

**ŠIAULIŲ R. GRUZDŽIŲ LOPŠELIS-DARŽELIS „PURIENA“**

**TYRIMAS**

**„SVEIKATAI PALANKAUS MAITINIMOSI  
ĮPROČIAI DARŽELYJE IR NAMUOSE“**

Tyrimą atliko :

Dietistė Regina Kriščiūnienė,

v/s specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje Virginija Kievišienė,

ikimokyklinio ugdymo mokytoja Reda Voitunienė.

2024 m. vasaris

## AKTUALUMAS

Vienas svarbiausių veiksnių, lemiančių vaikų sveikatą ir vystymąsi yra mityba. Su maistu vaikas turi gauti visų jo organizmui reikalingų medžiagų. Sveika mityba sąlygoja harmoningą vaikų augimą, fizinį ir protinį brendimą, sugebėjimą mokytis. Nepakankama ar netinkama mityba sutrikdo kaulų vystymąsi, normalią skydliaukės veiklą, mažina atsparumą ligoms.

**Darbo tikslai:** 1. Išsiaiškinti ar tėvai domisi sveikatai palankaus maitinimo principais lopšelyje-darželyje ir ar juos taiko gamindami maistą namuose.

2. Išsiaiškinti ar tėvams reikalinga papildoma informacija apie sveikatai palankų maistą.

**Uždavinys:** Atlikti tėvų ir vaikų apklausą siekiant išsiaiškinti sveikatai palankios mitybos įgūdžių ugdymą.

**Dalyviai:** Gruzdžių lopšelio-darželio „Puriena“ 75 ugdytinių tėvai, 5-6/7 m. ugdytiniai.

**Metodai:** Anoniminė internetinė tėvų apklausa, ugdytinių piešiniai.

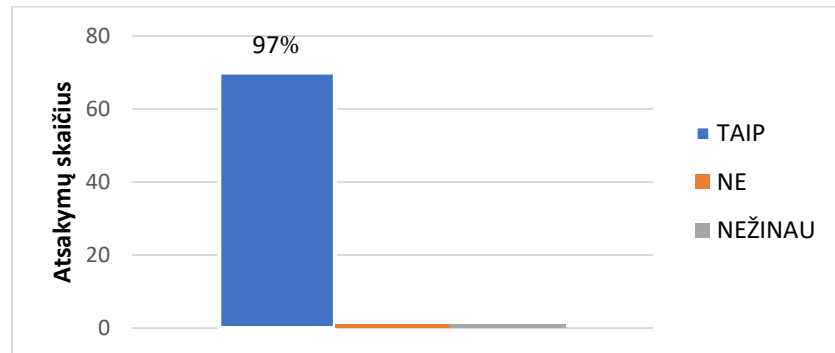
**Laikotarpis:** 2024 vasario 1 – 29 d.

# APKLAUSOS „SVEIKATAI PALANKAUS MAITINIMOSI ĮPROČIAI DARŽELYJE IR NAMUOSE“ ANALIZĖ

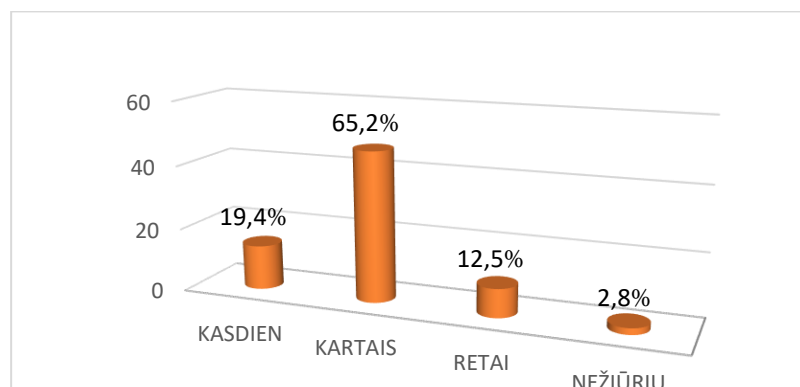
Anketinėje apklausoje dalyvavo 72 tėvai ir 50 ugdytinių. Pateikiame apklausos rezultatus.

## I. Tėvų apklausos rezultatai:

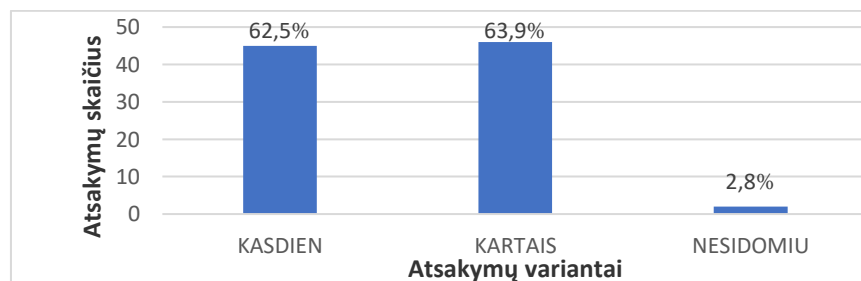
### 1) „Ar Jums pakanka informacijos apie vaikų maitinimą lopšelyje-darželyje?“



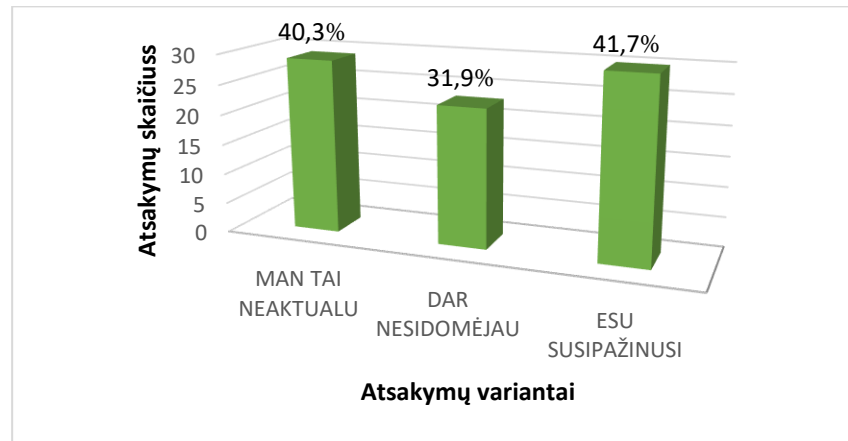
### 2) „Ar Jūs dažnai peržiūrite lopšelio-darželio dienos meniu?“



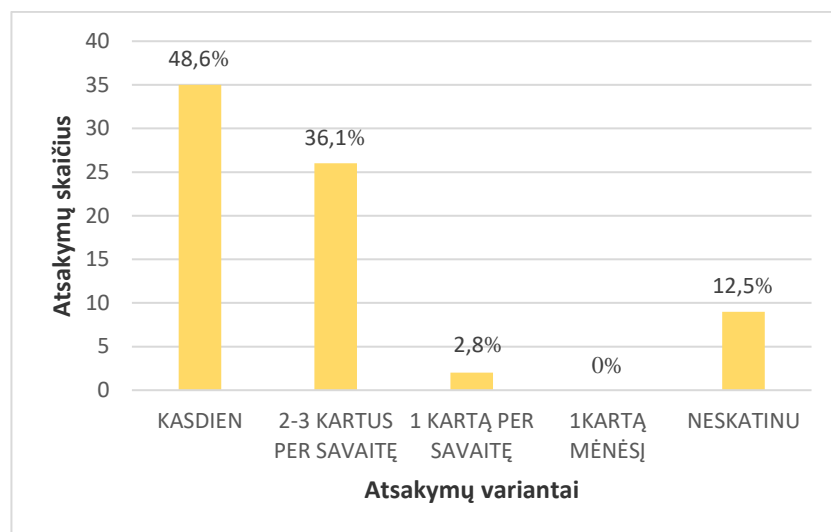
### 3) „Kaip dažnai domitės ar Jūsų vaikui patinka maisto patiekalai, kuriuos ruošia lopšelyje- darželyje?“



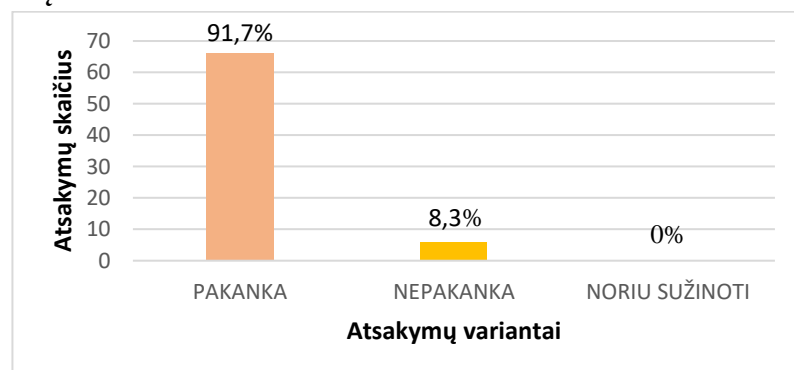
- 4) „Kaip dažnai domitės ar Jūsų vaikui patinka maisto patiekalai, kuriuos ruošia lopšelyje- darželyje?“



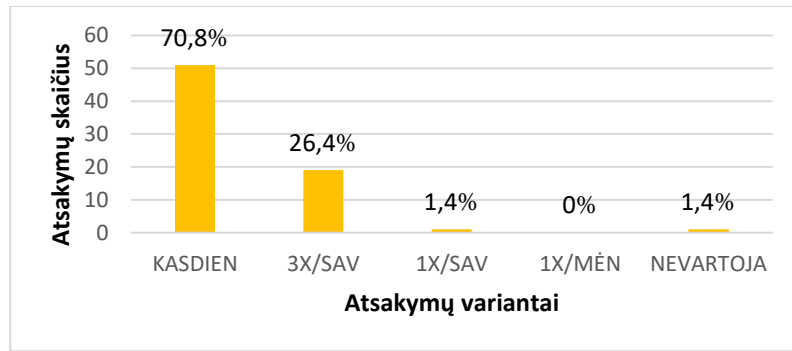
- 5) „Ar Jūs skatinate namuose vaiką rinktis sveikatai palankų maistą?“



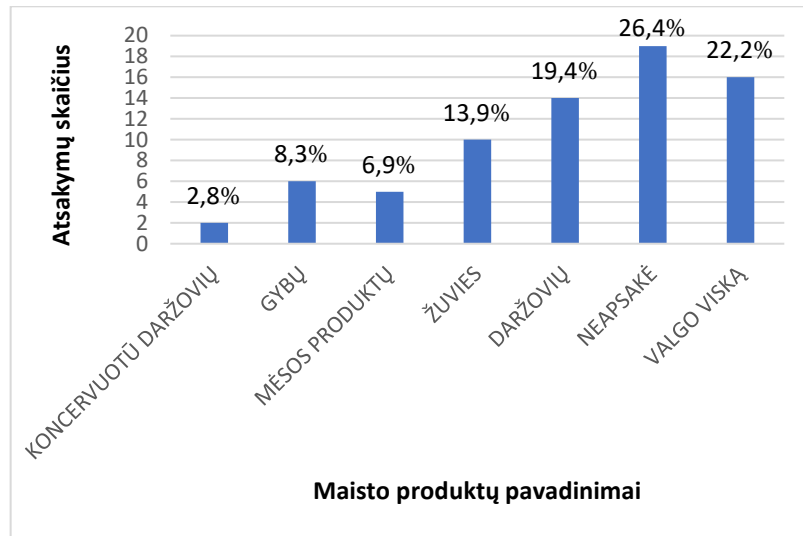
- 6) „Ar Jums pakanka lopšelyje-darželyje tiekiamos informacijos apie sveikatai palankų maistą?“



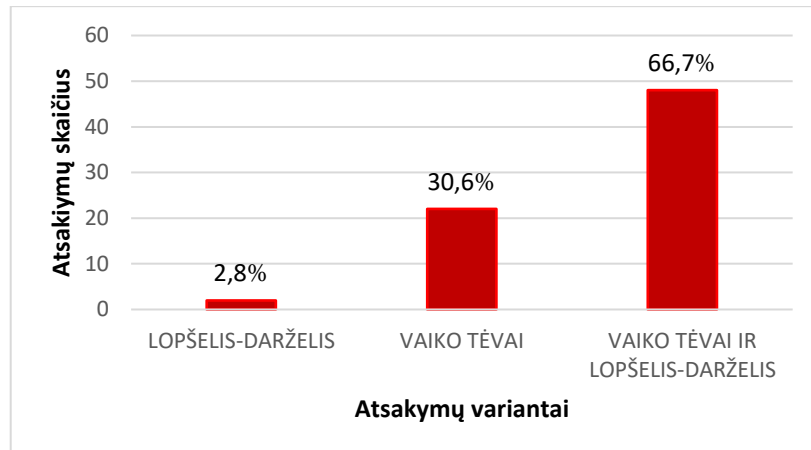
7) „Kaip dažnai Jūsų vaikas namuose vartoja šviežias daržoves ir vaisius?“



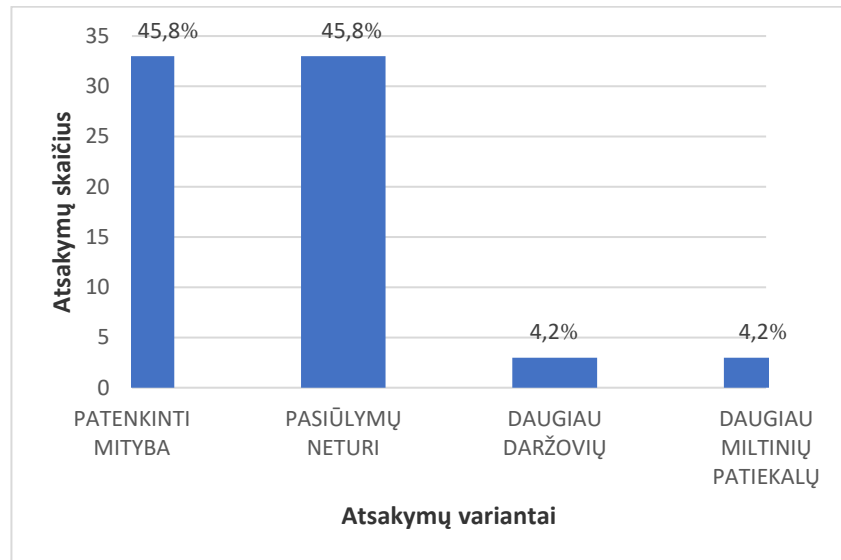
8) „Kokių maisto produktų (išvardinkite) namuose nevalgo Jūsų vaikas?“



9) „Kas Jūsų manymu, turėtų pratinti vaikus prie visaverčio maisto?“



10) „Kokių Jūs turite pasiūlymų mūsų lopšeliui-darželiui mitybos klausimais?“



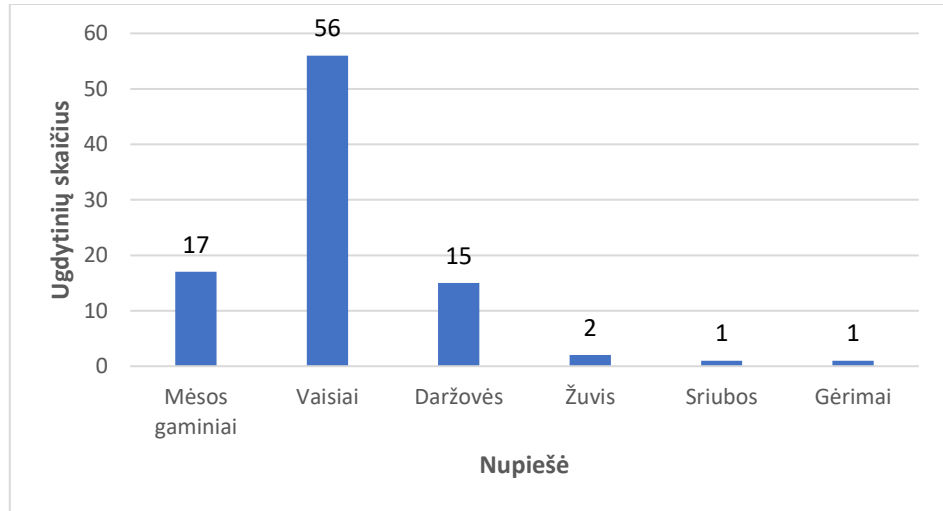
## IŠVADOS

Remdamiesi apklausos rezultatais galime daryti tokias išvadas:

- Tėvams pakanka informacijos apie maitinimą lopšelyje-darželyje.
- Tėvams labai rūpi ką vaikai valgo, ar įvairus maisto racionas.
- Didžioji dauguma tėvų (65,3 %) domisi darželio dienos meniu.
- Tėvai domisi, ar vaikas noriai valgo darželyje. Nesidominčiųjų yra tik 2,8 %.
- Dauguma apklaustųjų patenkinti savo vaiko mitybos įpročiais.
- Lopšelyje-darželyje teikiamos informacijos apie sveikatai palankų maistą trūksta tik 8,3 % tėvų, bet daugiau sužinoti jie nenori.
- Džiaugiamės, kad 70,8 % ugdytinių kasdien namuose gauna vaisių arba daržovių.
- 26,4% tėvelių negali pasakyti kokių maisto produktų namuose nevalgo Jų vaikas. Kiti teigia, kad Jų vaikai nemėgsta:
  - daržovių - 14 vaikų,
  - žuvies - 10 vaikų,
  - grybų - 6 vaikai.
- Tėvai pageidauja, kad lopšelio-darželio meniu būtų daugiau daržovių ir miltininių patiekalų.

## II. Ugdytinių apklausos rezultatai:

### Ugdytiniai nupiešė ką labiausiai mėgsta valgyti.



### IŠVADOS:

- Vaisius mėgsta didesnioji dalis ugdytinių.
- Iš daržovių mėgstamiausios yra morkos ir burokėliai.
- Mėsą ir mėsos patiekalus mėgsta nedidelė dalis ugdytinių.
- Žuvis ir žuvies patiekalai mažiausiai mėgstami ugdytinių.

