktūra mokyklos teritorijoje, kitus saugumo jausmą, kartu ir norą važiuoti dviračiu galinčius veikti aspektus. Taip pat surinkta informacija apie mokyklose vykdomas aktyvaus judumo veiklas.

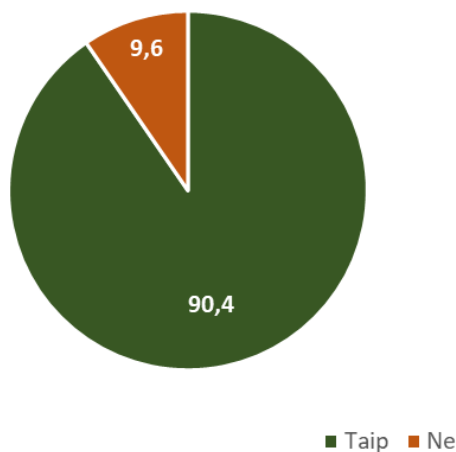
Remiantis Švietimo valdymo informacinės sistemos duomenimis, 2024 m. Lietuvoje buvo 904 bendrojo ugdymo mokyklos. Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centro parengtą anketą užpildė 249 visuomenės sveikatos specialistai. Analizuotos 228 anketos. Iš 60 Lietuvos savivaldybių, apklausoje dalyvavo 43.



1 pav. Žalia spalva pažymėtos apklausoje dalyvavusios savivaldybės (iš viso 43).

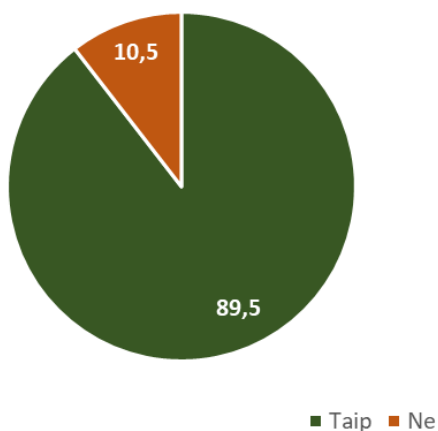
Rezultatai

Remiantis apklausos duomenimis, 90 proc. atsakiusiųjų nurodė, kad mokykloje yra aktyvaus judumo entuziastų.



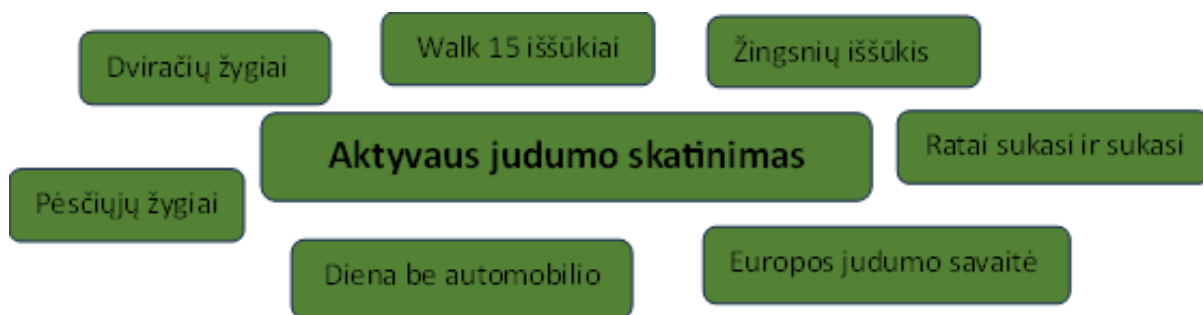
2 pav. Atsakymų į klausimą, ar mokykla turi aktyvaus judumo entuziastą, rezultatai (proc.)

Siekiant išsiaiškinti, kokios veiklos vykdytos skatinant ėjimą pėsčiomis ir važiavimą dviračiu ar paspirtuku, buvo klausiama, ar per pastaruosius 3 metus mokykloje vyko Europos judumo savaitės ir kiti aktyvų judumą skatinantys renginiai. Beveik 90 proc. respondentų atsakė teigiamai.



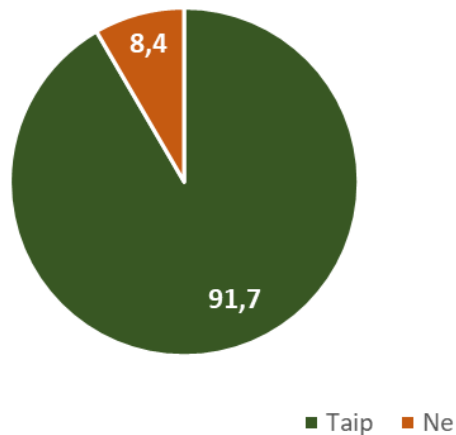
3 pav. Atsakymų į klausimą, ar per pastaruosius 3 metus mokykloje vyko Europos judumo savaitės ir kiti aktyvų judumą skatinantys renginiai, rezultatai (proc.)

Tai rodo, kad mokyklose, turinčiose aktyvaus judumo entuziastų, judumo veiklos vykdomos aktyviai. Anketoje taip pat prašyta pasidalyti sėkmingiausiais aktyvaus judumo skatinimo pavyzdžiais. Gautas ilgas įvairių veiklų sąrašas. Didelė dalis nurodytų veiklų buvo skirtos bendram fizinio aktyvumo skatinimui. Vertinant aktyvųjų judumą atspindinčias veiklas, dažniausiai buvo minimi įvairūs projektai: „Žingsnių iššūkis“, „Ratai sukasi ir sukasi“, „Europos judumo savaitė“, taip pat itin populiarėjanti žingsnių skaičiavimo programėlė „Walk 15“. Šioje programėlėje vyksta įvairūs žingsnių iššūkiai, kurie pritraukia didesnį dalyvių skaičių ir sujungia platesnę mokyklos bendruomenę (moksleivių giminaičius ir draugus). Iš pateiktų atsakymų matyti, kad mokyklos vykdo tarptautines iniciatyvas, savivaldybių bei visuomenės sveikatos biurų projektus.



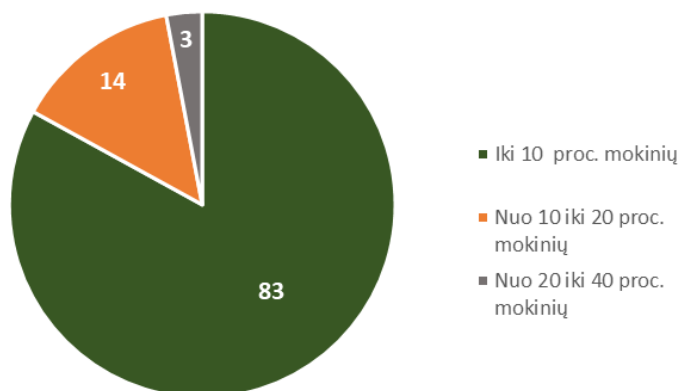
4 pav. Aktyvaus judumo skatinimo veiklos

Antroji anketos dalis buvo skirta išsiaiškinti dviračių bei paspirtukų laikymo sąlygas ir saugumo aspektus. Pildantieji klausimyną pabrėžta, jog sąvoka „dviračiai“ apima ir paspirtukus. Beveik 92 proc. respondentų nurodė, kad mokyklos teritorijoje yra dviračiams laikyti numatyta vieta. Lietuvos higienos normos 21:2011 „Mokykla, vykdanči bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ (toliau – higienos norma) IV skyriaus 14 punkte nurodyta, kad naujai statomų ir rekonstruojamų mokyklų sklype turi būti įrengtos vietos dviračiams laikyti. Toks didelis mokyklų, savo teritorijoje turinčių dviračiams skirtas vietas, skaičius vertinamas teigiamai.



5 pav. Atsakymų į klausimą, ar mokyklos teritorijoje yra dviračiams laikyti numatyta vieta, rezultatai (proc.)

Beveik ketvirtadalis respondentų (24 proc.) nurodė, kad dviračių laikymo vieta turi stogą. Taip pat buvo siekiama išsiaiškinti, koks procentas mokyklos mokinių gali prirakinti dviratį prie stovo, todėl buvo vertintas mokinių skaičius ir stovų skaičius mokyklos teritorijoje. Nors iš praktikos žinoma, kad prie vieno dviračio stovo galima prirakinti įvairių dviračių ar paspirtukų skaičių, buvo siekiama sužinoti preliminarų mokinių, galinčių prirakinti dviratį, skaičių.



6 pav. Atsakymų į klausimą, kiek procentų mokinių gali prirakinti dviratį mokyklos teritorijoje, rezultatai¹

¹ Darant prielaidą, kad stovai atitinka reikalavimus, nurodytus Statybos techniniame reglamente STR2.06.04:2011 „Gatvės. Bendrieji reikalavimai“

83 proc. apklausoje dalyvavusių mokyklų ne daugiau nei 10 proc. mokinių gali prirakinti dviratį prie stovo. 14 proc. mokyklų nuo 10 iki 20 proc. mokinių turi galimybę prirakinti dviratį prie stovo, o 3 proc. mokyklų tokią galimybę turi nuo 20 iki 40 proc. mokinių.*

Tvorą, juosiančią mokyklos teritoriją, nurodė turinčios pusė (50 proc.) apklausoje dalyvavusių mokyklų.

Siekiant išsiaiškinti, ar mokiniai turi sąlygas saugiai palikti dviračių šalmus, respondentų buvo klausama, kiek mokyklų turi rakinamas spinteles mokinių daiktams laikyti. Paaikškėjo, kad šiek tiek daugiau nei 40 proc. mokyklų mokiniai neturėjo rakinamų spintelių. Taip pat buvo klausama, kur mokiniai laiko šalmus, jei neturi rakinamos spintelės. Pagal dažniausiai paminėtas vietas atsakymai išsidėstė taip: bendroje rūbinėje, klasės rūbinėje, palieka pas mokyklos budėtoją, prirakina prie dviračio, nešiojasi su savimi. Vertinant saugumo jausmo mokyklos aplinkoje aspektą, anketoje buvo klausama, ar per pastaruosius 5 metus yra pasitaikę atvejų, kai iš mokyklos teritorijos dingo dviratis. 5 proc. atsakiusių nurodė, kad vagysčių atvejų buvo.

Apklausos formoje buvo galimybė pasidalyti komentarais, įžvalgomis apie dviračių infrastruktūrą. Vertinant atsakymus buvo gana lengva išskirti tris sritis, tai savivaldybės lygmuo, mokyklos lygmuo ir elgesys eisme.

Pastebėjimai savivaldybės lygmeniu:

- rūpestis dėl prastos dviračių takų būklės,
- spartus dviračių takų būklės blogėjimas,
- takų junglumo ir dviračių takų trūkumas.

Svarbu pažymėti, kad moksleiviai iš kaimiškų vietovių į mokyklas vežami savivaldybės arba mokyklos autobusu, todėl dėl ilgų atstumų važiuojimas dviračiu nėra vertinamas kaip galimas keliavimo būdas. Nepaisant neigiamų aspektų, buvo respondentų, besidžiaugiančių gera dviračių takų būkle ir išvystytu tinklu.

Pastebėjimai mokyklos lygmeniu:

- dviračių stovų trūkumas,
- dviračių stoginių trūkumas,
- neaptverta mokyklos teritorija ir šalmų laikymo vietų trūkumas.

Nors buvo paminėtų trūkumų, pasidžiaugta augančiu dviračiais į mokyklą važiuojančių mokinių skaičiumi.

Pastebėjimai dėl saugaus elgesio eisme:

- mažas procentas vaikų važiuodami dviračiu dėvi šalmą;
- trūksta teigiamo suaugusiųjų pavyzdžio renkantis dviratį vietoj asmeninio automobilio,

- netinkamas, nesaugus eismo dalyvių elgesys kelyje.

Respondentų buvo klausiama, ar jiems žinomi savivaldybių rengiami ir vykdomi darnaus judumo planai, kuriuose gali būti numatytas finansavimas mokyklų teritorijose įrengti ar atnaujinti dviračių laikymo infrastruktūrą bei įrengti ar atnaujinti dviračių takus iki mokyklos teritorijos. Pažymėtina, kad net 67 proc. atsakiusiųjų nurodė, jog apie tokius planus nėra girdėję.

Apklausa dėl keliavimo į mokyklą būdų Panevėžio mieste

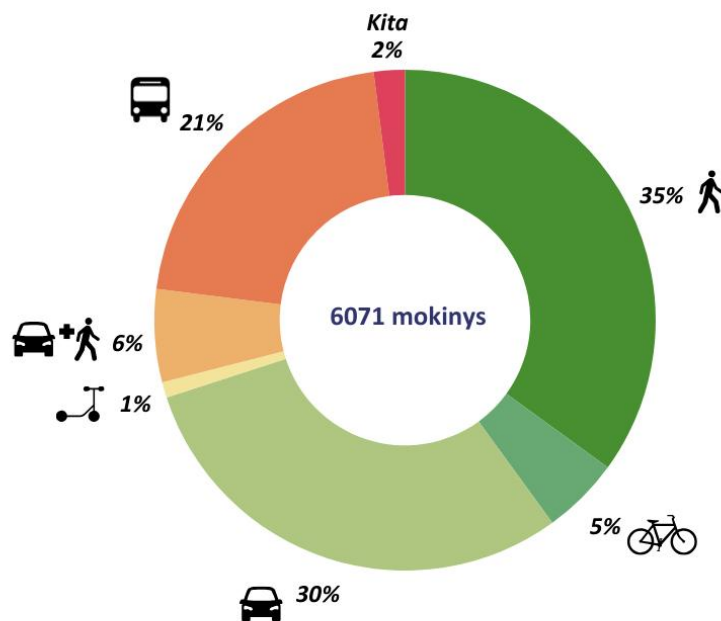
Šioje ataskaitoje taip pat pateikiame 2024 m. spalio 14–18 d. vykdytą Panevėžio miesto moksleivių apklausą apie jiems įprastus keliavimo į mokyklą būdus, remiantis Škotijos pavyzdžiu „Rankos aukštyn“.

2008 m. pirmą kartą Škotijos vykdyta bandomoji apklausa „Rankos aukštyn“ sulaukė pasisekimo ir nuo 2012 metų, Škotijos parlamento tvirtinimu, tapo nacionaline kelionių į mokyklą duomenų baze. Kiekvienais metais visos Škotijos mokyklos pildo apklausą. Apklausos rezultatai naudojami:

- informuoti skirtingų sričių politikos formuotojus,
- stebėti kelionių į mokyklas tendencijas laikui bėgant,
- teikti informaciją įvairioms sveikatos, transporto ir švietimo iniciatyvoms.

Remiantis išskirtiniu Škotijos pavyzdžiu, nuspręsta vykdyti bandomąją apklausą Panevėžio mieste. Panevėžyje yra 24 bendrojo ugdymo mokyklos. Pasitelkus Panevėžio miesto visuomenės sveikatos biuro specialistus 18 mokyklų buvo apklaustas 6 071 mokinys, besimokantis 5–12 klasėse. Toliau pateikiame keliavimo būdų pasiskirstymą.

Daugiausia (35 proc.) mokinių į mokyklą ir iš jos keliauja pėsčiomis, trečdalis mokinių į mokyklą atvežami automobiliu, 21 proc. važiuoja autobusu, 6 proc. vyksta mišriu būdu: dalį kelio atvežami automobiliu, o dalį kelio eina pėsčiomis. 2 proc. mokinių atvyksta kitais būdais (el. paspirtuku ar el. dviračiu) ir vos 1 proc. į mokyklą įprastai atvyksta paspirtuku.



7 pav. Keliavimo į mokyklą būdų pasiskirstymas (proc.)

Išvados

1. Dauguma mokyklų nurodo turinčios aktyvaus judumo entuziastą. Tai rodo egzistuojantį potencialą keisti moksleivių judumo įpročius sveikatai ir aplinkai naudinga kryptimi.
2. Stokojama supratimo apie aktyvaus judumo sampratą.
3. Respondentų įvardytos problemos patvirtina dviračių transporto temos kompleksiskumą. Norint sėkmingai skatinti aktyvų keliavimą į mokyklą sprendimai turi būti priimami įvairiais lygmenimis, kuriant infrastruktūrą mieste, aplink mokyklą ir mokyklos teritorijoje bei šviečiant ir ugdant visą mokyklos bendruomenę.
4. Vertinant vaikų galimybes važiuoti dviračiu į mokyklą ir iš jos svarbu atkreipti dėmesį į tai, kurioje šalies dalyje vaikas gyvena. Rajoninėse ar kaimiškose vietovėse atstumas iki ugdymo įstaigos dažnai yra didelis bei nesama tinkamos infrastruktūros. Atsižvelgiant į tai, svarbu skatinti naudoti viešuoju transportu, kad išliktų aktyvaus judumo elementas (ėjimas iki stotelės ir iš jos), palyginti su kelione asmeniniu automobiliu.
5. Siekiant surinkti daugiau duomenų apie mokinių keliavimo į mokyklą ir iš jos būdus, tikslinga apklausa „Rankos aukštyn“ kartoti didesne apimtimi.

Literatūra

1. Jungtinių Tautų Europos ekonominės komisijos ir Pasaulio sveikatos organizacijos Europos regiono biuro Europos programos „Transportas, sveikata ir aplinka“ Vienos deklaracija. Prieiga per internetą: <https://unece.org/info/THE-PEP/pub/376471>
2. Lietuvos Respublikos susisiekimo ministerijos dviračių transporto plėtros iki 2035 metų strateginės gairės ir memorandumas. Prieiga per internetą: <https://sumin.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/darnus-judumas/dviraciu-transporto-pletros-iki-2035-m-strategines-gaires-ir-memorandumas-del-gairiu-igyvendinimo/>
3. Lietuvos moksleivių gyvensena ir sveikata: 2018 m. situacija ir tendencijos. HBSC tyrimas. Prieiga per internetą: <https://hbsc.lt/wp-content/uploads/2020/04/2018reportLT.pdf>
4. Aranda-Balboa MJ, Huertas-Delgado FJ, Herrador-Colmenero M, Cardon G, Chillon P. Parental barriers to active transport to school: a systematic review. *Int J Public Health*. 2020 Jan;65(1):87-98. doi: 10.1007/s00038-019-01313-1.
5. Lam H Y, Jayasinghe S, Ahuja K D K, Hills A P. Active School Commuting in School Children: A Narrative Review of Current Evidence and Future Research Implications. *Int J Environ Res Public Health*. 2023 Oct 16;20(20):6929. doi: 10.3390/ijerph20206929.