

*Pusaudžu informācijas tehnoloģiju
lietošanas paradumu saistība
ar veselības stāvokli*

KVANTITATĪVAIS PĒTĪJUMS

2013.gada maijs

SATURS

I. Metodoloģiskā informācija.

II. Galvenie secinājumi.

III. Pētījuma rezultāti.

1. Informācijas tehnoloģiju lietošanas paradumi.
2. Emocionālā pašsajūta un pašnovērtējums.
3. Fiziskās veselības rādītāji un pašnovērtējums.
4. Vaļasprieki/ hobiji.
5. Attiecības ar vienaudžiem un ģimenes locekļiem.
6. Mācību sasniegumu rādītāji.

I. Metodoloģiskā informācija

<u>PĒTĪJUMA METODE:</u>	Aptauja tika veikta, izmantojot frontālo anketēšanu latviešu un krievu valodā mācību iestādēs.
<u>APTAUJAS MĒRKA GRUPA:</u>	13-14 gadus veci Rīgas pašvaldības skolēni
<u>APTAUJAS INSTRUMENTĀRIJS:</u>	<p>Balstoties uz pasūtītāja iesūtīto aptaujas anketas matricu, tika veidots aptaujas instrumentārijs - anketa latviešu valodā, kas tās izveides noslēguma fāzē tika saskaņota ar pasūtītāju.</p> <p>Anketa tika tulkota no latviešu uz krievu valodu- saskaņā ar tulkošanas procedūru, krievu valodas gala versija tika veidota, savstarpēji salīdzinot 2 neatkarīgi veiktus tulkojumus, katrā jautājumā izvēloties optimālāko un veiksmīgāko tulkojums versiju.</p>
<u>PILOTAPTAUJA:</u>	Pirms aptaujas lauka darba uzsākšanas tika organizēta pilot-aptauja, kuras ietvaros tika testēta izveidotā aptaujas anketa (abās valodās) – gan jautājumu saturs, gan tulkojums. Tika īstenota instrumenta ticamības un validācijas pārbaude testējot 60 pusaudžus (30 latviski runājošus un 30 krieviski runājošus).
<u>INFORMĀCIJAS IEGUVES LAIKS:</u>	30.04.2013.- 29.05.2013.

IZLASE:

Reprezentatīva 13-14 gadus vecu Rīgas pilsētas jauniešu atlase. Tās aprēķināšanā izmantoti LR Izglītības un zinātnes ministrijas dati par:

- vispārizglītojošo skolu skaitu un sadalījumu Rīgas pilsētas priekšpilsētās,
- Izglītojamo skaita sadalījumu pa klasēm vispārizglītojošajās dienas apmācības programmās 2012./2013.m.g. (vakara un neklātienes programmās šāda vecuma skolēnu skaits ir pārāk mazs, tāpēc šo programmu dalībnieki izlasē nav iekļauti),
- Izglītojamo skaita sadalījums pēc apmācības valodas vispārizglītojošajās dienas apmācības programmās 2012./2013.m.g.

Izlase tiek aprēķināta, ievērojot 13-14 gadus vecu skolēnu sadalījuma proporcijas pēc visiem trim augstāk minētajiem faktoriem. Reprezentatīvas aptaujas nodrošināšanai izlasē tiek izvēlēta un iekļauta 31 skola:

- Centra rajonā = 3 skolas (aptaujā iegūstot vismaz 55 derīgas anketas, no kurām 29.1% jeb 16 skolēni pārstāv krievvalodīgo respondentu kopu);
- Kurzemes priekšpilsētā = 5 skolas (vismaz 93 anketas; no kurām 58.1% jeb 54 – krievu valodā);
- Latgales priekšpilsētā = 8 skolas (vismaz 110 anketas, no kurām 60% jeb 66 – krievu valodā);
- Vidzemes priekšpilsētā = 7 skolas (vismaz 124 anketas, no kurām 45.2% jeb 56 – krievu valodā);
- Zemgales priekšpilsētā = 4 skolas (vismaz 68 anketas, no kurām 42.6% jeb 29 – krievu valodā);
- Ziemeļu rajonā = 4 skolas (vismaz 50 anketas, no kurām 54% jeb 27 – krievu valodā).

Atbilstoši punktā Nr.1 aprakstītajam izlases sadalījumam tika izvēlētas konkrētas mācību iestādes, kurās, iepriekš to saskaņojot ar skolas vadību, tika veikta aptauja.

Sasniegtās izlases salīdzinājums ar plānoto izlasi

Plānotais respondentu skaits					Sasniegtais respondentu skaits				
Rīgas Priekšpilsēta	Skolu skaits	Kopā	Latviešu valodā	Krievu valodā	Mācību iestāde	Kopā	Latviešu valodā	Krievu valodā	
Centra rajons	3	55	39	16	Rīgas 22. vidusskola	16	0	16	
					Rīgas Natālijas Draudziņas vidusskola	18	18	0	
					Rīgas Centra Humanitārā vidusskola	22	22	0	
					Kopā:	56	40	16	
Kurzemes Priekšpilsēta	5	93	39	54	Rīgas 71. vidusskola	27	0	27	
					Rīgas 68. vidusskola	14	0	14	
					Rīgas 34. vidusskola	28	0	28	
					Iļģuciema vidusskola	15	15	0	
					Rīgas Imantas vidusskola	21	21	0	
Kopā:	105	36	69						
Latgales priekšpilsēta	8	110	44	66	Andreja Pumpura 11. pamatskola	16	16	0	
					Rīgas pilsētas Pļavnieku ģimnāzija	21	21	0	
					Rīgas Ķengaraga vidusskola	20	0	20	
					Rīgas 86. vidusskola	17	0	17	
					Rīgas 93. vidusskola	14	14	0	
					Rīgas 25. vidusskola	24	24	0	
					Rīgas Pļavnieku pamatskola	24	24	0	
					Rīgas 51. vidusskola	15	0	15	
					Rīgas 75. vidusskola	19	0	19	
Kopā:	170	99	71						
Vidzemes priekšpilsēta	7	124	68	56	Rīgas 21. vidusskola	19	0	19	
					Juglas vidusskola	18	18	0	
					Mežciema pamatskola	15	15	0	
					Rīgas 85. vidusskola	26	26	0	
					Rīgas Hanzas vidusskola	26	26	0	
					Rīgas 80. vidusskola	20	0	20	
					Rīgas 74. vidusskola	18	0	18	
Kopā:	142	85	57						
Zemgales priekšpilsēta	4	68	39	29	Rīgas 53. vidusskola	18	0	18	
					Rīgas 47. vidusskola	31	31	0	
					Friča Brīvzemnieka pamatskola	17	17	0	
					Rīgas 95. vidusskola	21	0	21	
Kopā:	87	48	39						
Ziemeļu rajons	4	50	23	27	Rīgas valsts 2. ģimnāzija	14	14	0	
					A. Puškina licejs	21	0	21	
					Rīgas 31. vidusskola	17	17	0	
Kopā:	52	31	21						
KOPĀ	31	500	252	248	31 Skola	612	339	273	

II. Galvenie secinājumi

1. Informācijas tehnoloģiju lietošanas paradumi.

1.1. Datora interneta/ lietošana.

- ❖ Datoru katru dienu izmanto vairāk nekā trīs ceturtdaļas (81,7%) aptaujāto pusaudžu. Gandrīz visi (93,6%) – vismaz reizi nedēļā. Rezultātu analīze respondentu grupās, kas izveidotas pēc dažādām sociāli demogrāfiskajām pazīmēm, neatklāj kādas būtiskas atšķirības. Visās grupās respondentu īpatsvars, kuri lieto datoru katru dienu pārsniedz 75%.
- ❖ Skolēnu pašnovērtējums par datora/ interneta lietošanas ilgumu ikdienā atklāj sekojošo:
 - 24,8% pusaudžu datoru/ internetu ikdienā lieto līdz 2h (ieskaitot);
 - 41,3% respondentu datoru/ internetu ikdienā lieto no 2h līdz 4h;
 - 31,4% pusaudžu atzina, ka datoru/ internetu ikdienā lieto ilgāk par 4h;
 - Tātad kopumā gandrīz trīs ceturtdaļas (72,7%) pusaudžu datoru/ internetu vidēji dienā lieto vairāk par 2h;
 - Vidējais datora/ interneta lietošanas ilgums dienā aptaujāto pusaudžu vidū ir 3h 36 min;
 - ✓ Vidējais datora/ interneta lietošanas ilgums darba dienā – 4h 10 min;
 - ✓ Vidējais datora/ interneta lietošanas ilgums darba dienā – 3h 23 min.

- ❖ **Aptaujas rezultātu analīze dažādās respondentu sociāli demogrāfiskajās grupās atklāj, ka salīdzinoši vairāk datoru/ internetu vidēji dienā lieto:**
 - zēni,
 - fiziskai mazāk aktīvie pusaudži,
 - skolēni, kuriem vecāki neierobežo datora lietošanas ilgumu,
 - pusaudži, kuriem ir kādas nesekmīgas gala atzīmes un kuriem nepatīk mācīties.

- ❖ **Atbildes par iepriekšējā dienā (pirms aptaujas) pavadīto laiku pie datora/ interneta un izmantošanas mērķiem, atklāj sekojošus rezultātus:**
 - ❑ **21,7% pusaudžu iepriekšējā dienā vairāk nekā 2h izmantoja internetu sociālo tīklu apmeklējumiem/ saziņai ar draugiem/ čatošanai. Vidējais interneta lietošanas ilgums šim mērķim aptaujāto skolēnu vidū – 1h 34 min;**
 - ❑ **20,1% pusaudžu vairāk nekā 2h izmantoja datoru/ internetu datorspēlēm. Vidējais datorspēļu lietošanas ilgums – 1h 20 min;**
 - ❑ **10,8% respondentu vairāk nekā 2h izmantoja datoru/ internetu mācībām skolā. Vidējais datora lietošanas ilgums šim mērķim – 55 min;**
 - ❑ **9,2% pusaudžu vairāk nekā 2h izmantoja datoru/ internetu hobijiem/ zināšanu/ prasmju paplašināšanai. Vidējais datora/ interneta lietošanas ilgums šim mērķim – 52 min;**
 - ❑ **7,5% respondentu vairāk nekā 2h izmantoja datoru/ internetu citiem mērķiem. Vidējais datora/ interneta lietošanas ilgums tiem – 40 min.**

- ❖ Gandrīz visi (97,7%) pusaudži datoru/ internetu lieto mājās. Vairākums aptaujāto skolēnu datoru/ internetu lieto arī vietās, kur pieejams WiFi (68,3%), pie draugiem mājās (66%), kā arī skolā (57%).
- ❖ Dominējošā daļa (> 70%) aptaujāto skolnieku izmanto internetu sekojošiem mērķiem - filmu, mūzikas, TV, bilžu skatīšanās/ lejuplādēšana; sociālo tīklu (draugiem, facebook un tml.) apmeklēšanai; Skype izmantošana; čatošana/ saziņai ar draugiem; mācībām skolā; spēļu spēlēšana/ lejuplādēšana; informācijas meklēšana personīgajām interesēm/ zināšanu paplašināšanai.
- ❖ Pētījuma rezultāti atklāj sekojošas tendences:
 - Zēni ievērojami biežāk nekā meitenes izmanto internetu spēļu spēlēšanai/ lejuplādēšanai, kā arī biežāk izmanto Skype un apmeklē lapas, kas paredzētas cilvēkiem pēc 18 gadu vecuma.
 - Meitenes salīdzinoši biežāk izmanto internetu sociālo tīklu apmeklēšanai, čatošanai/ saziņai ar draugiem, kā arī mācībām skolā.
 - Likumsakarīgi, ka to pusaudžu vidū, kuri vidēji dienā vairāk izmanto datoru/ internetu (> 2h), ir vairāk tādu, kuri izmanto internetu spēļu spēlēšanai/ lejuplādēšanai.
- ❖ Vairāk nekā divas trešdaļas (70,2%) aptaujāto pusaudžu vismaz 4 dienas nedēļā sazinās ar saviem draugiem izmantojot internetu. Katru dienu to dara 43,6% respondentu – visbiežāk tie pusaudži, kuri datoru/ internetu vidēji dienā lieto ilgāk par 3h.

- ❖ Gandrīz visi (96,1%) aptaujāto skolnieku ir reģistrējušies, izveidojuši savu profilu kādos sociālajos tīklos internetā. Lielākā daļa pusaudžu ir reģistrējušies tādos sociālajos tīklos, kā *Facebook* (72,1%), *Draugiem* (63,9%) un *Twitter* (57,8%).
- ❖ Rezultātu analīze grupās, kas izveidotas pēc dažādām sociāli demogrāfiskajām grupām, atkāj sekojošo:
 - ❖ Latviešu vidū vairāk populāri sociālie tīkli ir *Draugiem*, *Twitter*, *ask.fm*, savukārt cittautiešu auditorijā – *vk.com* (*vkontakte.ru*), *odnoklassniki.ru*.
 - ❖ Sociālie tīkli internetā vairāk populāri ir meiteņu vidū.

1.2. Spēļu konsoļu lietošana.

- ❖ Spēļu konsoles vispār lieto nedaudz vairāk par pusi (52,5%) pusaudžu. Regulāri, vismaz reizi nedēļā – 21,6% respondentu. Ievērojami vairāk spēļu konsoles lieto zēni. Gandrīz katrs trešais (32,3%) aptaujātais zēns spēļu konsoles lieto vismaz reizi nedēļā. Meiteņu vidū šādu respondentu īpatsvars nesasniedz 10%. Regulāro spēļu konsoļu lietotāju skaits lielāks ir ģimenēs ar augstāku labklājības līmeni.
- ❖ Katrs trešais (33,6%) pētījuma dalībnieks spēļu konsoles vidēji dienā izmanto līdz 2h. Vairāk par 2h spēles izmantojot konsoles spēlē 16,5% pusaudžu.
- ❖ Vidējais spēļu konsoļu lietošanas ilgums dienā aptaujāto pusaudžu vidū ir 1h. Zēnu auditorijā vidējais spēļu konsoļu lietošanas ilgums sasniedz 1h 27 min.

1.3. Interneta lietošana mobilajā telefonā.

- ❖ Vairākums (61,1%) pusaudžu regulāri, vismaz reizi nedēļā, izmanto internetu mobilajā telefonā. Katru dienu – 40,8% respondentu. Jo augstāks ir ģimenes labklājības līmenis, jo lielāks ir to pusaudžu īpatsvars, kuri katru dienu lieto internetu mobilajā telefonā. Citās sociāli demogrāfiskajās grupās iegūtie rezultāti ir līdzīgi.
- ❖ Gandrīz divas trešdaļas (65,7%) pusaudžu internetu/ spēles mobilajā telefonā vidēji dienā lieto līdz 2h. Vairāk par 2h vidēji dienā internetu/ spēles mobilajā telefonā lieto 24,9% respondentu.
- ❖ Vidējais interneta/ spēļu lietošanas ilgums MT dienā aptaujāto pusaudžu vidū ir 1h 40 min.

1.4. Televīzijas skatīšanās.

- ❖ Gandrīz divas trešdaļas (64,9%) pusaudžu TV vidēji dienā skatās līdz 3h. Vairāk par 3h vidēji dienā TV skatās 25,3% respondentu.
- ❖ Vidējais televīzijas skatīšanās ilgums dienā aptaujāto pusaudžu vidū ir 2h 16 min.
 - ✓ Vidējais televīzijas skatīšanās ilgums darba dienā – 2h 9 min;
 - ✓ Vidējais televīzijas skatīšanās ilgums darba dienā – 2h 33 min.

2. Emocionālā pašsajūta un pašnovērtējums.

- ❖ Vairāk kā divas trešdaļas respondentu viņu draugi, vecāki un viņi paši raksturo sevi kā pozitīvus un aktīvus.
- ❖ Par noslēgtiem sevi uzskata mazāk kā piektā daļa (16,2%) respondentu. Gandrīz puse šo respondentu lieto datoru/internetu vairāk kā 4 stundas dienā.
- ❖ Vairāk kā divas trešdaļas (72,1%) pusaudžu katru vai gandrīz katru dienu (vismaz 5 reizes nedēļā) ir izjutuši prieku. Emocionāli priecīgajos brīžos parasti laiks tiek pavadīts kopā ar draugiem.
- ❖ Vairums respondentu pēdējā mēneša laikā vismaz 2 reizes nedēļā ir izjutuši pozitīvas emocijas - mieru. Miera izjušanas brīžos parasti laiks tiek pavadīts kopā ar ģimeni.
- ❖ No negatīvām emocijām vismaz reizi nedēļā pēdējā mēneša laikā aptaujātie pusaudži visvairāk izjutuši dusmas – 67,6%.
- ❖ Negatīvās emocijas (dusmas, vienaldzību, skumjas, vainas izjūtu/kaunu) vairāk izjutuši respondenti, kuriem nepatīk mācīties, ir nesekmīgas gala atzīmes, datoru/internetu lieto vairāk kā 5 stundas dienā, brīvais laiks tiek pavadīts mazkustīgi.
- ❖ Priekšroka laika pavadīšanai pie datora visbiežāk tiek izdarīta gadījumos, kad pusaudzis izjūt vienaldzību, mieru, skumjas un dusmas.

- ❖ **8 no 10 respondentiem uzskata, ka viņus var viegli iepriecināt un iesaistīt aktivitātēs, kas nav saistītas ar datora/interneta lietošanu.**
- ❖ **5 no 10 respondentiem uzskata, ka viņus var viegli sadusmot, aizkaitināt, apbēdināt. Gandrīz 3 no 10 respondentiem domā, ka viņus var viegli iebiedēt, likt justies vainīgam vai nokaunināt.**
- ❖ **Negatīvās emocijas vieglāk izraisīt respondentiem, kuriem ir zema ikdienas fiziskā aktivitāte, nepatīk mācīties, ir nesekmīgas gala atzīmes, pavada 4 un vairāk stundas dienā pie datora.**
- ❖ **Apmēram pusei respondentu vecāki ierobežo datora, interneta lietošanas ilgumu, galvenokārt mutiski vienojoties.**
- ❖ **40% respondentu ir nācies vismaz 4 dienas pēdējās nedēļas laikā lietot datoru/ internetu/ spēlēt spēles ilgāk nekā plānots. Šie respondenti galvenokārt ir zēni, respondenti, kuri pavada pie datora/interneta vairāk kā 2 stundas dienā, kuri dzīvo ģimenēs ar zemu vai vidēju pārticības līmeni un, kuru vecāki neierobežo datora lietošanas ilgumu. Bez tam šiem respondentiem ir nesekmīgas gala atzīmes, viņiem nepatīk mācīties un ir zema fiziskā aktivitāte ikdienā.**
- ❖ **19,3% respondentu vismaz divas reizes nedēļa pēdējā mēneša laikā kāds ir teicis, ka viņš to vien dara kā sēž datorā, un 13,4% ir kāds teicis, ka viņu nekas cits neinteresē kā dators.**
- ❖ **77,9% respondentu dara kaut ko citu, kad nav iespējams vai ir aizliegts piekļūt datoram. Savukārt 52% atzīmē, ka viņiem tas ir vienaldzīgi, bet 17,2% meklē iespēju tikt pie datora. 2,9% izjūt trauksmi, kad nav iespējams piekļūt datoram.**

3. Fiziskās veselības rādītāji un pašnovērtējums.

- ❖ Biežāk minētās veselības sūdzības, ar kurām vairāk nekā ceturtdaļa pusaudžu saskaras vismaz reizi nedēļā:
 - ✓ *Miegainība dienas laikā;*
 - ✓ *Aizkaitināmība, slikts garastāvoklis;*
 - ✓ *Galvassāpes.*
- ❖ Visa veida veselības sūdzības, izņemot plaukstas locītavas sāpes, pēdējo 30 dienu laikā vairāk ir bijušas meitenēm.
- ❖ Galvassāpes, nervozitāte, aizkaitināmība, slikts garastāvoklis biežāk ir respondentiem, kuriem ir zema fiziskā aktivitāte, zems ģimenes labklājības līmenis, nepatīk mācīties un ir bijusi kāda nesekmīga gala atzīme.
- ❖ Pēdējā mēneša laikā respondenti lietojuši medikamentus, galvenokārt, pret galvassāpēm. Šos medikamentus vairāk lietojušas meitenes, respondenti ar zemu ikdienas fizisko aktivitāti un tie, kuri vairāk kā 4 stundas dienā pavada pie datora.
- ❖ Kāda hroniska slimība ir 22,5% aptaujāto skolēnu.

- ❖ Gandrīz katrs otrais (46,1%) skolēns pēdējā mēneša laikā ir kavējis skolu sliktas pašsajūtas/ veselības dēļ. Nedēļu (5 skolas dienas) vai vairāk veselības problēmu dēļ skolu ir kavējuši 15,9% pusaudžu. Gandrīz 2 no 10 (18,8%) respondentiem, kuriem ir ārsta diagnosticēta hroniska slimība pēdējo 30 dienu laikā skolu ir kavējuši 6 un vairāk dienas.
- ❖ Viens no desmit respondentiem vismaz vienu dienu pēdējā mēneša laikā ir kavējis skolu, nesakot par to vecākiem. Tomēr neattaisnota skola kavēšana nav saistīta ar ilgstošu datora lietošanu dienā.
- ❖ Vecāki dažāda veida veselības sūdzības respondentiem, galvenokārt, ārstē ar medikamentiem no mājas aptieciņas vai ved pie ārsta, iesaka iet gulēt.
- ❖ Par acu nogurumu vismaz reizi nedēļā galvenokārt sūdzas respondenti, kuri biežāk lieto internetu mobilajā telefonā, fiziski maz aktīvi, tie, kuriem vecāki neierobežo datora lietošanas ilgumu, tie, kuriem ir kāda nesekmīga gala atzīme un nepatīk mācīties.
- ❖ Respondentiem par stājas problēmām galvenokārt ir norādījuši ģimenes locekļi (46,7%) un ārsti (23,2%).
- ❖ Respondenti, kuriem kāds ir norādījis par stājas problēmām, vairāk ir meitenes, krievvalodīgie, internetu lieto vairāk kā 2 stundas dienā, tie, kuriem ir zema ikdienas fiziskā aktivitāte.
- ❖ 16,8% respondentu nepieciešami redzes korekcijas līdzekļi. Puse no šiem respondentiem valkā tos no 10-14 gadu vecuma.
- ❖ 78,5% respondentu savu veselību novērtē kā labu vai teicamu. Galvenokārt, tie ir respondenti, kuriem patīk mācīties, kuriem ir augstāka ikdienas fiziskā aktivitāte, zēni

- ❖ 62,5% respondentu savu fizisko formu novērtē kā labu. Tie vairāk ir zēni, tie, kuri ir fiziski aktīvi brīvajā laikā un ikdienā, kuriem ir labas sekmes un pozitīva attieksme pret mācībām.
- ❖ Vairāk kā viena trešdaļa (36,1%) skolēnu fiziski aktīvi ir gandrīz katru dienu (6 – 7 reizes nedēļā). Gandrīz katrs trešais (31,9%) skolēns fiziski aktīvs ir 4- 5 dienas nedēļā, katrs ceturtais (26,3%) pusaudzis – 2-3 dienas nedēļā. 5,7% skolēnu fiziskā aktivitāte ir ļoti zema (fiziski aktīvs – vienu vai nevienu dienu nedēļā).
- ❖ Saskaņā ar Pasaules Veselības organizācijas rekomendācijām ikdienas fiziskai aktivitātei bērniem un jauniešiem līdz 18 gadu vecumam pietiekama ir fiziska aktivitāte ar vidēju intensitāti 60 minūtes katru dienu. (*Global Recommendations on Physical Activity for Health, World Health Organization 2010*). Šim kritērijam atbilst tikai 25% skolēnu.
- ❖ Tie skolēni, kas izmanto datoru/ internetu līdz 2 h dienā ir fiziski aktīvāki nekā tie jaunieši, kas datoru/ internetu lieto vairāk par 2h dienā.

4. Vaļasprieki/ hobiji.

- ❖ Divām trešdaļām (67,3%) pētījuma dalībnieku hobiji, vaļasprieki ir saistīti ar fiziskām aktivitātēm sportu. Šajā grupā populārākie hobiji/ vaļasprieki ir:
 - ✓ *Futbols* (minēja 12,3% pusaudžu);
 - ✓ *Dejošana* (11,1%);
 - ✓ *Basketbols* (10,5%);
 - ✓ *Riteņbraukšana/ BMX* (10,1%).

- ❖ 42,6% pusaudžu ir kāds no mērķtiecīgajiem hobijiem. Šajā grupā populārākie hobiji/ vaļasprieki ir:
 - ✓ *Zīmēšana* (minēja 14,1% pusaudžu);
 - ✓ *Kāda mūzikas instrumenta spēlēšana* (12,3%);
 - ✓ *Dziedāšana (koris, ansamblis, vokāls un tml.)* (7,2%).
- ❖ 16,8% skolnieku ir relaksējošie hobiji/ vaļasprieki – *pastaigas, ārā iešana, satikšanās ar draugiem*.
- ❖ 13,1% pusaudžu nosauca hobijus, kas saistīti datora, interneta lietošanu, datorspēļu spēlēšanu un TV skatīšanos.
- ❖ Rezultātu analīze respondentu grupās, kas izveidotas pēc dažādām sociāli demogrāfiskajām pazīmēm, atklāj sekojošas tendences:
 - Meitenes daudz vairāk nodarbojas ar mērķtiecīgajiem hobijiem (kā zīmēšana, dziedāšana), savukārt zēni, vairāk kā meitenes, min hobijus, kas saistīti ar interneta lietošanu, TV skatīšanos un videospēļu spēlēšanu.
 - Skolēni, kuru hobiji saistās ar fiziskajām aktivitātēm un mērķtiecīgajiem hobijiem, salīdzinoši biežāk atbildējuši, ka viņiem patīk mācīties. Savukārt tie, kuru hobiji saistīti ar interneta/ TV lietošanu un videospēlēm, biežāk minējuši, ka mācīties viņiem nepatīk, kā arī viņiem biežāk bijušas nesekmīgas gala atzīmes.
 - Likumsakarīgi, ka fiziski mazāk aktīvi ir tie skolēni, kuru hobiji saistīti ar interneta/ TV lietošanu, videospēļu spēlēšanu un relaksējošām brīvā laika aktivitātēm.
 - To skolēnu hobiji, kuri nāk no nepilnām ģimenēm, biežāk ir saistīti ar interneta/TV lietošanu, videospēļu spēlēšanu un relaksējošiem hobijiem. Viņi mazāk izvēlas fiziskās aktivitātes un sportu.

- ❖ **Interesanti, ka hobijiem, kas saistīti datora, interneta lietošanu, datorspēļu spēlēšanu un TV skatīšanos, vidēji nedēļā tiek veltīts vairāk laika nekā cita veida hobijiem/ vaļaspriekiem:**
 - ✓ **Tie pusaudži, kuri nosauca hobijus, kas saistīti datora, interneta lietošanu, datorspēļu spēlēšanu un TV skatīšanos, vidēji nedēļā tiem velta 9,3h;**
 - ✓ **Respondenti, kuri nosauca hobijus, kuri saistīti ar fiziskām aktivitātēm, sportu (futbols, dejošana, basketbols u.c.), vidēji nedēļā tiem velta 8,2h;**
 - ✓ **Skolēni, kuri nosauca mērķtiecīgos hobijus (kā zīmēšana, dziedāšana, mūzikas instrumentu spēlēšana), vidēji nedēļā tiem velta 7,2h;**
 - ✓ **Respondenti, kuri nosauca relaksējošos hobijus (pastaigas, ārā iešana, satikšanās ar draugiem), vidēji nedēļā tiem velta 5,8h.**

- ❖ **Vērtējot kopumā savu brīvā laika pavadīšanu, vairāk par pusi (53,1%) pusaudžu to raksturoja kā vairāk fiziski aktīvu (sportošana un citi fizisko aktivitāšu veidi), savukārt 37,4% respondentu kā vairāk pasīvu (dators, televizora skatīšanās, lasīšana un cita veida sēdoša brīvā laika pavadīšana). Raksturīgi, ka skolēniem ar pasīvu dzīvesveidu biežāk ir nesekmīgas atzīmes un viņiem mazāk patīk mācīties.**

- ❖ **Pētījuma rezultāti atklāj, ka jaunieši, kas dzīvo nepilnajās (divu cilvēku) ģimenēs, brīvo laiku biežāk pavada pie datora, TV un cita veida sēdošām brīvā laika aktivitātēm, savukārt respondenti no skaitliski lielākām ģimenēm brīvajā laikā biežāk izvēlas sportšanu un citus fizisko aktivitāšu veidus.**

5. Attiecības ar vienaudžiem un ģimenes locekļiem.

- ❖ Pārliecinošs respondentu vairākums savas attiecības, gan ar ģimenes locekļiem (79,9% gadījumu), gan saviem vienaudžiem (68%), raksturoja kā atbalstošas/ drošas.
- ❖ Kā neitrālas savas attiecības ar ģimenes locekļiem vērtēja 14,4%, savukārt ar vienaudžiem – 25,5% pusaudžu. Biežāk tie bija skolēni, kuri ir mazāk sekmīgi mācībās, un vairāk laika pavada pie datora un TV. Biežāk savas attiecības ar vecākiem kā neitrālas vērtē skolēni no nepilnām (2 cilvēku) ģimenēm.
- ❖ Negatīvi (kā atsvešinātas vai konfliktējošas) savas attiecības ar ģimenes locekļiem vērtēja 4,6%, savukārt ar vienaudžiem – 5,1% aptaujāto pusaudžu.
- ❖ Dominējošais vairākums (83,8%) aptaujāto skolēnu nejūtas atstumti vai nepieņemti no klasesbiedru puses. Atstumti un nepieņemti jūtas 14,1% pusaudžu. Skolēni, kuri klasē jūtas atstumti un nepieņemti, biežāk nāk no nepilnajām (2 cilvēku) ģimenēm, ar zemu labklājības līmeni. Viņi biežāk atzīst, ka viņiem nepatīk mācīties un viņiem biežāk ir nesekmīgas atzīmes. Tāpat viņi brīvajā laikā biežāk izmanto datoru/ TV, ir mazāk fiziski aktīvi.
- ❖ Vairākums aptaujāto pusaudžu regulāri (vismaz reizi nedēļā) mājās palīdz veikt sekojošus darbus - *rūpēties par mājdzīvniekiem; turēt kārtībā savu istabu; trauku mazgāšana; atkritumu iznešana; mājokļa uzkopšana; maltītes gatavošana; doties iepirkties.*
- ❖ Pētījuma rezultāti liecina, ka pusaudžiem viņiem svarīgus jautājumus visvieglāk ir pārrunāt ar labāko draugu/ draudzeni un māti.

- ❖ Vairākums aptaujāto pusaudžu regulāri (vismaz reizi nedēļā) kopā ar ģimenes locekļiem – *ietur maltīti; sarunājas par dažādām lietām; skatās televīziju, DVD; kopā uzkopj mājokli/ strādā dārzā; pastaigājas.*
- ❖ 40,8% aptaujāto pusaudžu kopā ar draugiem/ draudzenēm parasti pavada 4 vai vairāk vakarus nedēļā. 42,2% respondentu kopā ar draugiem pavada 1 – 3 vakarus nedēļā. Nevienu vakaru nepavada – 13,2% skolnieku. Pētījuma rezultāti iezīmē tendenci - skolēni, kuri biežāk satiekas ar draugiem, mazāk brīvo laiku velta datorā/ TV lietošanai un cita veida sēdoša brīvā laika pavadīšanai. Katru vakaru kopā ar draugiem biežāk pavada meitenes un krievu tautības jaunieši, kā arī skolēni no mazskaitlīgākām ģimenēm un ar zemāku labklājības līmeni. Šiem respondentiem arī biežāk nepatīk mācīties un ir nesekmīgas atzīmes.

6. Mācību sasniegumu rādītāji.

- ❖ Aptaujāto skolnieku vidējās atzīmes iepriekšējā semestrī bija:
 - ❑ Matemātikā – 5,82;
 - ❑ Dzimtajā valodā – 6,10;
 - ❑ Informātikā – 7,32.
- ❖ Aptaujas rezultāti atspoguļo to, ka vidēji zemākas atzīmes biežāk ir vērojamas tiem skolēniem, kuru ģimenes labklājības līmenis ir zemāks, kuri ir fiziski mazāk aktīvi un kuriem nepatīk mācīties.

- ❖ **Vairāk nekā divām trešdaļām (68,3%) aptaujāto skolnieku nav bijusi kāda nesekmīga gala atzīme kādā mācību priekšmetā iepriekšējā semestrī. Viena nesekmīga gala atzīme bijusi 15,4% respondentu, divas – 9,2%, savukārt vairākas – 7% aptaujāto skolnieku.**
- ❖ **Kādās mācību priekšmetu olimpiādēs pēdējā gada laikā ir piedalījušies vairāk nekā trešdaļa (36,8%) aptaujāto skolnieku.**
- ❖ **Saskaņā ar iepriekš minētajiem datora lietošanas paradumiem, skolēni, kas nāk no nepilnām ģimenēm, biežāk pārstāv pārmērīgu (vairāk par 4h) datora lietotāju auditoriju, kas sasaucas ar to, ka šie bērni retāk piedalās mācību priekšmetu olimpiādēs un ir nesekmīgāki.**
- ❖ **Aptaujāto skolnieku vidū pārliecinoši visbiežāk (35% gadījumu), kā mīļākais mācību priekšmets, tika nosaukta sporta nodarbība. Nākamajās vietās mīļāko mācību priekšmetu sarakstā ierindojās matemātika, angļu valoda, zīmēšana/ vizuālā māksla, kurus minēja 9% - 13% respondentu. Informātika ierindojās 6. vietā – to, kā mīļāko mācību priekšmetu, nosauca 5,1% skolēnu.**
- ❖ **Dominējošais vairākums (79,4%) aptaujāto skolēnu ir apmierināti ar savu skolu. 44,6% pusaudžu atbildēja, ka viņiem tā ļoti patīk, 34,8% atbildēja, ka viņiem tā mazliet patīk. Kritisku viedokli pārstāvēja 20,5% skolēnu – 15,4% atbildēja, ka viņiem tā ne pārāk patīk, savukārt 5,1% respondentu skola pavisam nepatīk. Skolēni, kuriem patīk mācīties un kuri ir sekmīgāki, kā arī pusaudži no lielākām ģimenēm pārdāv pozitīvāku attieksmi pret savu skolu. Viskritiskāk pret savu skolu izturas fiziski mazāk aktīvi skolēni, kā arī tādi, kuri datoru/ internetu izmanto pārmērīgi daudz (>5h dienā) vai salīdzinoši reti (līdz 1h dienā).**

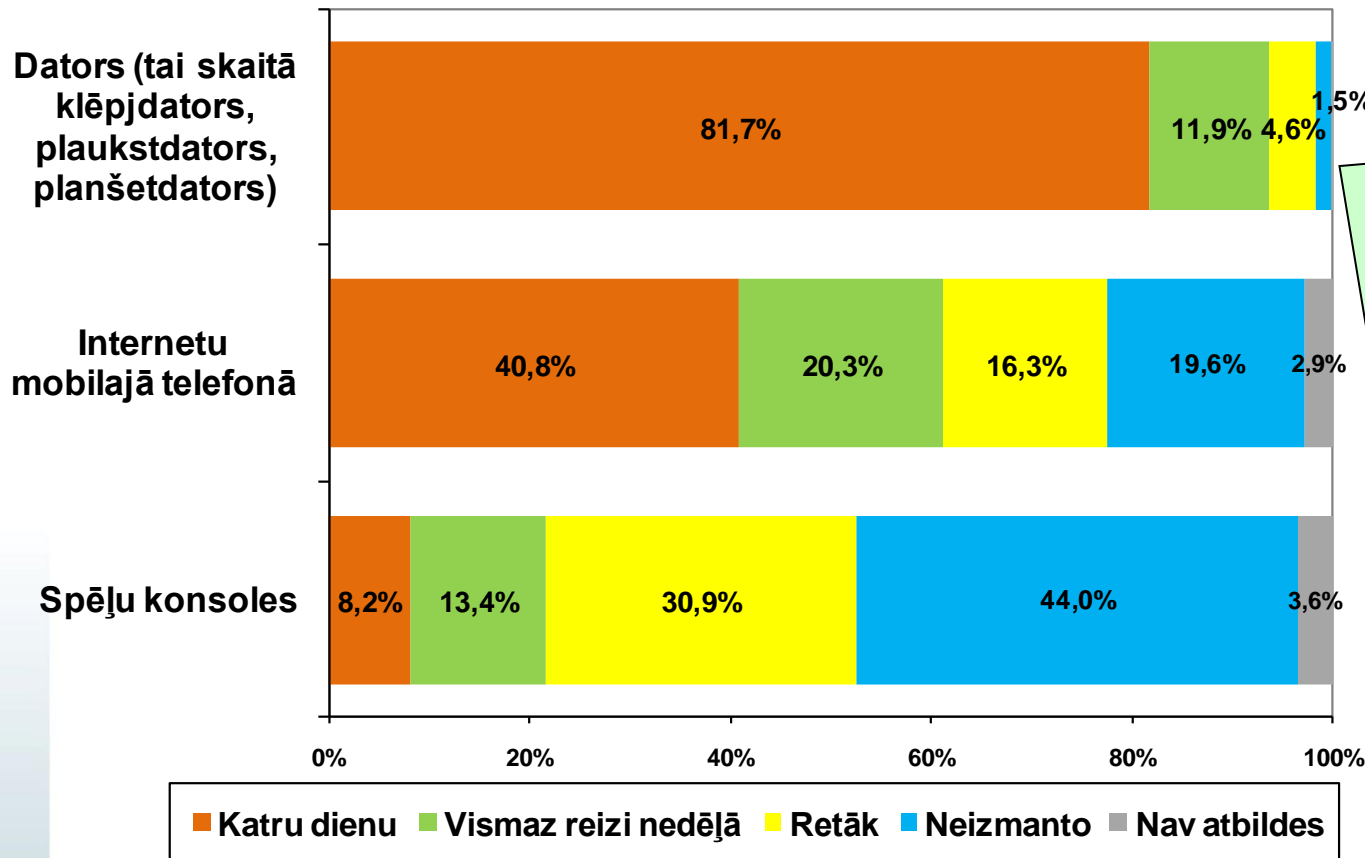
- ❖ **Mācīties patīk nedaudz vairāk par pusi (52,5%) aptaujāto skolēnu. Noraidošu attieksmi puda 47,4% pusaudžu.**
- ❖ **Pētījuma rezultāti apstiprina pieņēmumus, ka tiem skolēniem, kuriem ir sliktākas sekmes mācībās un kuri vairāk aizraujas ar dažādām tehnoloģijām (datora pārmērīga lietošana, internets mobilajā telefonā, spēļu konsoles), mazāk patīk mācīties. Salīdzinoši mazāk patīk mācīties arī tiem skolēniem, kuru dzīvesveids ir mazkustīgāks un kuri nāk no nepilnām (2 cilvēku) ģimenēm.**

III. Pētījuma rezultāti

1. Informācijas tehnoloģiju lietošanas paradumi

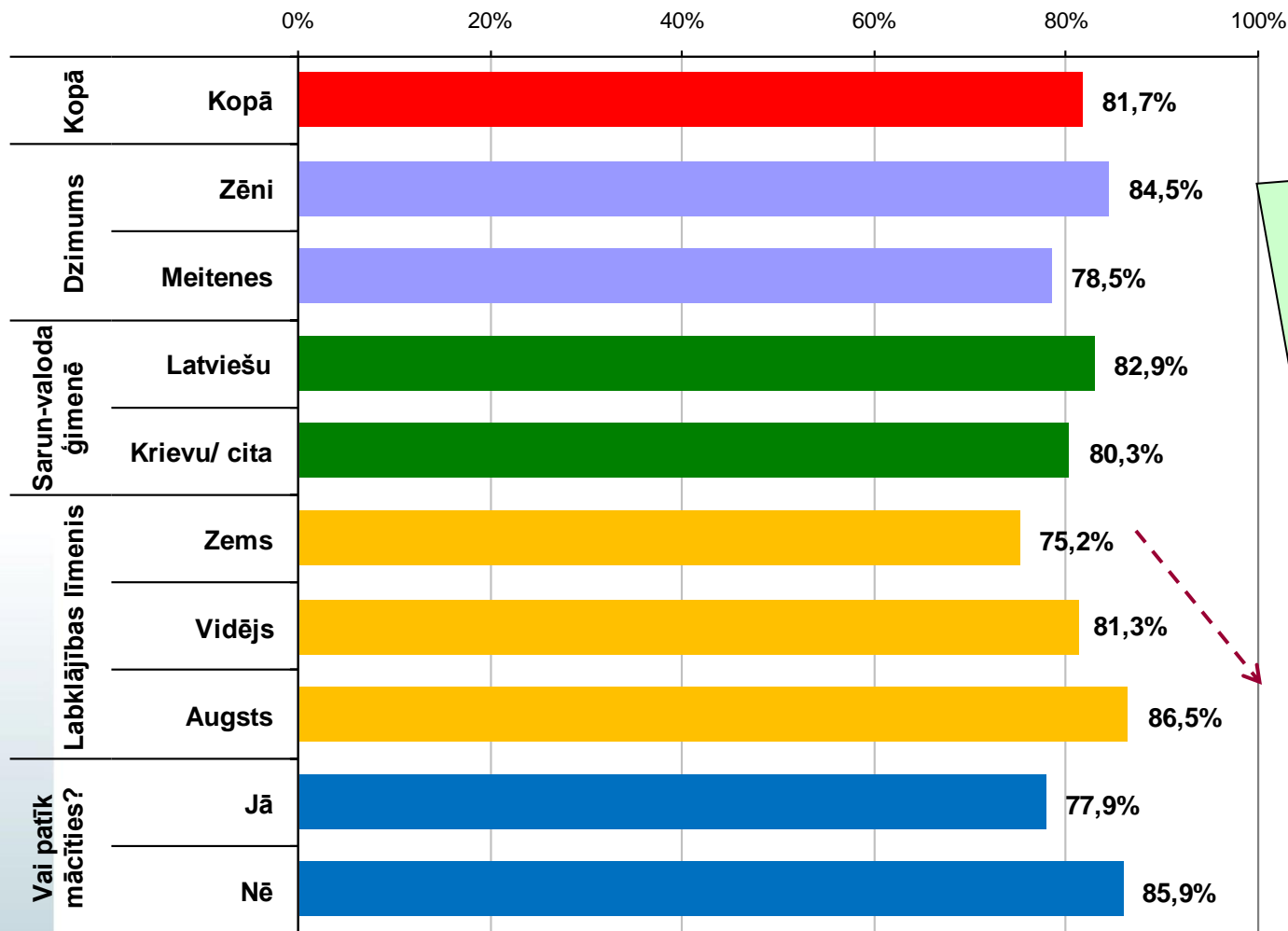
Kādas tehnoloģijas Tu savā ikdienā izmanto un cik bieži?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



- ❖ Datoru katru dienu izmanto vairāk nekā trīs ceturtdaļas (81,7%) aptaujāto pusaudžu. Gandrīz visi (93,6%) – vismaz reizi nedēļā.
- ❖ Vairākums (61,1%) pusaudžu regulāri, vismaz reizi nedēļā, izmanto internetu MT. Katru dienu – 40,8% respondentu.
- ❖ Spēļu konsoles vispār lieto nedaudz vairāk par pusi (52,5%) pusaudžu. Regulāri, vismaz reizi nedēļā – 21,6% respondentu.

Lieto datoru katru dienu (Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

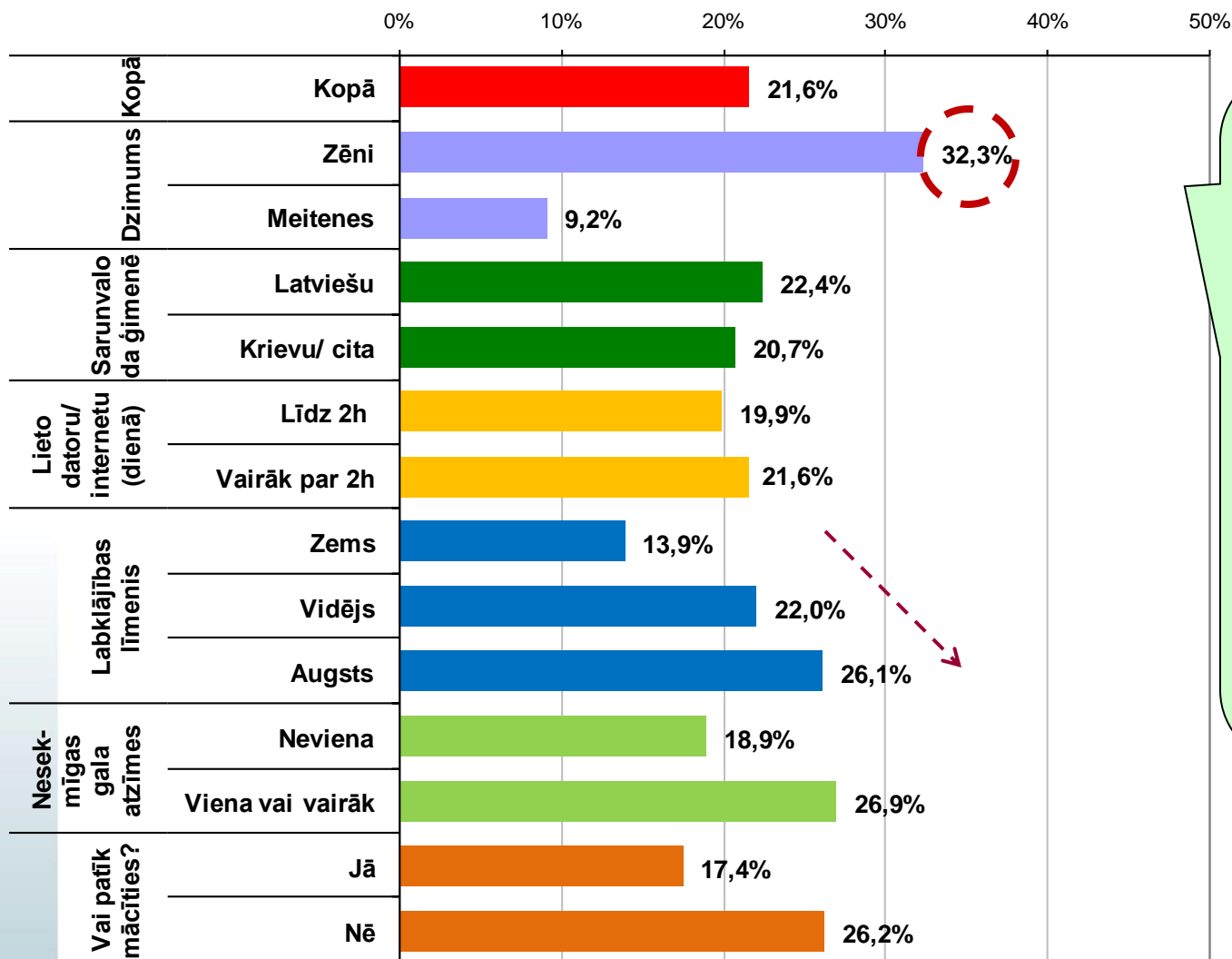


❖ Rezultātu analīze respondentu grupās, kas izveidotas pēc dažādām sociāli demogrāfiskajām pazīmēm, neatklāj kādas būtiskas atšķirības. Visās grupās respondentu īpatsvars, kuri lieto datoru katru dienu pārsniedz 75%.

❖ Var atzīmēt sekojošu tendenci – jo augstāks ir ģimenes labklājības līmenis, jo lielāks ir to pusaudžu īpatsvars, kuri lieto datoru katru dienu.

Lieto spēļu konsoles vismaz reizi nedēļā

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

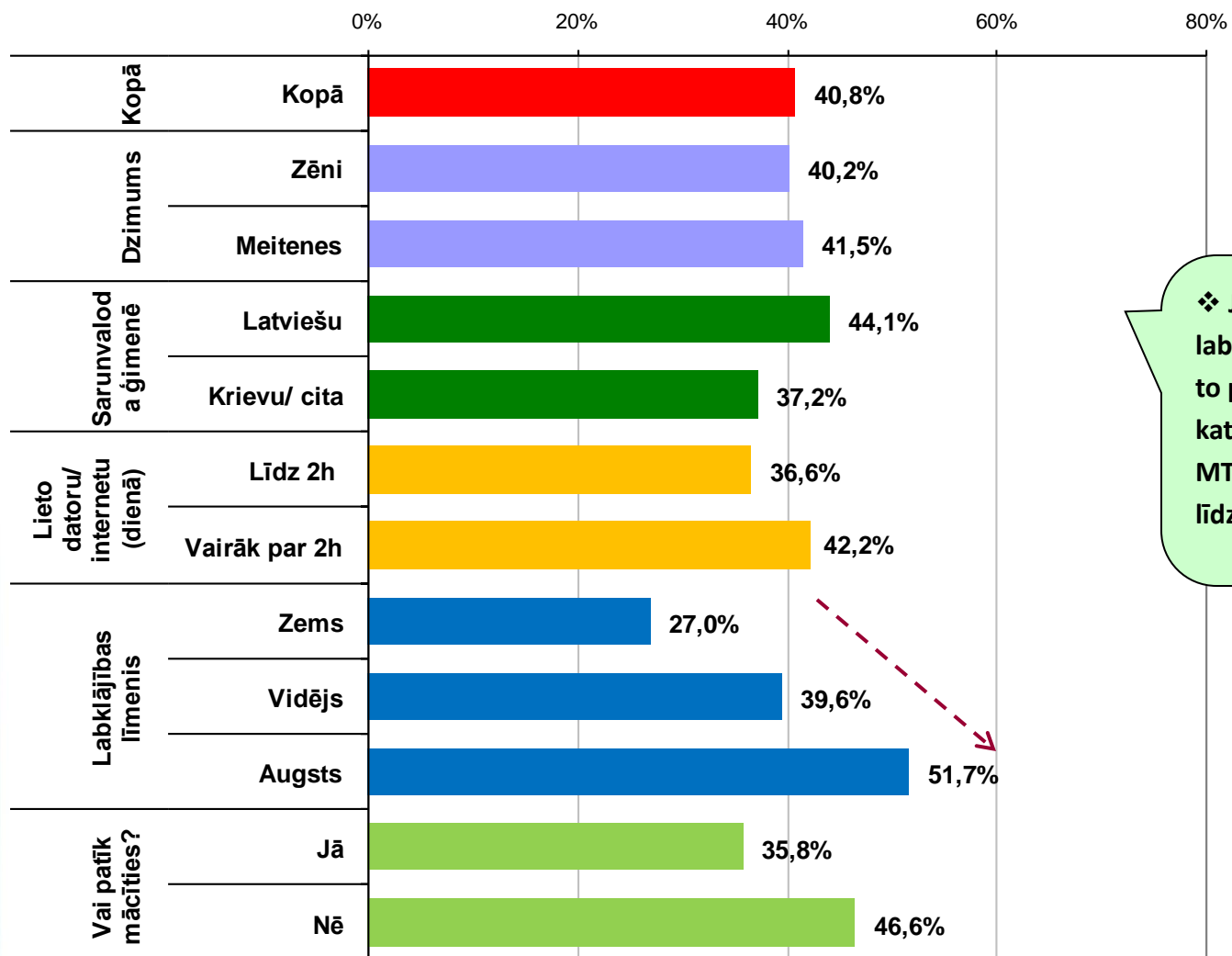


❖ Ievērojami vairāk spēļu konsoles lieto zēni. Gandrīz katrs trešais (32,3%) aptaujātais zēns spēļu konsoles lieto vismaz reizi nedēļā. Meiteņu vidū šādu respondentu īpatsvars nesasniedz 10%.

❖ Regulāro spēļu konsoļu lietotāju skaits lielāks ir ģimenēs ar augstāku labklājības līmeni, kā arī to pusaudžu vidū, kuriem ir bijušas nesekmīgas atzīmes un kuriem nepatīk mācīties.

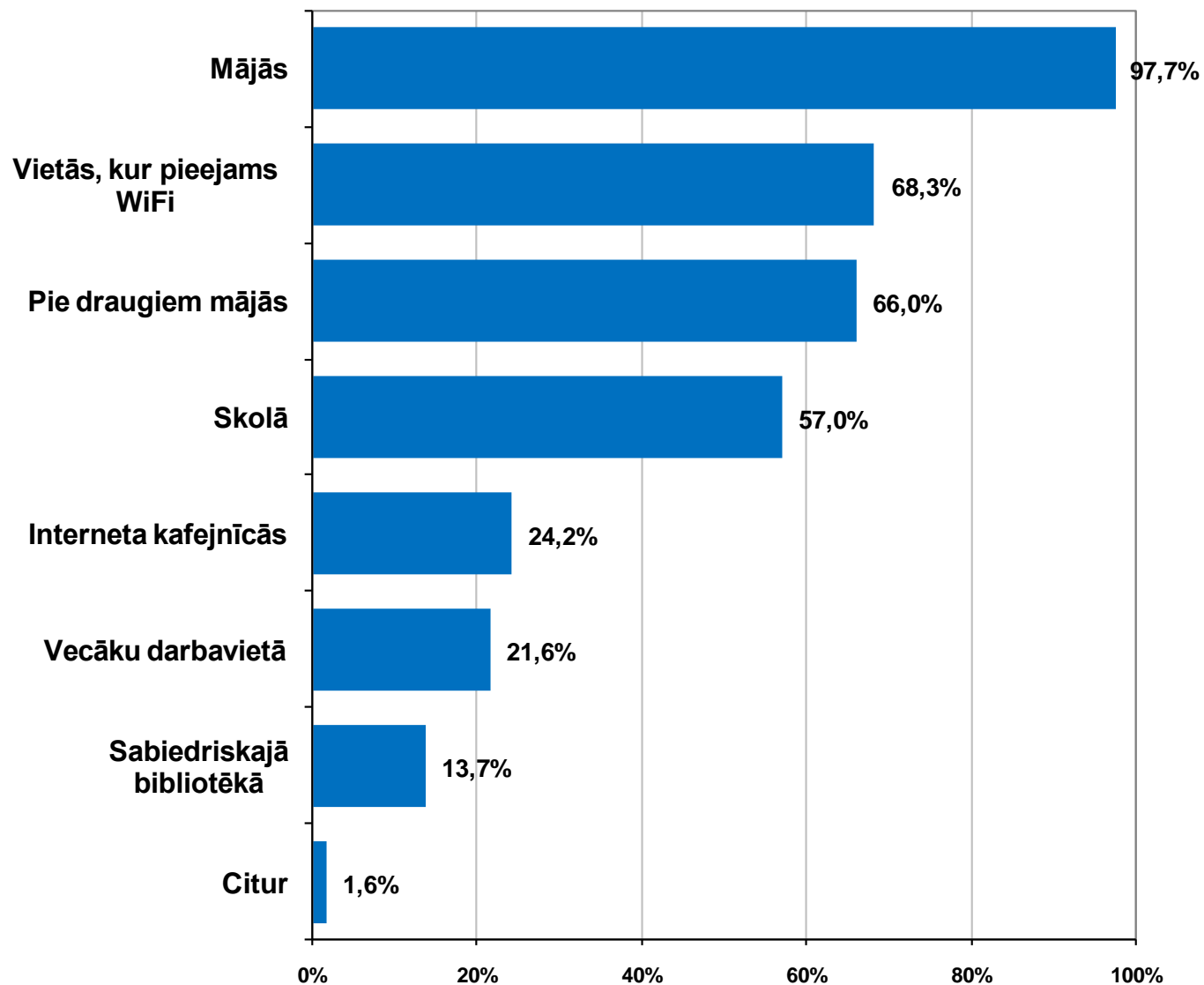
Lieto internetu mobilajā telefonā katru dienu

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



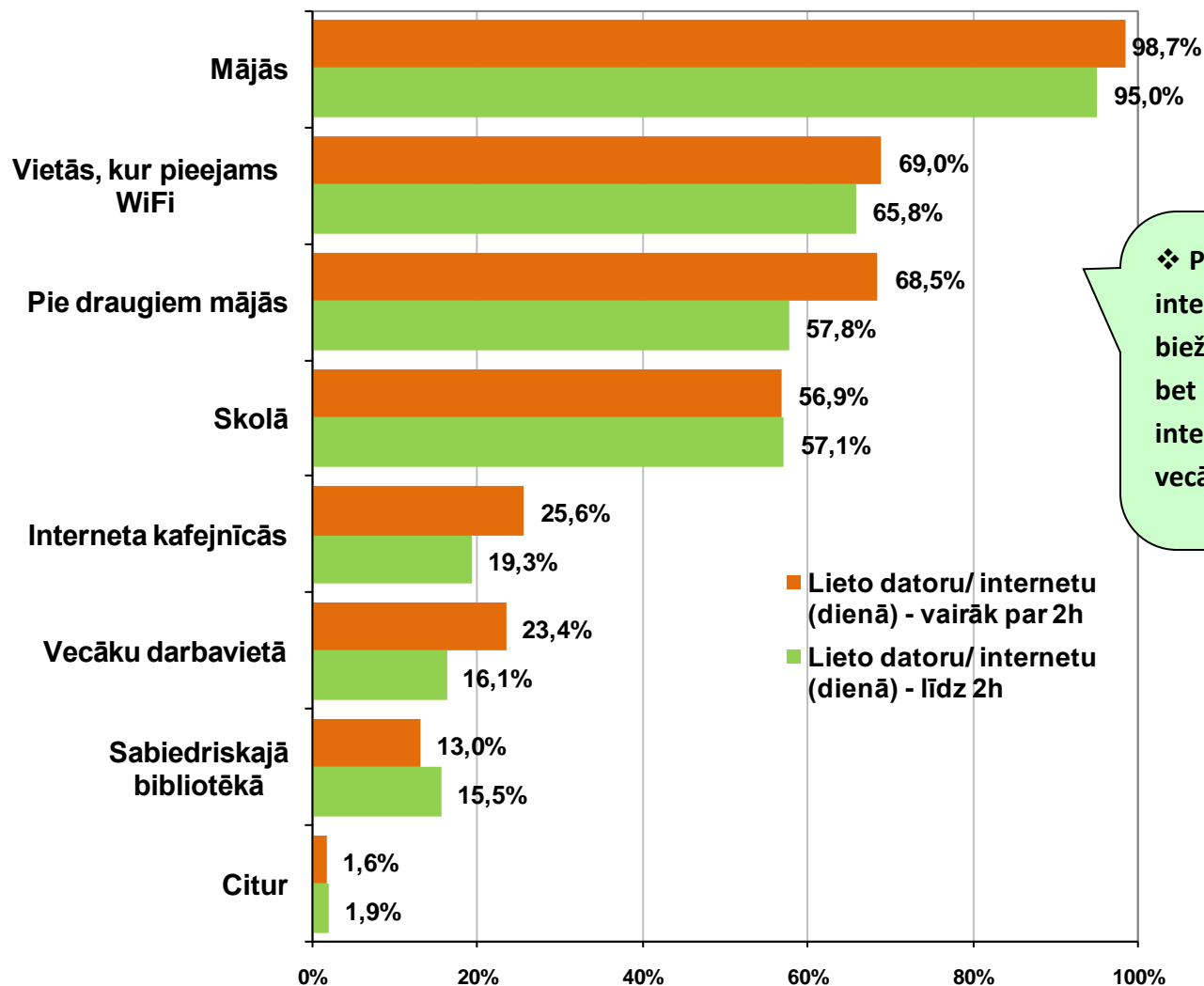
❖ Jo augstāks ir ģimenes labklājības līmenis, jo lielāks ir to pusaudžu īpatsvars, kuri katru dienu lieto internetu MT. Citās grupās rezultāti ir līdzīgi.

Kur Tu lieto datoru/internetu? (Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kur Tu lieto datoru/ internetu ?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

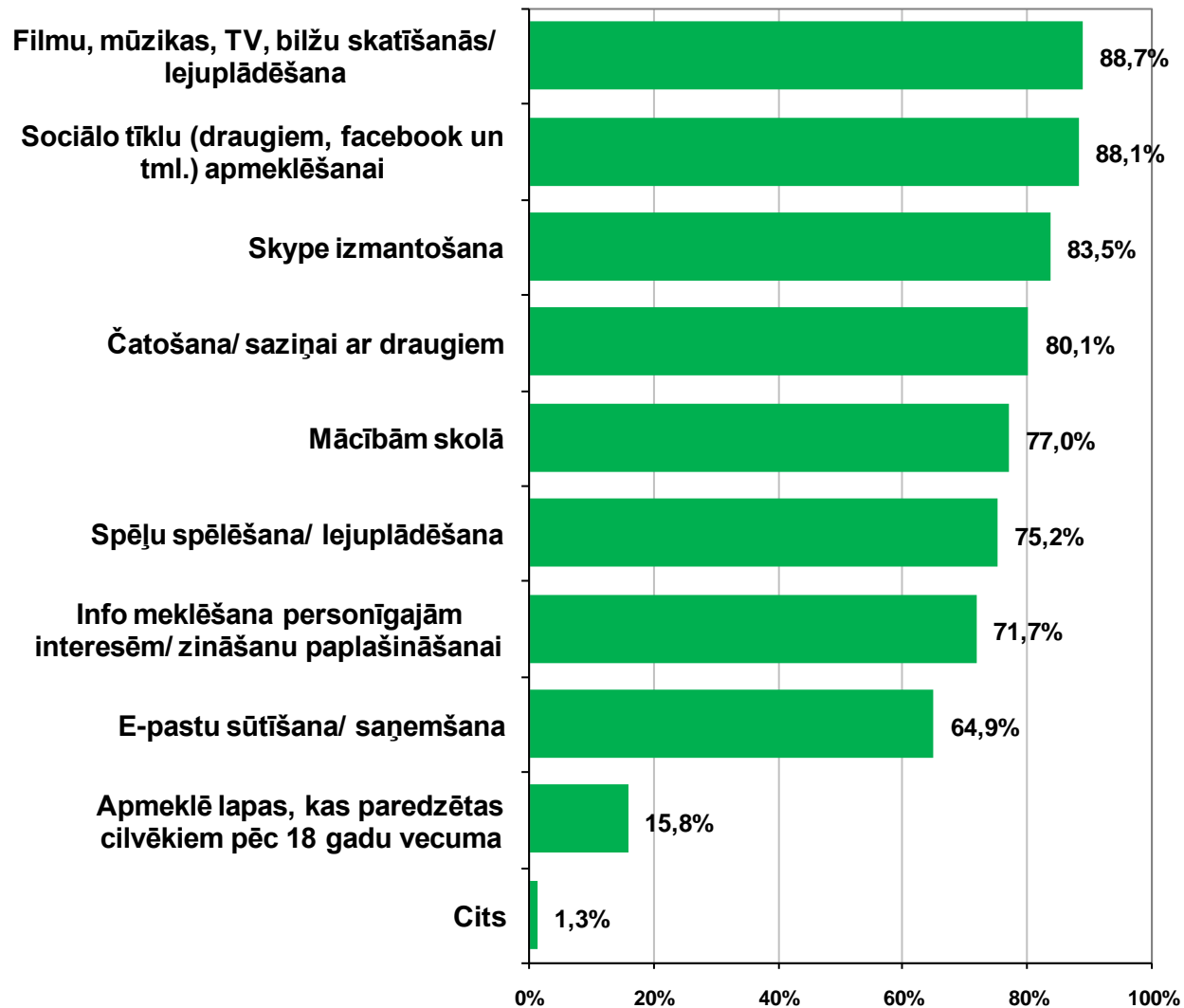


❖ Pusaudži, kuri datoru/ internetu lieto vairāk nekā 2h, biežāk to dara, ne tikai mājās, bet arī pie draugiem, interneta kafejnīcās, arī vecāku darbavietās.

■ Lieto datoru/ internetu (dienā) - vairāk par 2h
■ Lieto datoru/ internetu (dienā) - līdz 2h

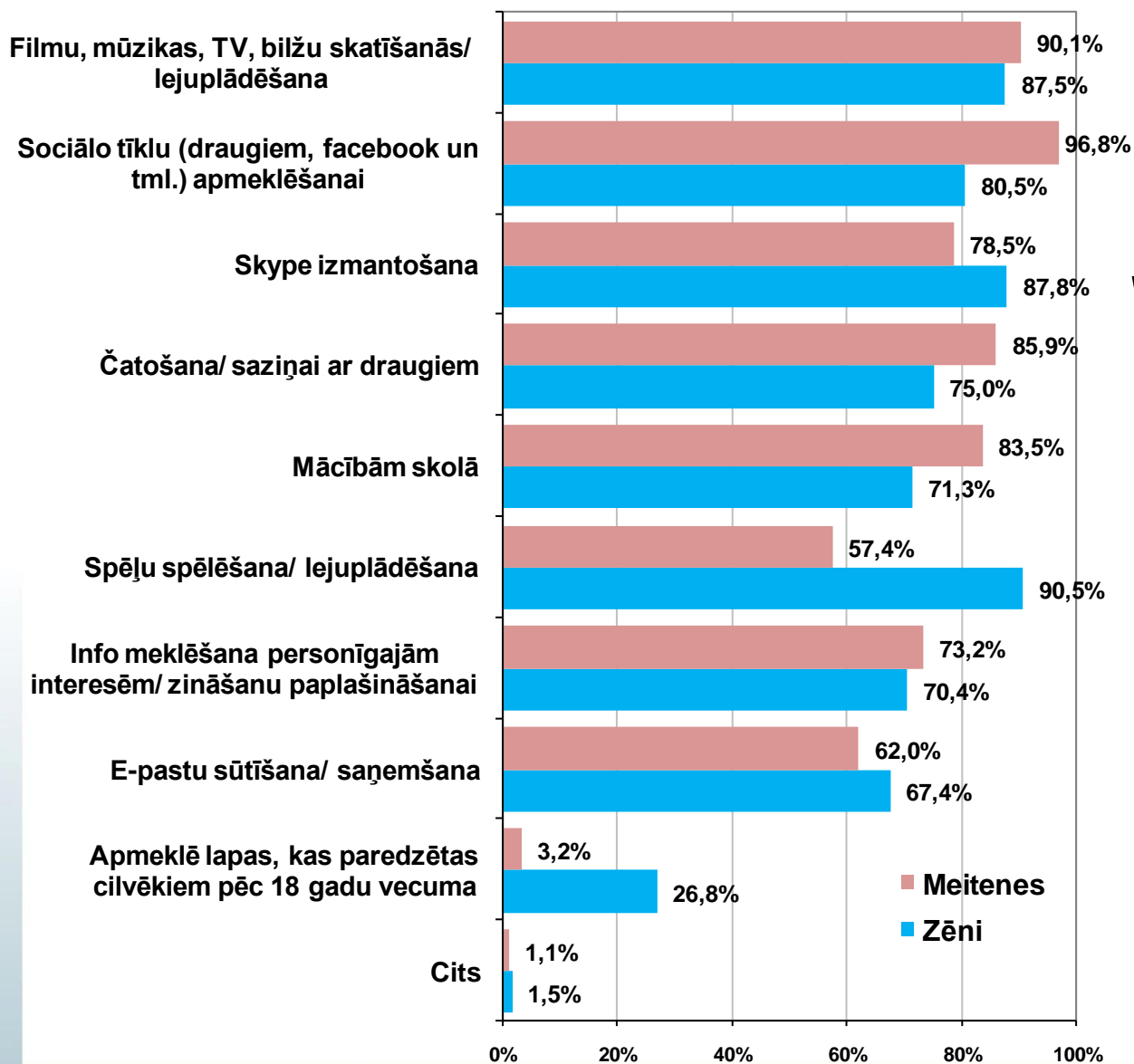
Kādiem mērķiem Tu izmanto internetu?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kādiem mērķiem Tu izmanto internetu?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



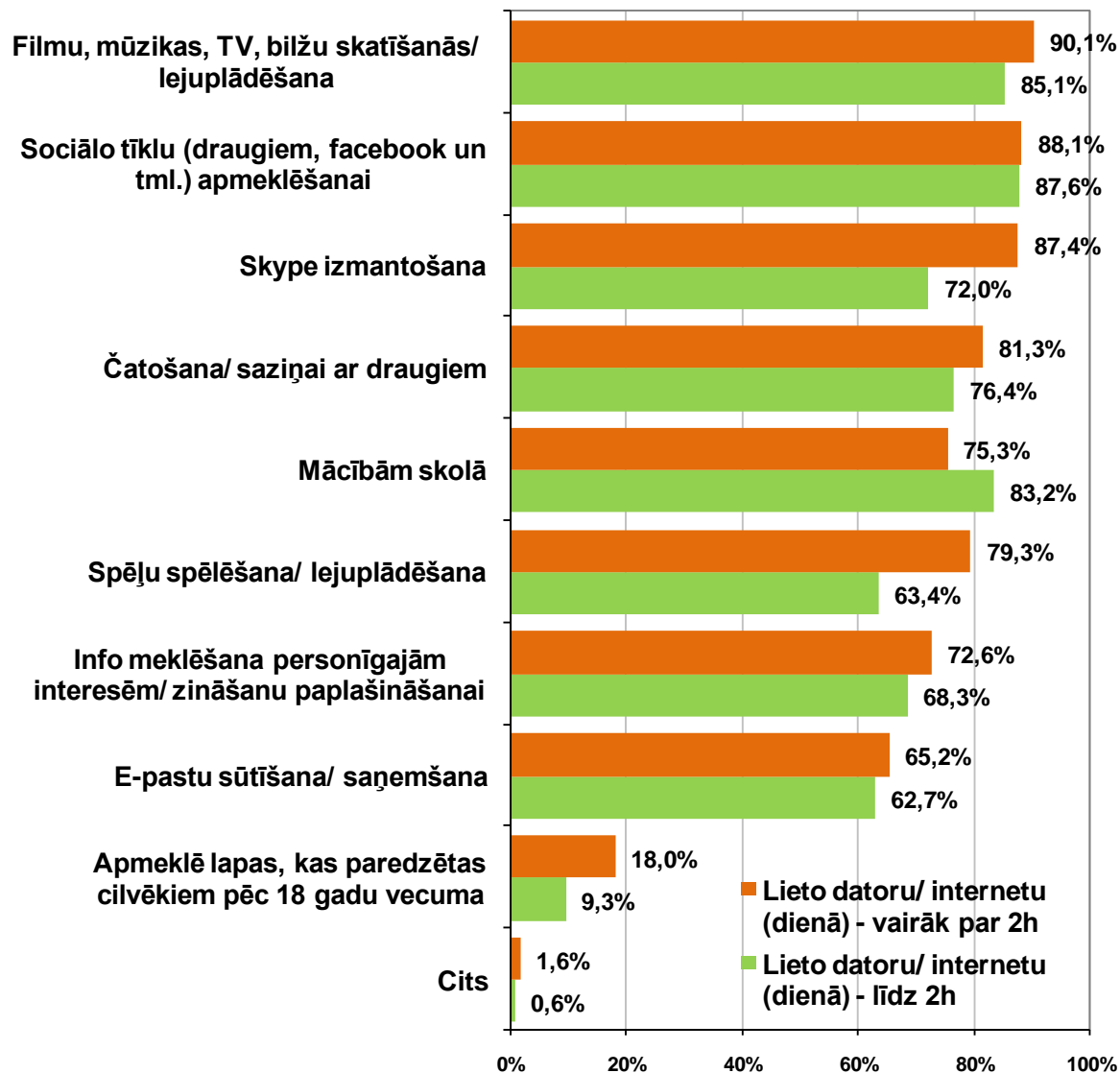
❖ Pētījuma rezultāti atklāj sekojošas tendences:

➤ Zēni ievērojami biežāk nekā meitenes izmanto internetu spēļu spēlēšanai/ lejuplādēšanai, kā arī biežāk izmanto Skype un apmeklē lapas, kas paredzētas cilvēkiem pēc 18 gadu vecuma.

➤ Meitenes salīdzinoši biežāk izmanto internetu sociālo tīklu apmeklēšanai, čatošanai/ saziņai ar draugiem, kā arī mācībām skolā.

Kādiem mērķiem Tu izmanto internetu?

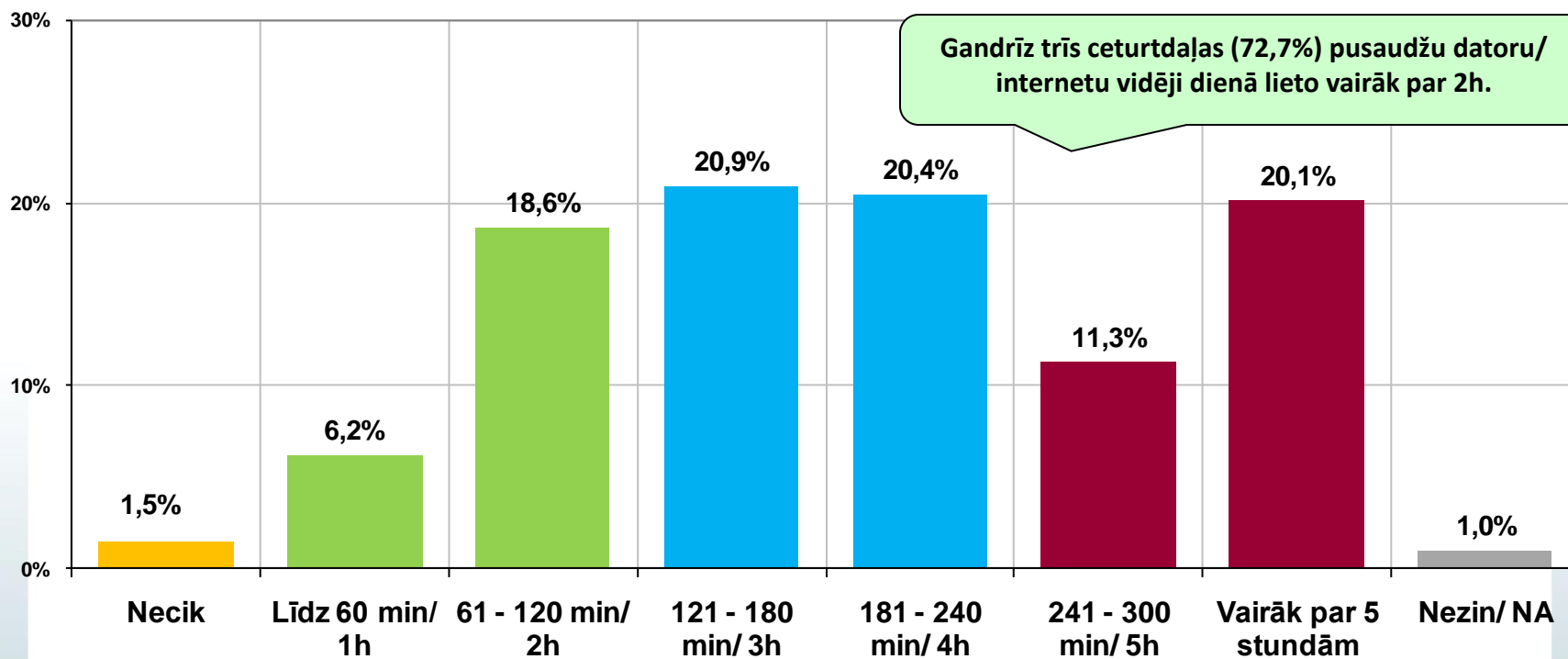
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



❖ Likumsakarīgi, ka to pusaudžu vidū, kuri vidēji dienā vairāk izmanto datoru/ internetu, ir vairāk tādu, kuri izmanto internetu spēļu spēlēšanai/ lejuplādēšanai.

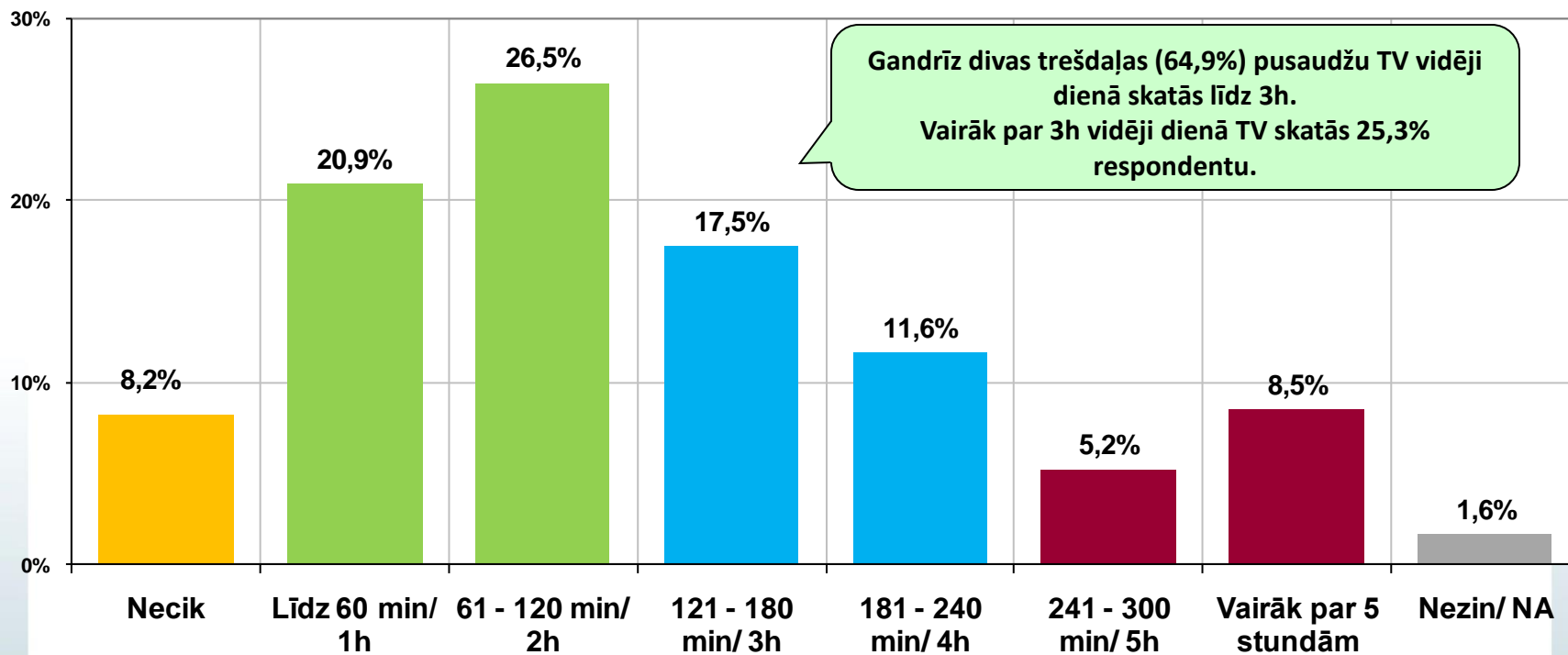
Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu izmanto datoru/ internetu?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



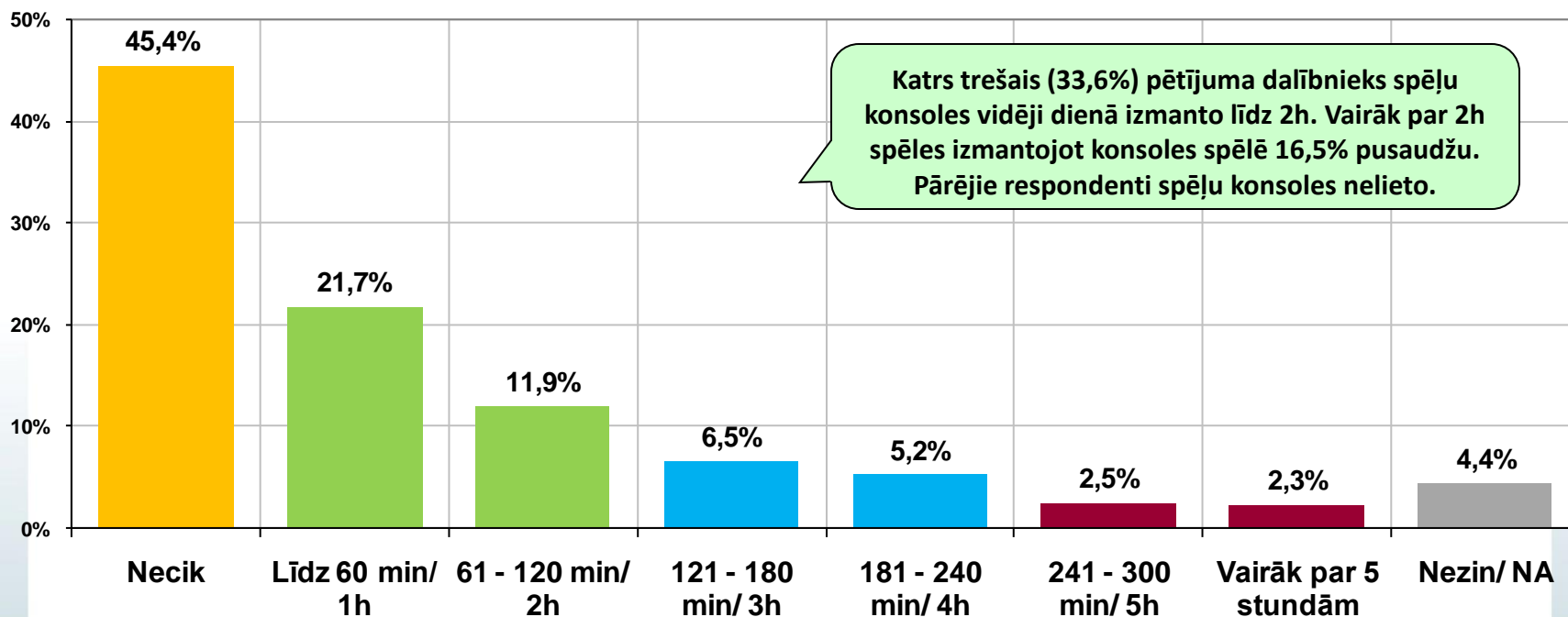
Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu skaties televīziju?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu spēlē spēles izmantojot spēļu konsoles?

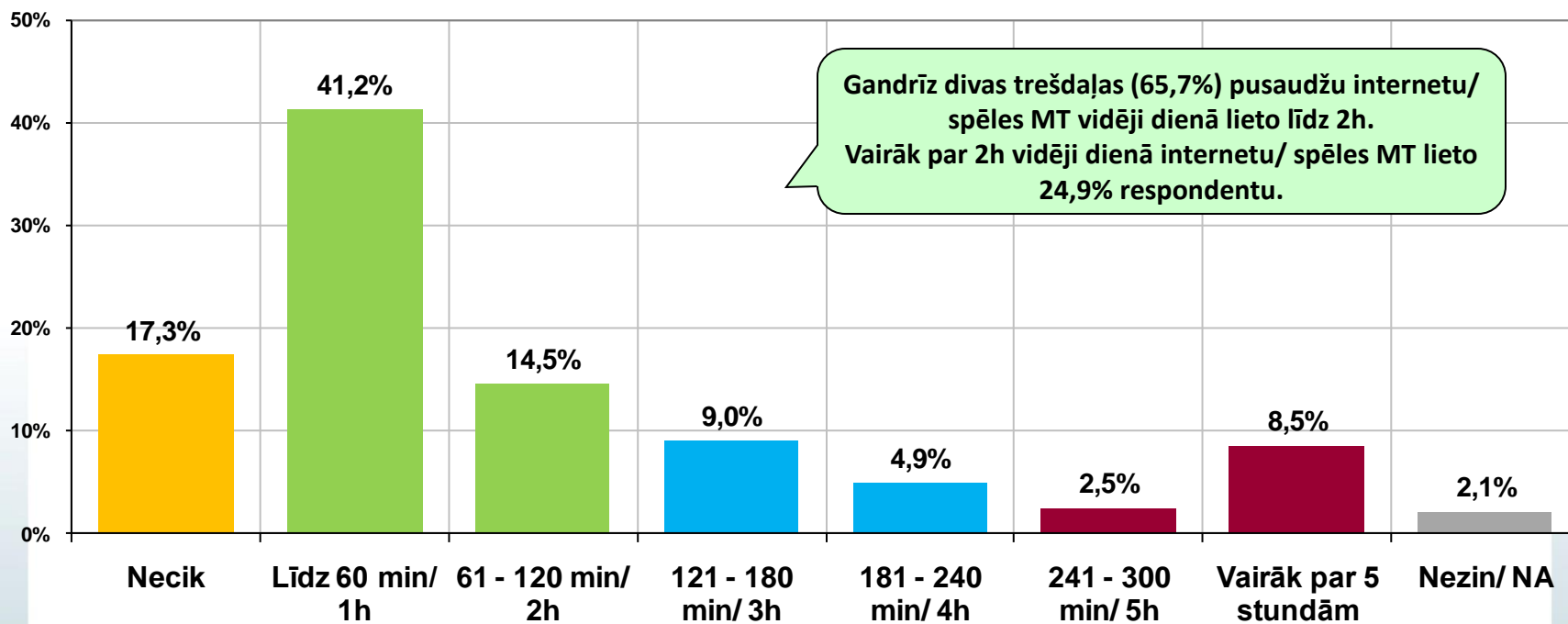
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Katrs trešais (33,6%) pētījuma dalībnieks spēļu konsoles vidēji dienā izmanto līdz 2h. Vairāk par 2h spēles izmantojot konsoles spēlē 16,5% pusaudžu. Pārējie respondenti spēļu konsoles nelieto.

Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu izmanto internetu/ spēlē spēles mobilajā telefonā?

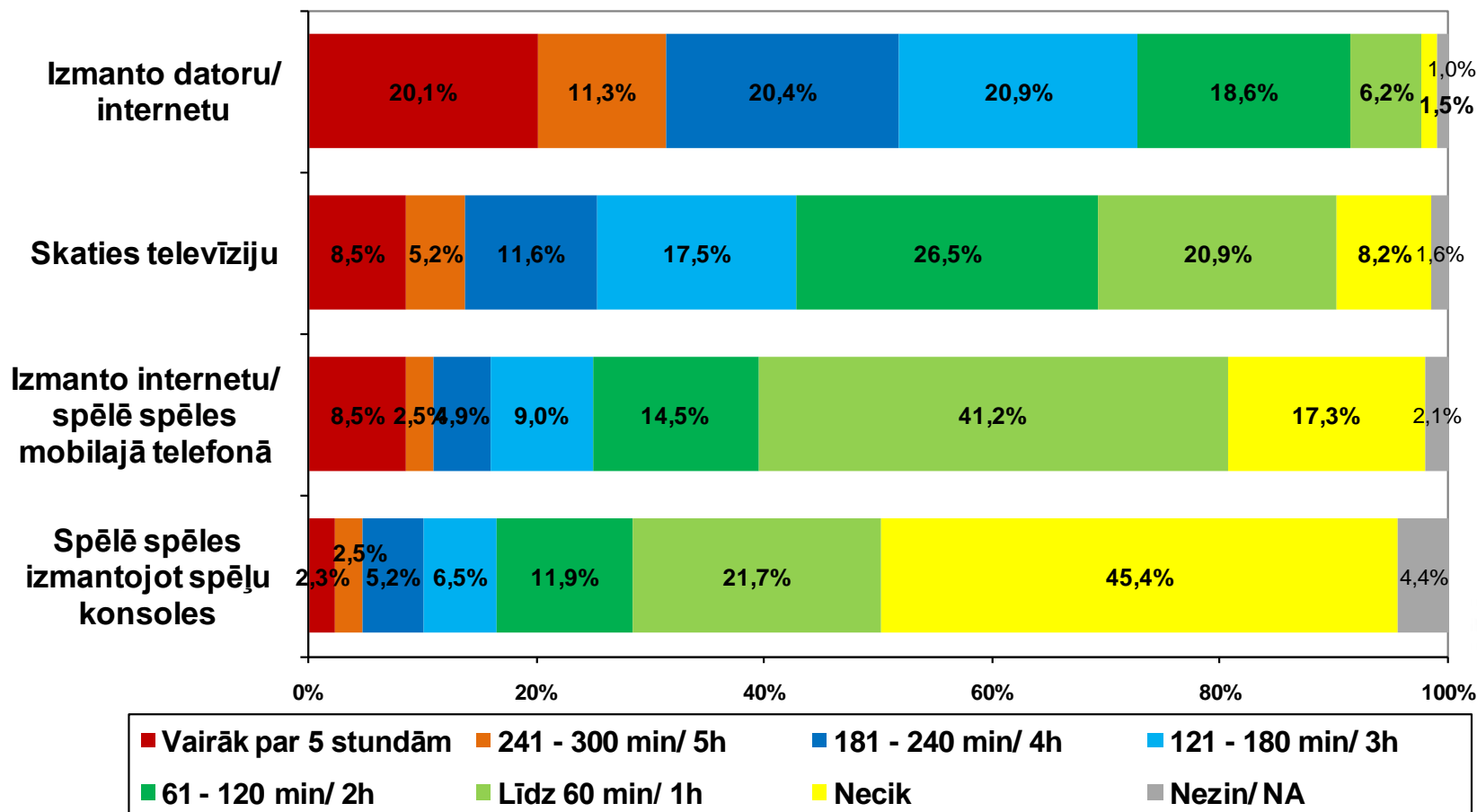
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Gandrīz divas trešdaļas (65,7%) pusaudžu internetu/ spēles MT vidēji dienā lieto līdz 2h.
Vairāk par 2h vidēji dienā internetu/ spēles MT lieto 24,9% respondentu.

Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu ...?

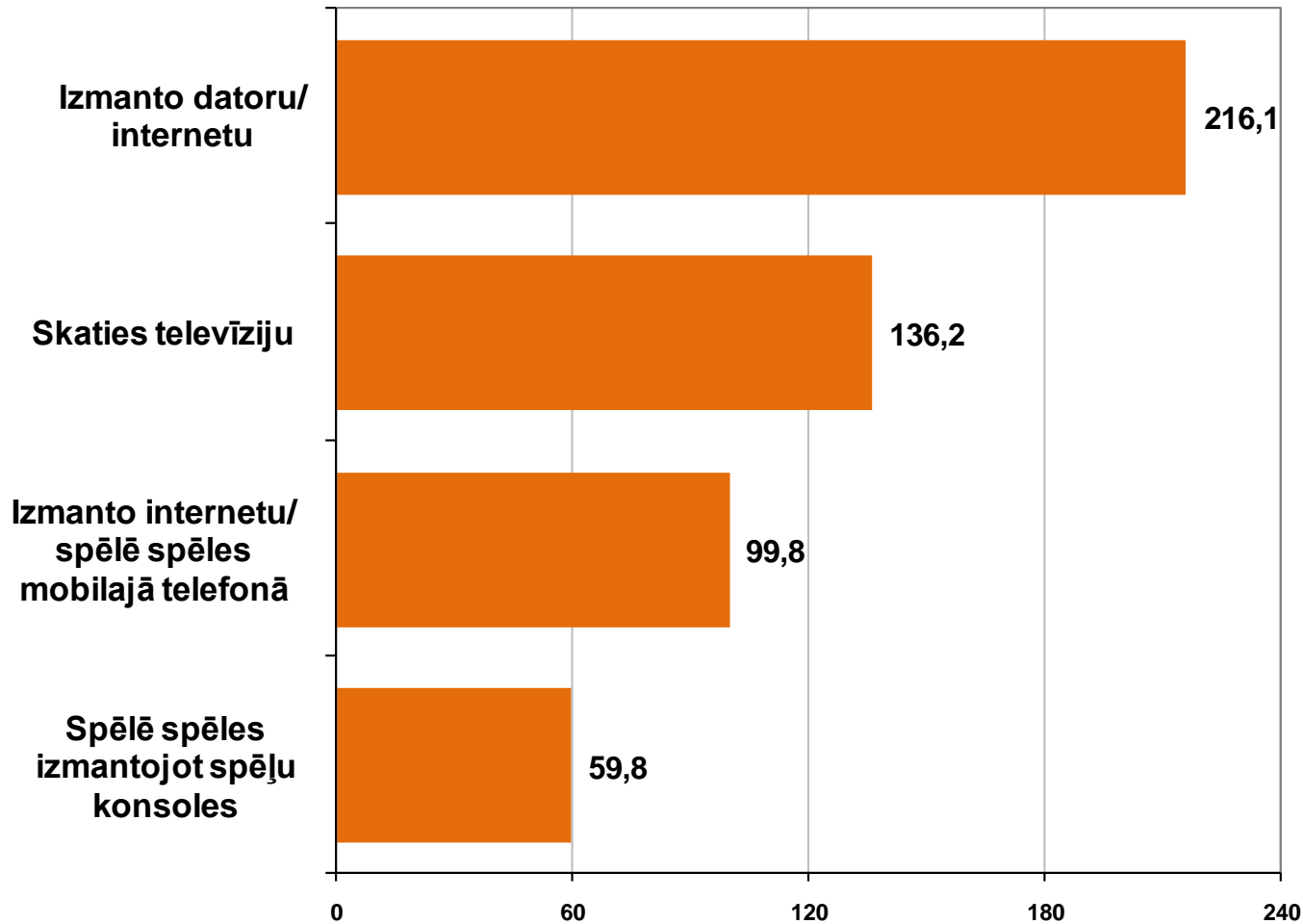
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu ...?

VIDĒJAIS MINŪŠU SKAITS

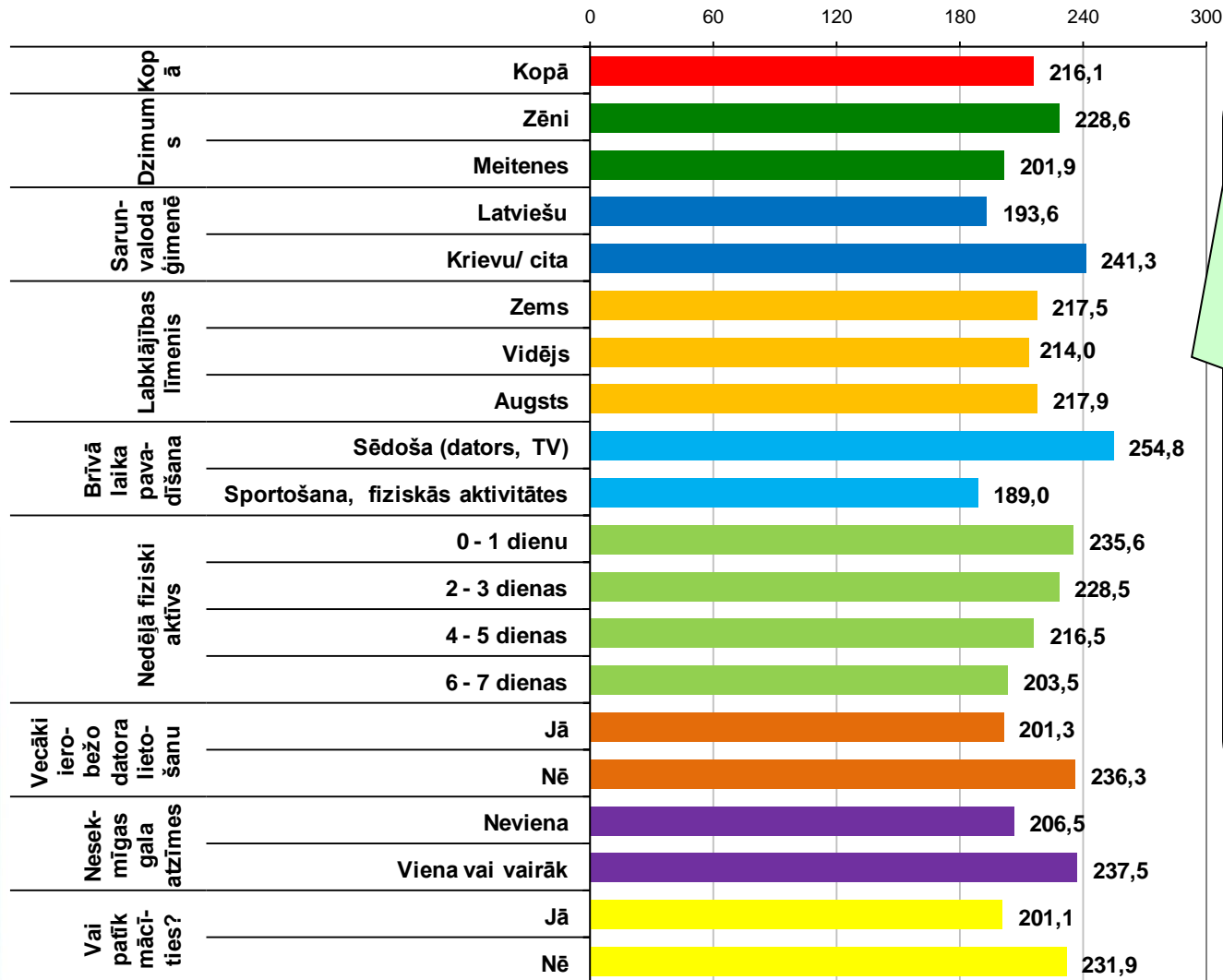
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu izmanto datoru/internetu?

VIDĒJAIS MINŪŠU SKAITS

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



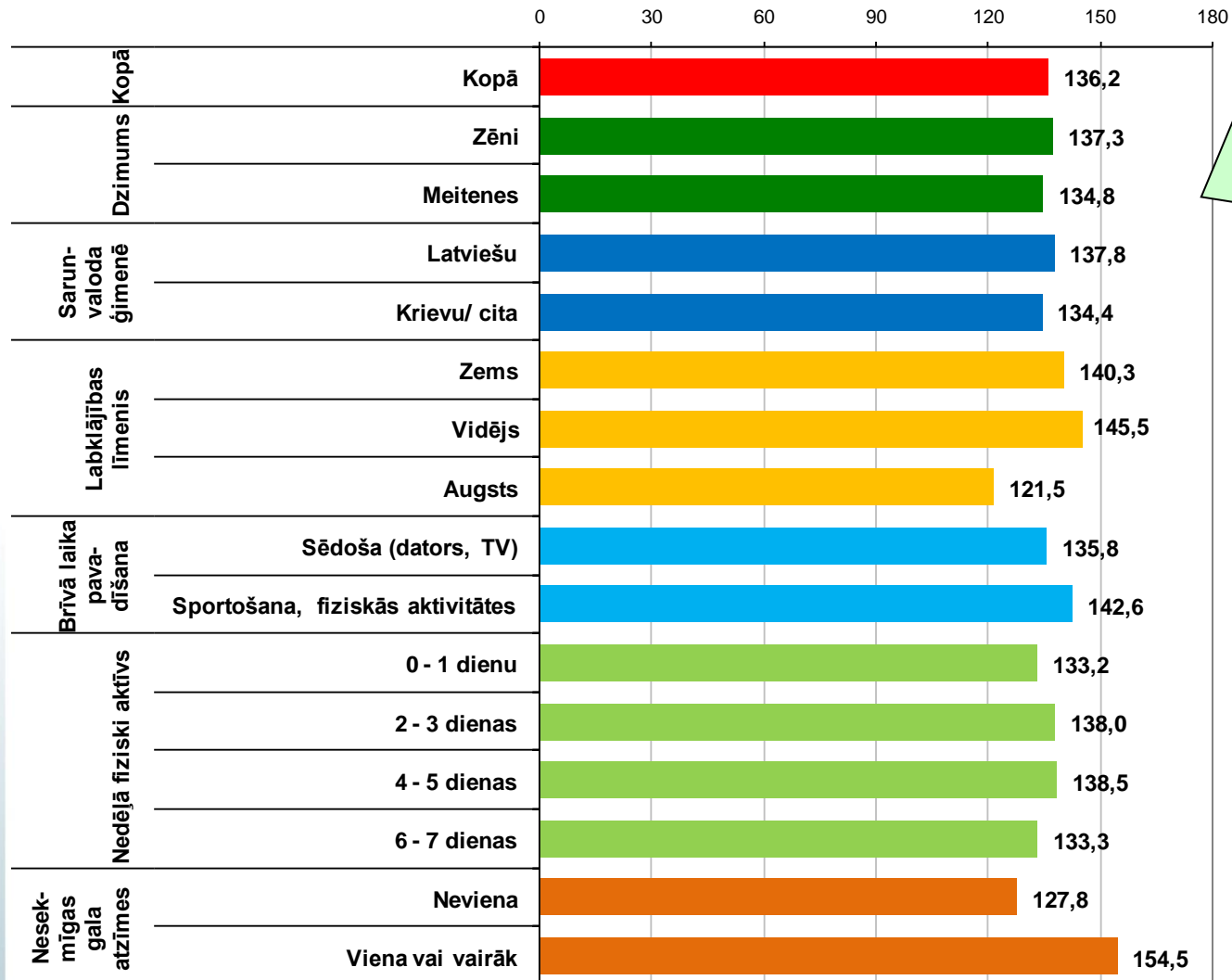
Aptaujāto pusaudžu vidū dators/ internets vidēji dienā tiek lietots nedaudz vairāk par 3,5h. Salīdzinoši vairāk datoru/ internetu vidēji dienā lieto:

- ✓ zēni,
- ✓ fiziskai mazāk aktīvie pusaudži,
- ✓ skolēni, kuriem vecāki neierobežo datora lietošanas ilgumu,
- ✓ pusaudži, kuriem ir kādas nesekmīgas gala atzīmes un kuriem nepatīk mācīties.

Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu skaties televīziju?

VIDĒJAIS MINŪŠU SKAITS

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

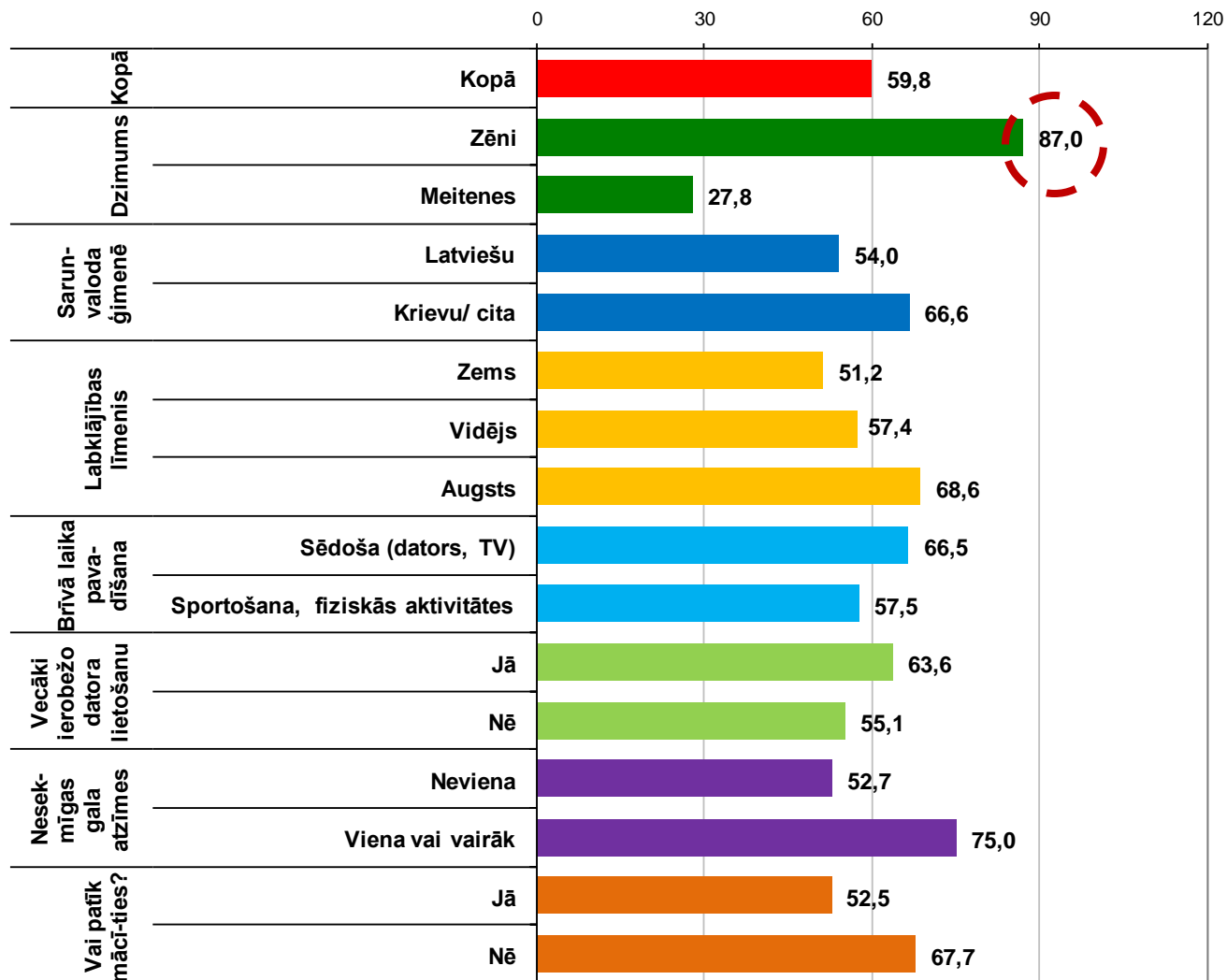


Aptaujātie skolēni TV ikdienā vidēji skatās nedaudz vairāk par 2h. Rezultātu analīze dažādās respondentu sociāli demogrāfiskajās neatklāj kādas būtiskas atšķirības.

Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu spēlē spēles izmantojot spēļu konsoles?

VIDĒJAIS MINŪŠU SKAITS

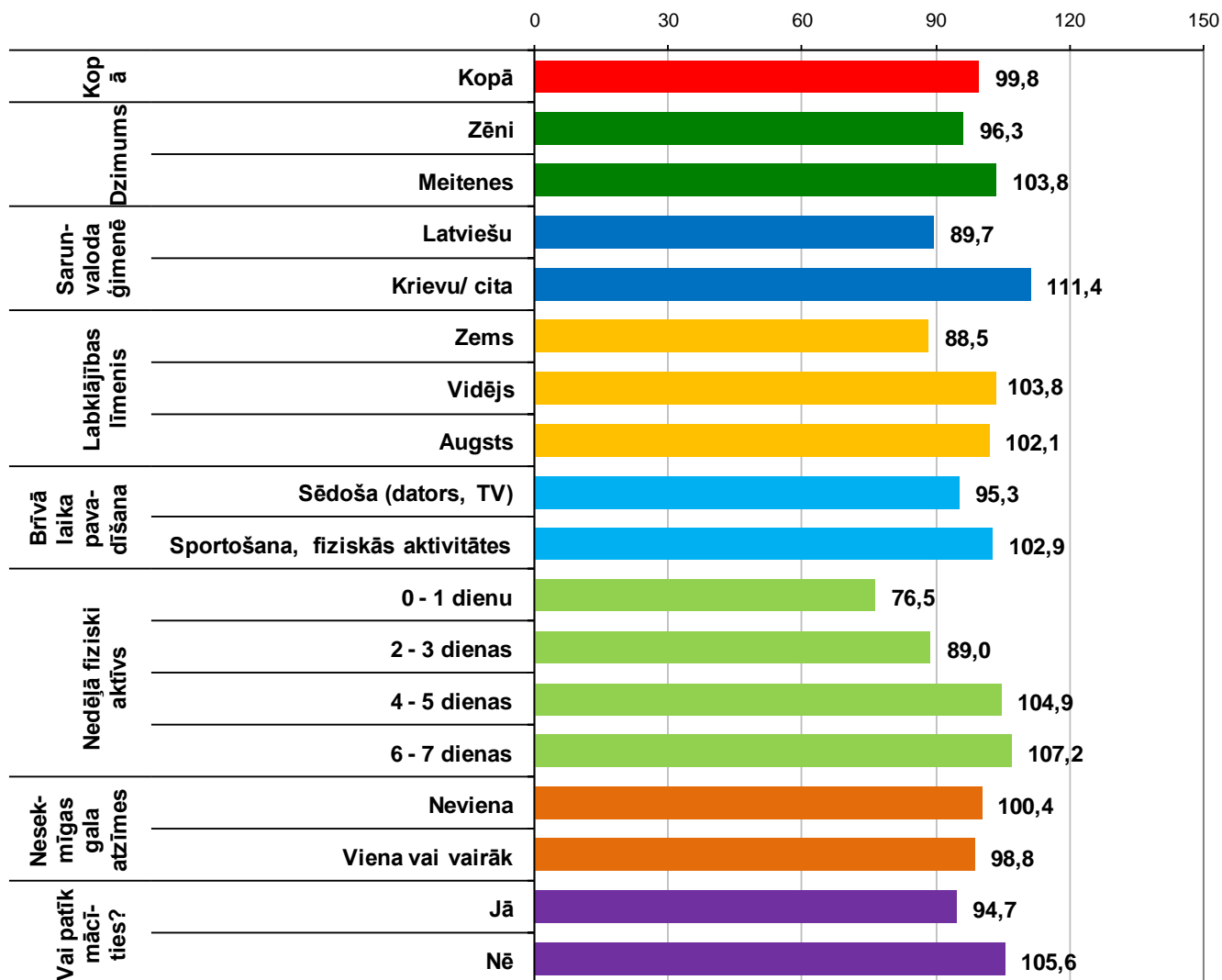
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu izmanto internetu/ spēlē spēles mobilajā telefonā?

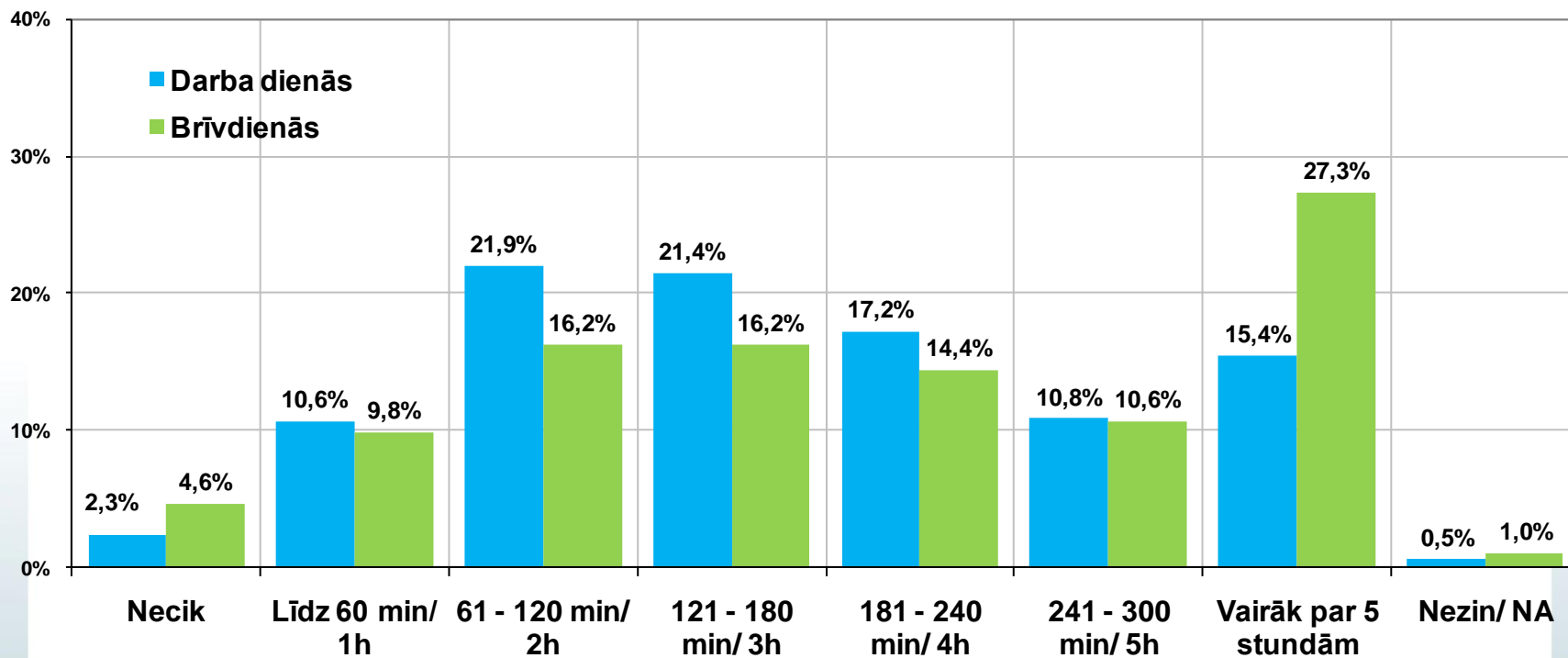
VIDĒJAIS MINŪŠU SKAITS

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



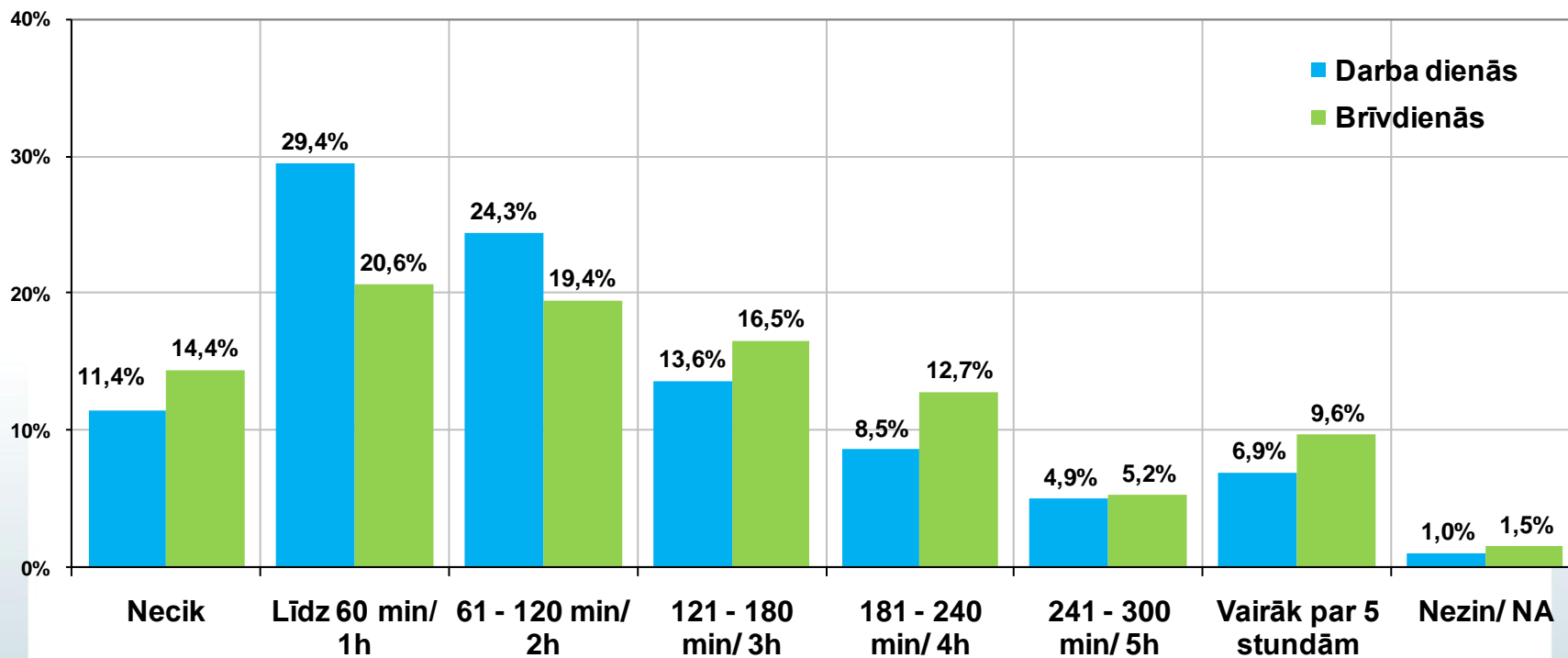
Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu izmanto datoru/ internetu?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



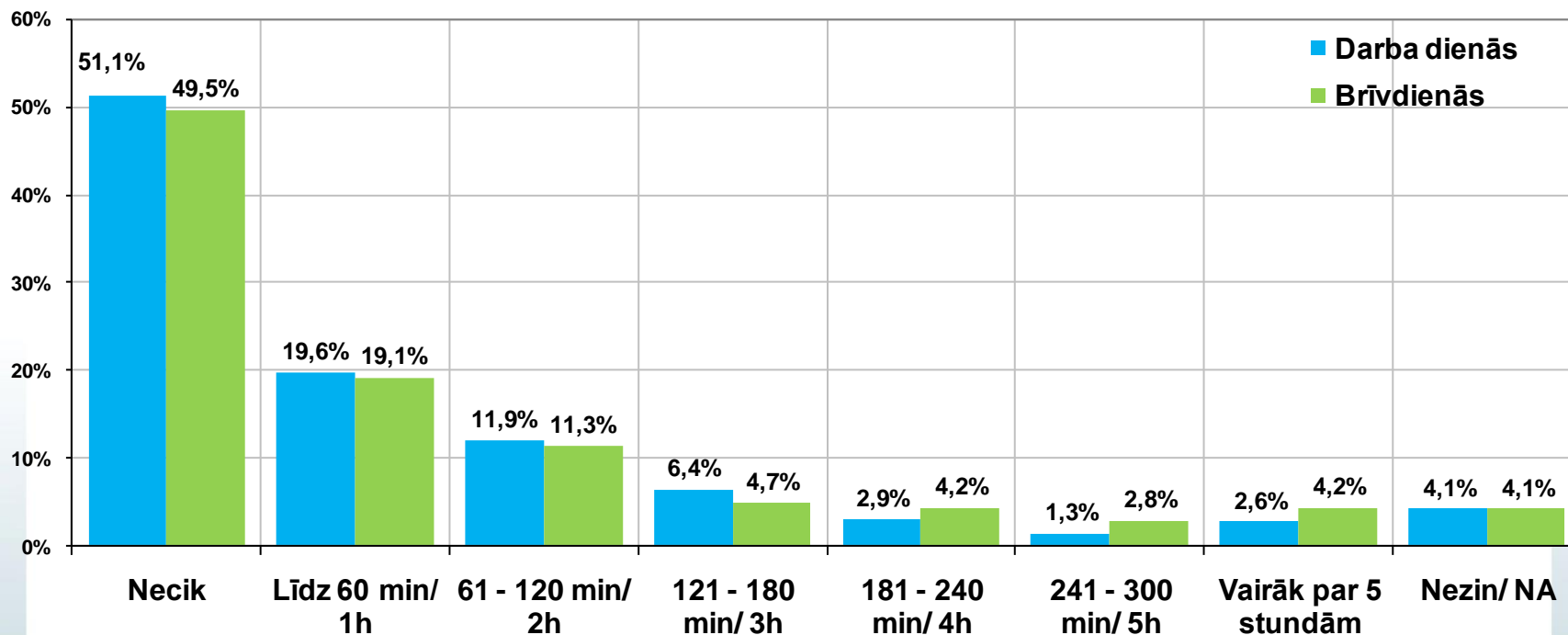
Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu skaties televīziju?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



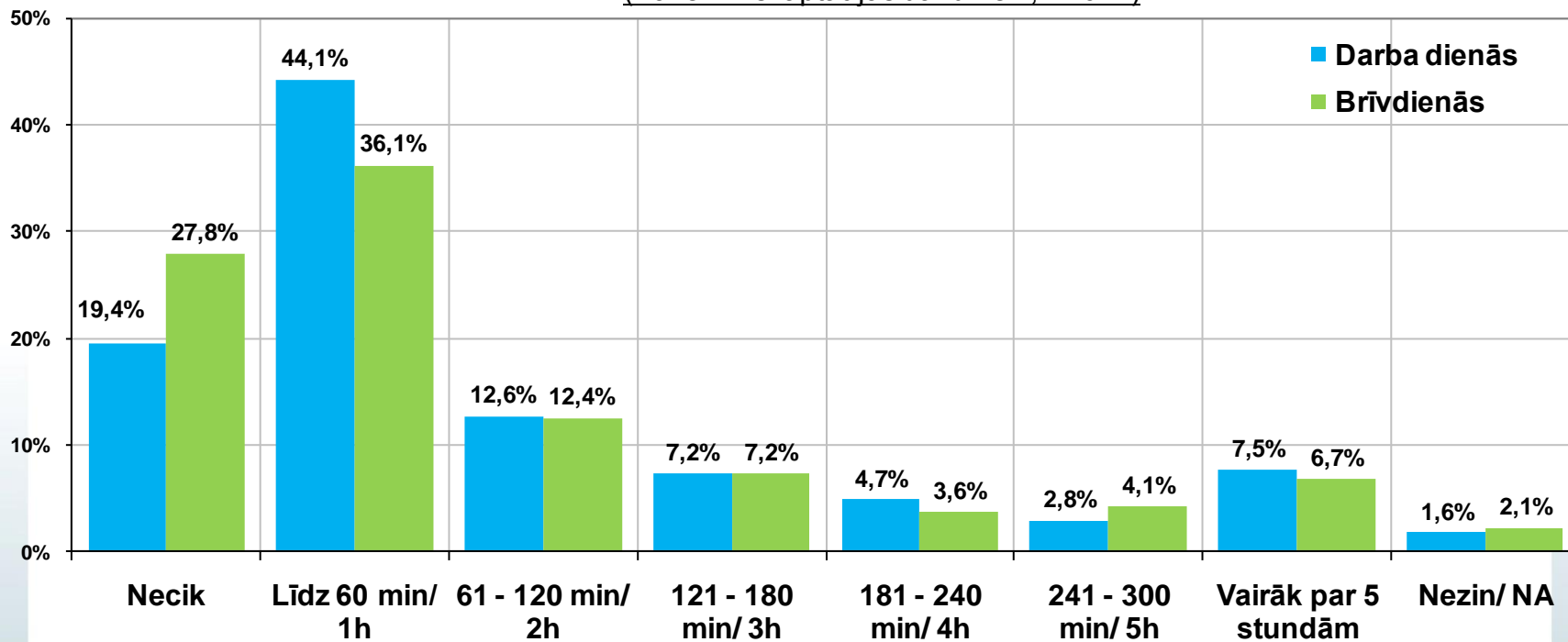
Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu spēlē spēles izmantojot spēļu konsoles?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu izmanto internetu/ spēlē spēles mobilajā telefonā?

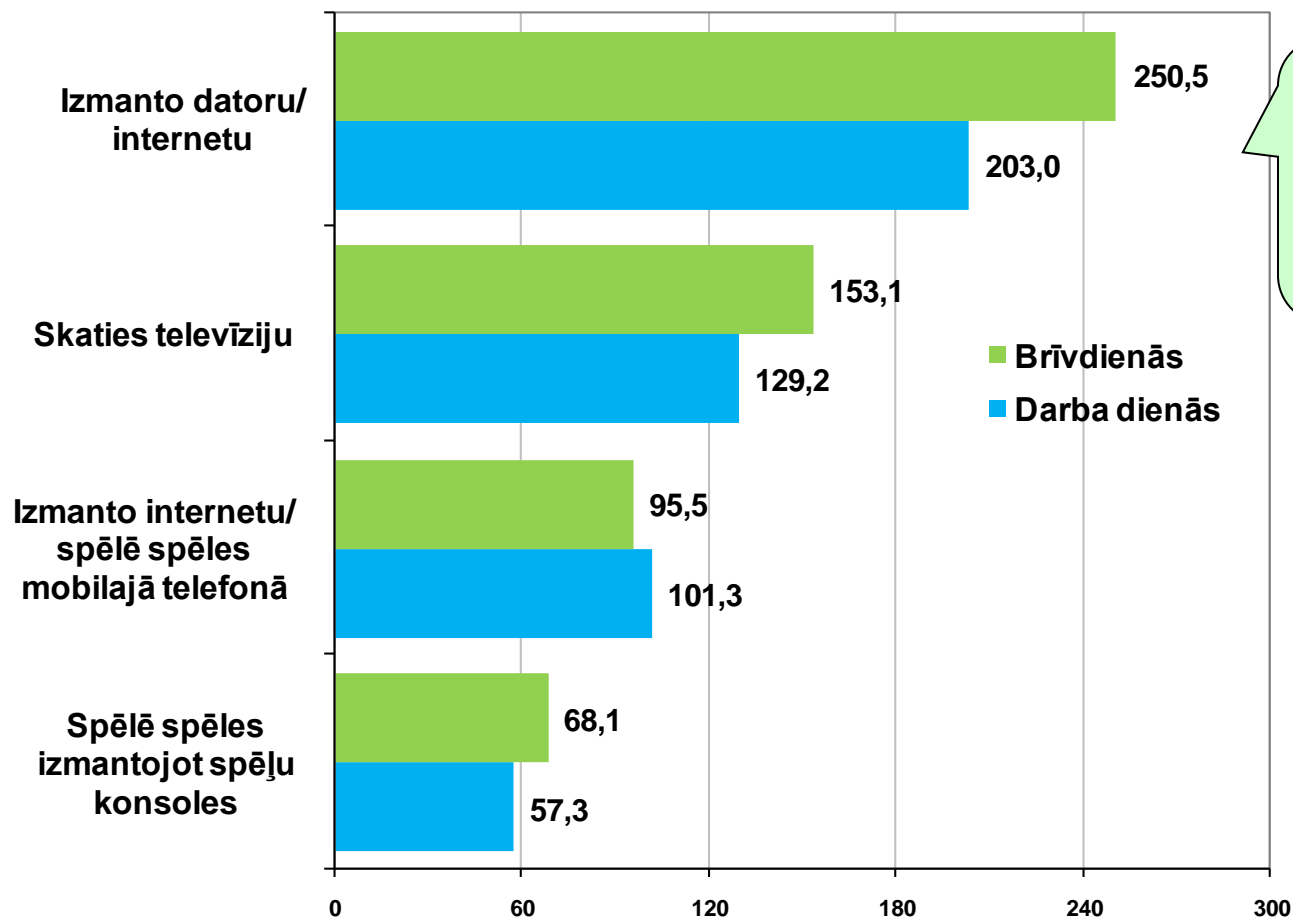
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vidēji cik ilgu laiku dienā pēdējā mēneša laikā Tu ...?

VIDĒJAIS MINŪŠU SKAITS

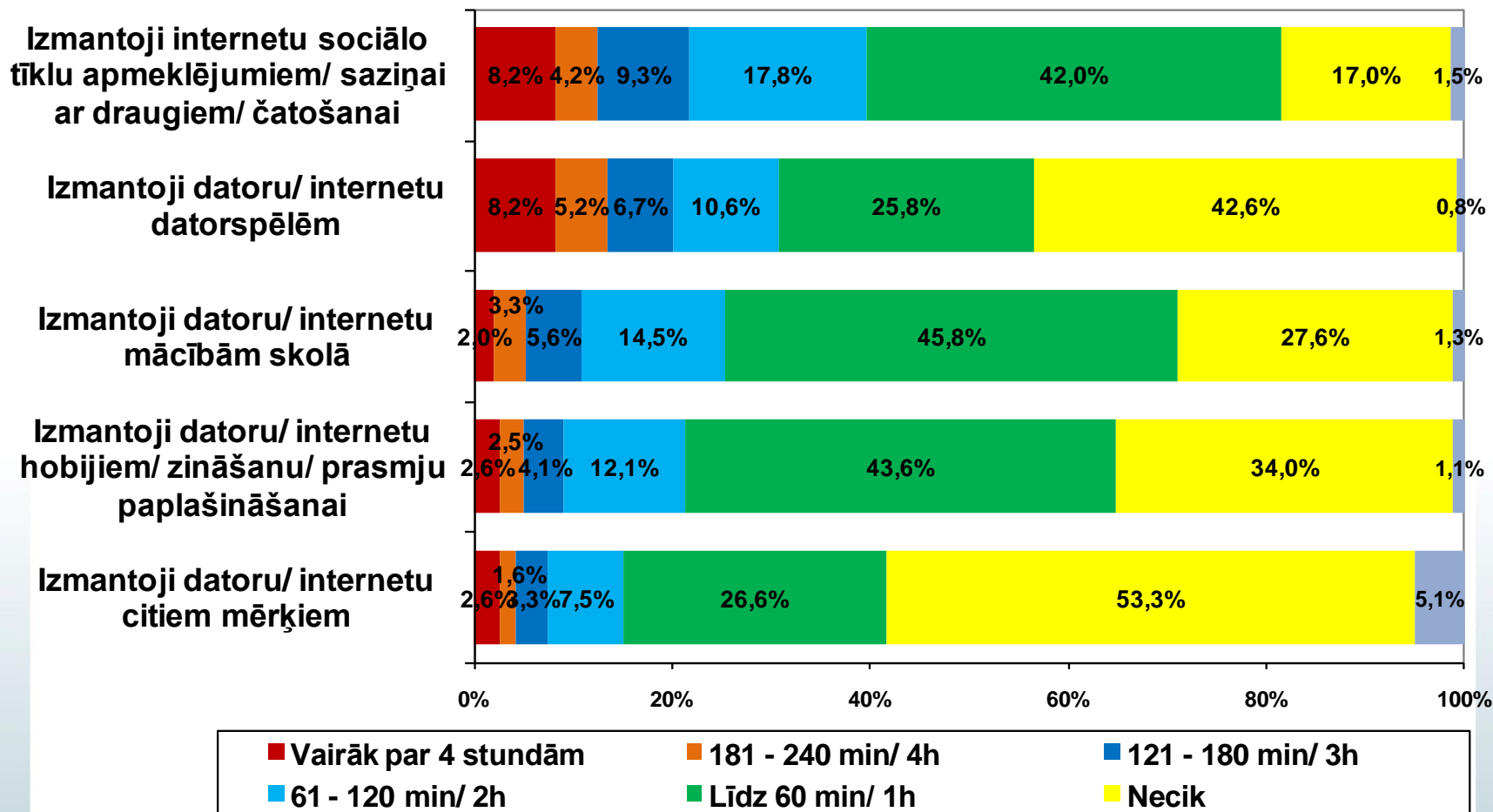
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Brīvdienās dators/ internets, TV, kā arī spēļu konsoles pusaudžu vidū vidēji tiek lietots vairāk nekā darba dienās.

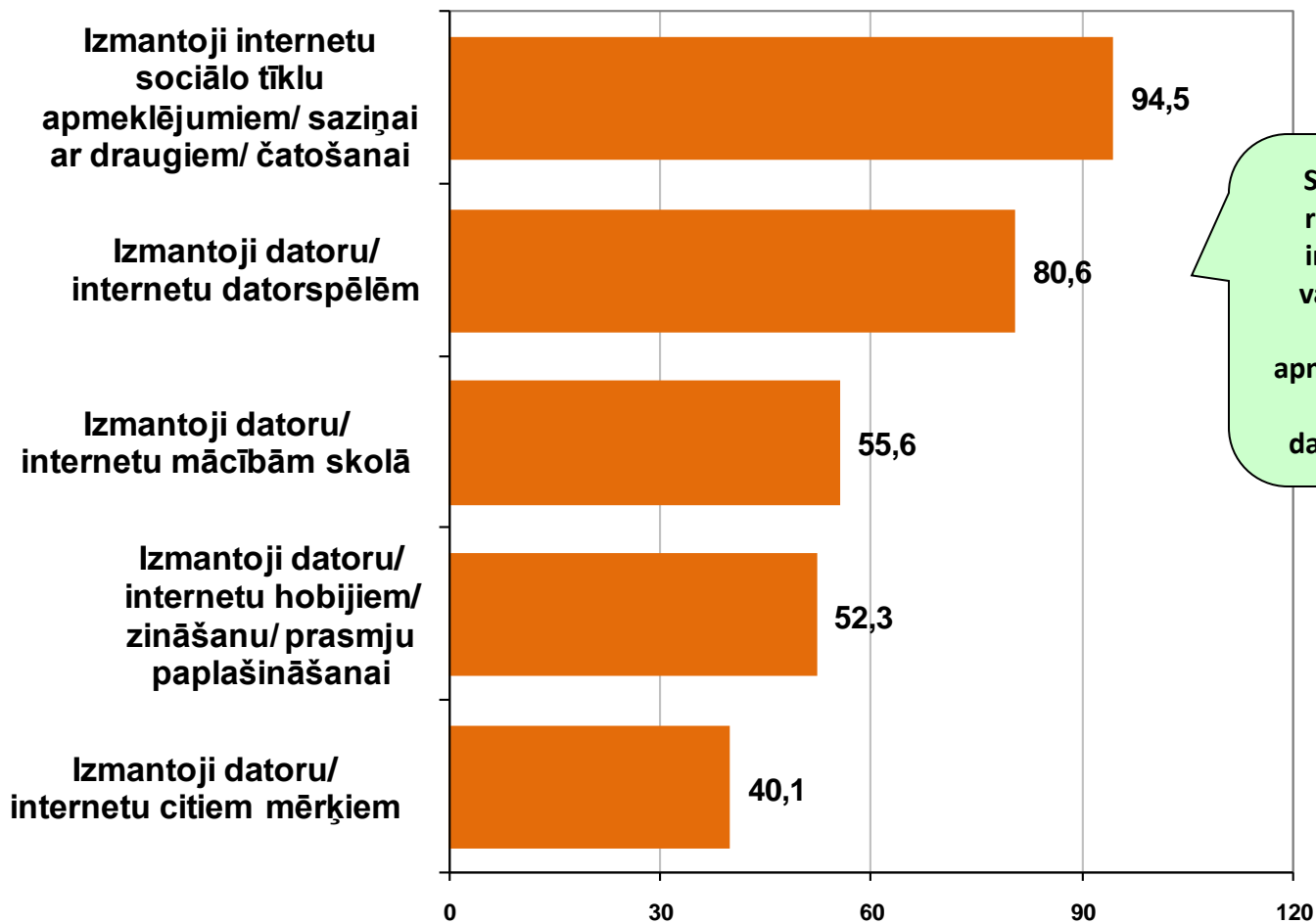
Vidēji cik ilgu laiku Tu vakar ...?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vidēji cik ilgu laiku Tu vakar ...? **VIDĒJAIS MINŪŠU SKAITS**

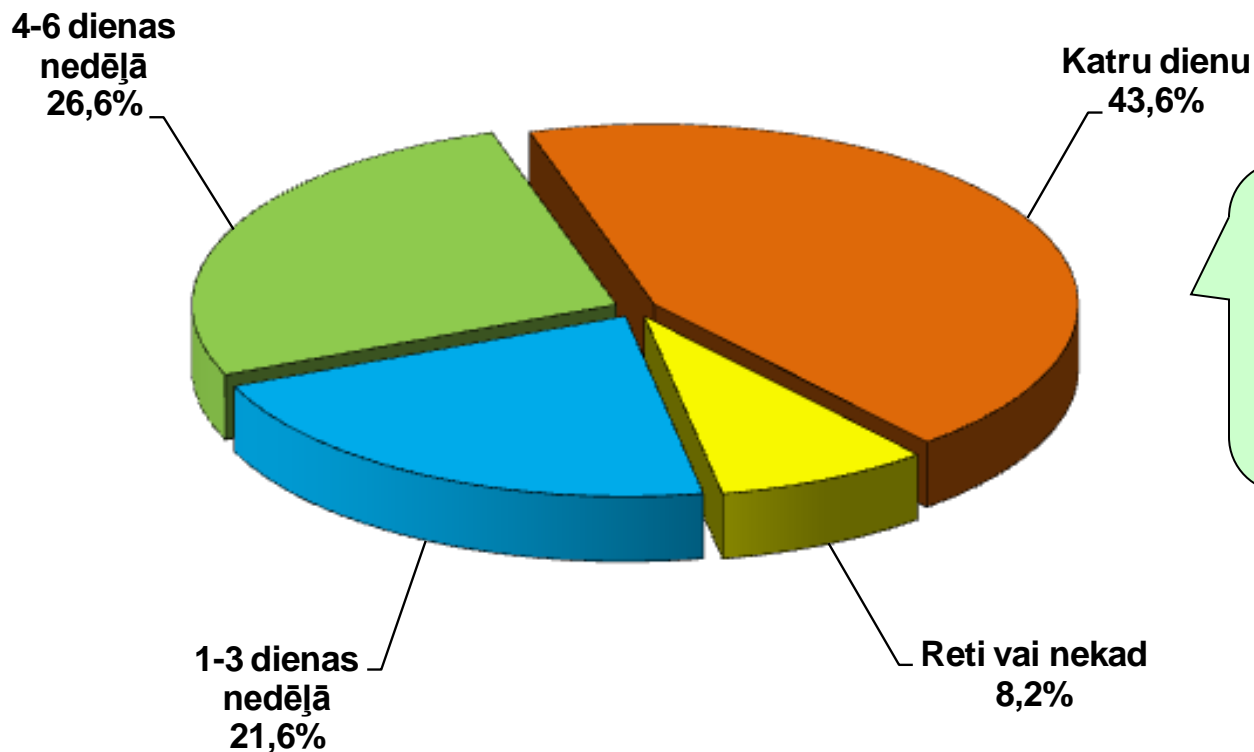
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Saskaņā ar pētījuma rezultātiem, dators/ internets salīdzinoši vairāk tiek izmantots sociālo tīklu apmeklēšanai/ saziņai ar draugiem, kā arī datorspēļu spēlēšanai.

Cik bieži Tu sazinies ar saviem draugiem izmantojot Internetu (Skype, e-pasti, čats, sociālie tīkli u.c.)?

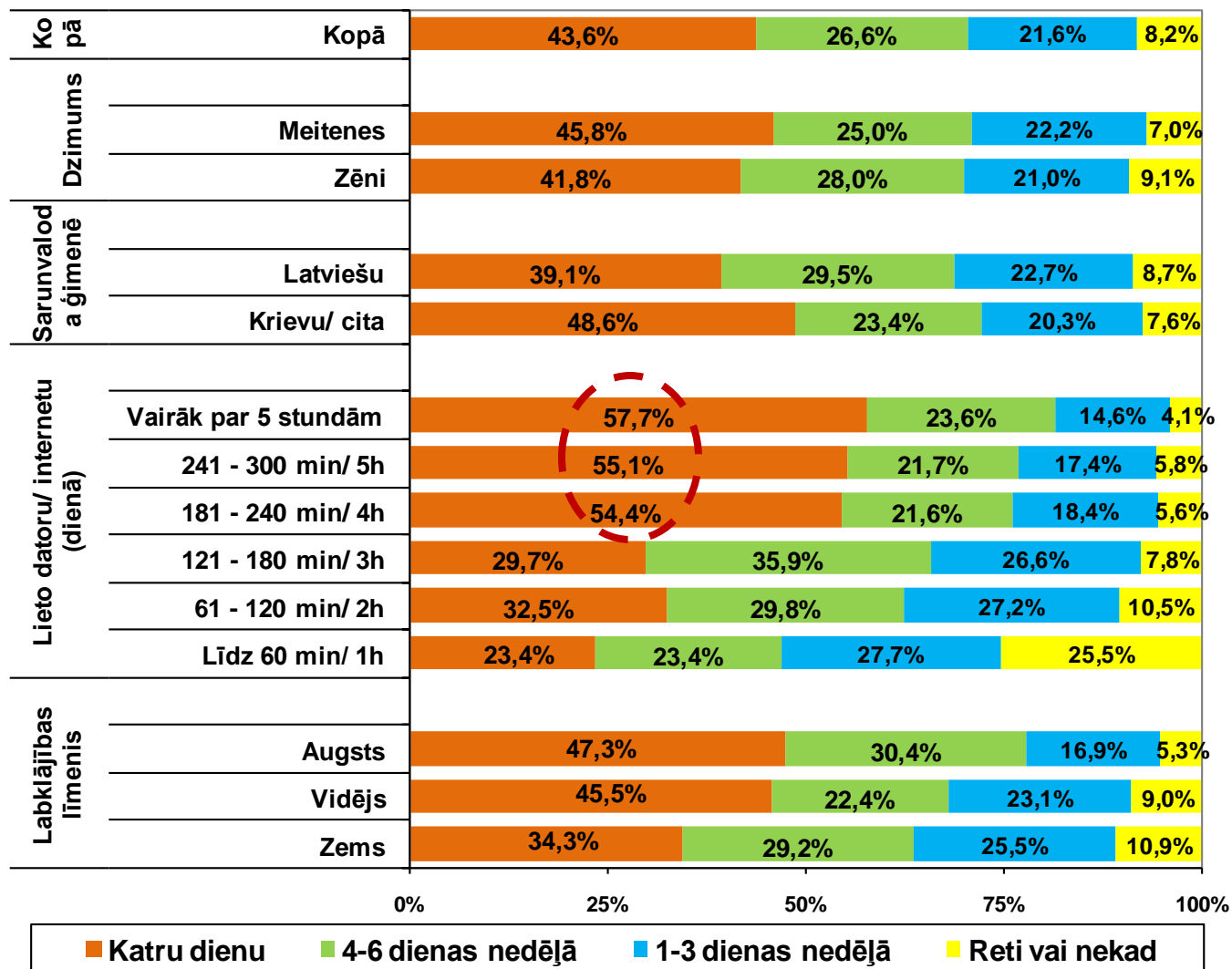
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vairāk nekā divas trešdaļas (70,2%) aptaujāto pusaudžu vismaz 4 dienas nedēļā sazinās ar saviem draugiem izmantojot internetu.

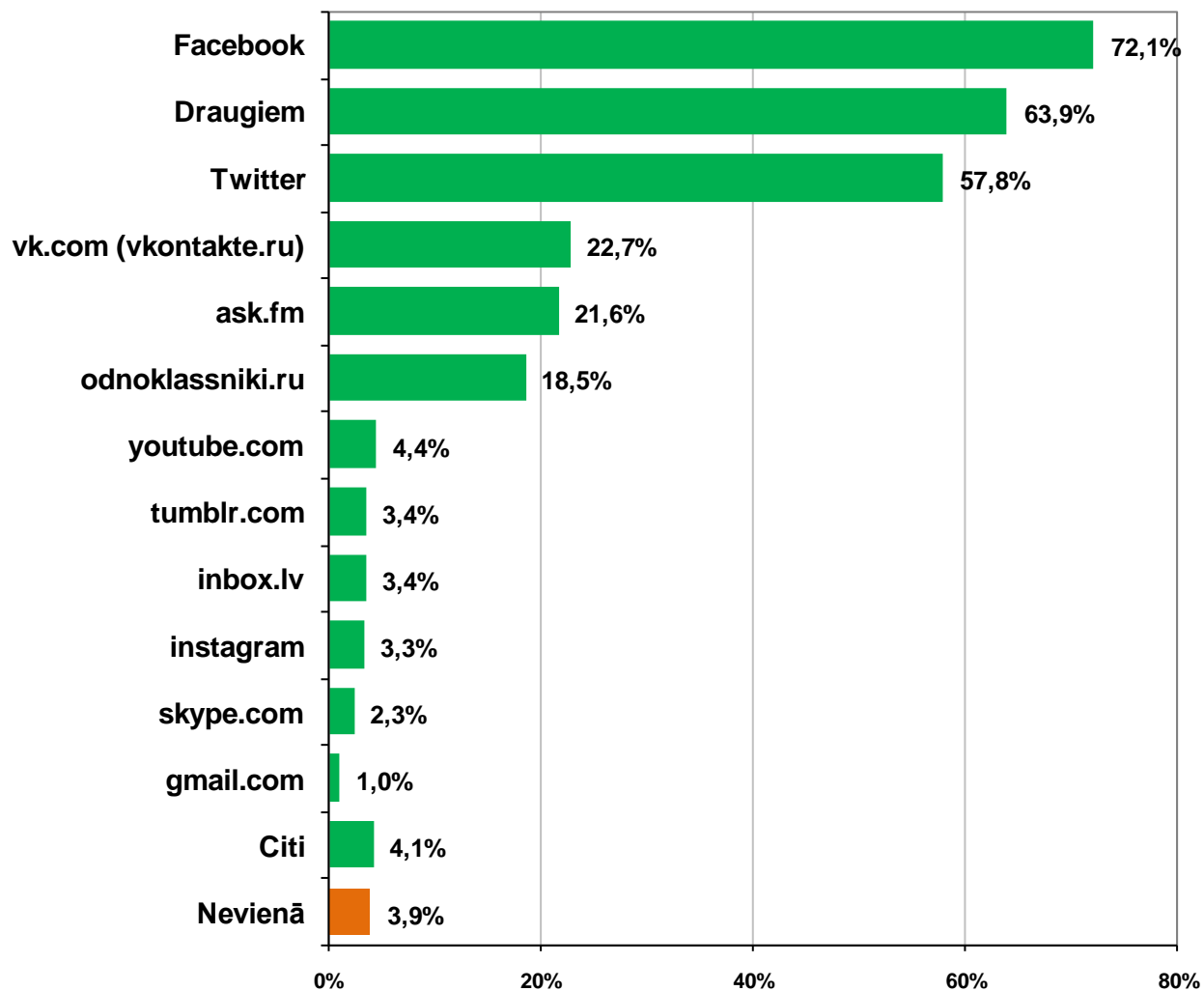
Cik bieži Tu sazinies ar saviem draugiem izmantojot Internetu (Skype, e-pasti, čats, sociālie tīkli u.c.)?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



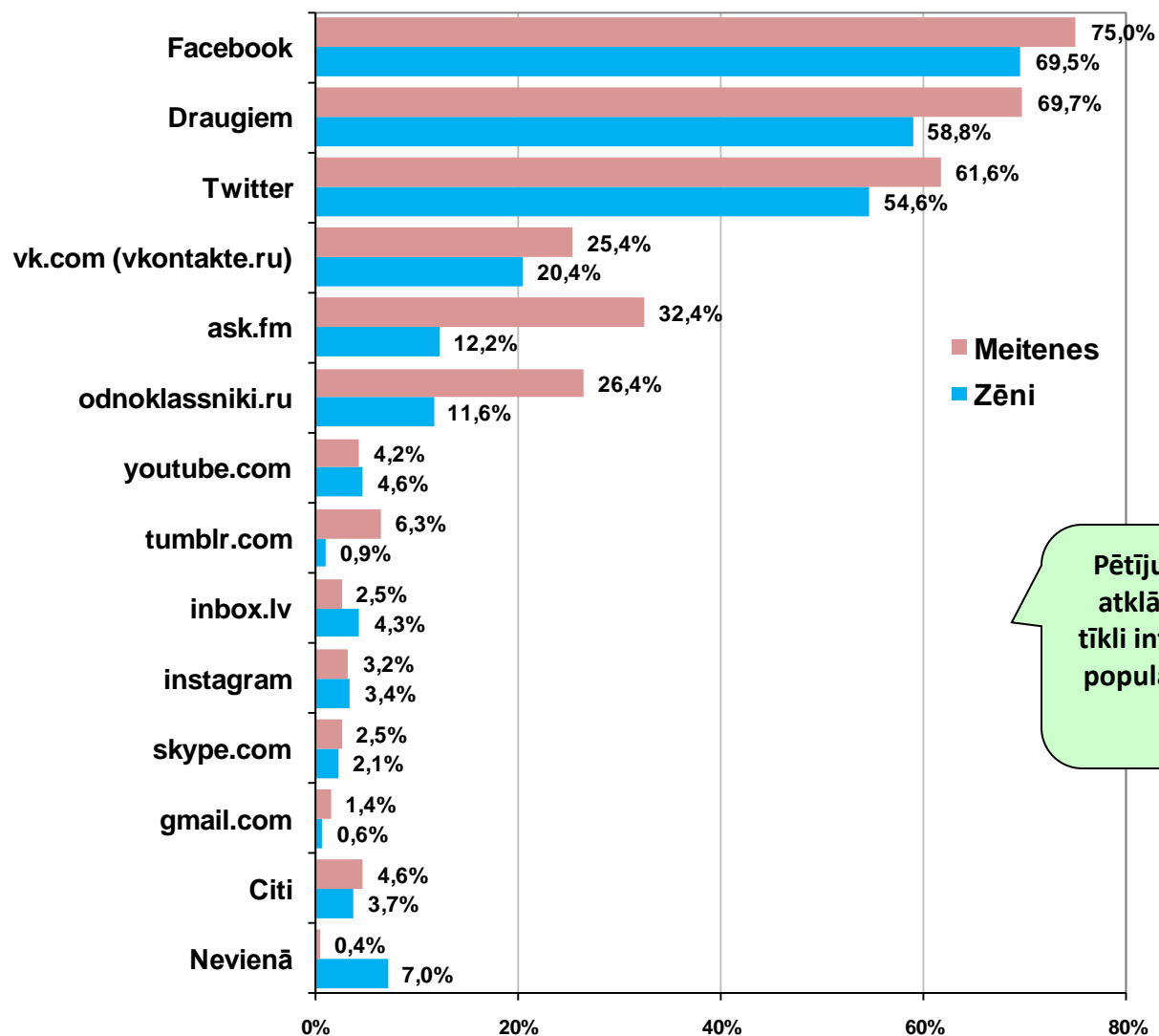
Kādos sociālajos tīklos internetā Tu esi reģistrējies, izveidojis savu profilu?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kādos sociālajos tīklos internetā Tu esi reģistrējies, izveidojis savu profilu?

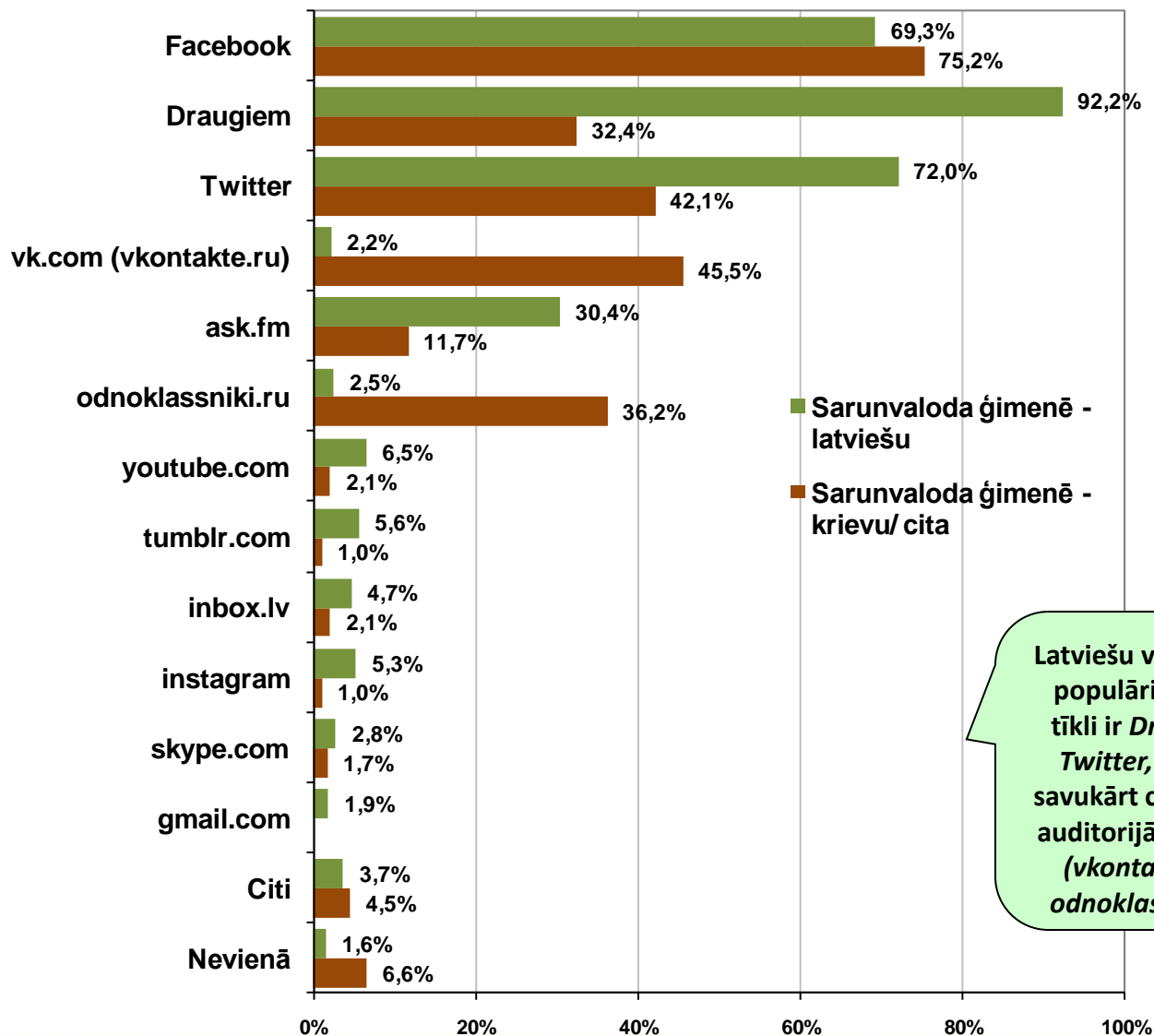
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Pētījuma rezultāti atklāj, ka sociālie tīkli internetā vairāk populāri ir meiteņu vidū.

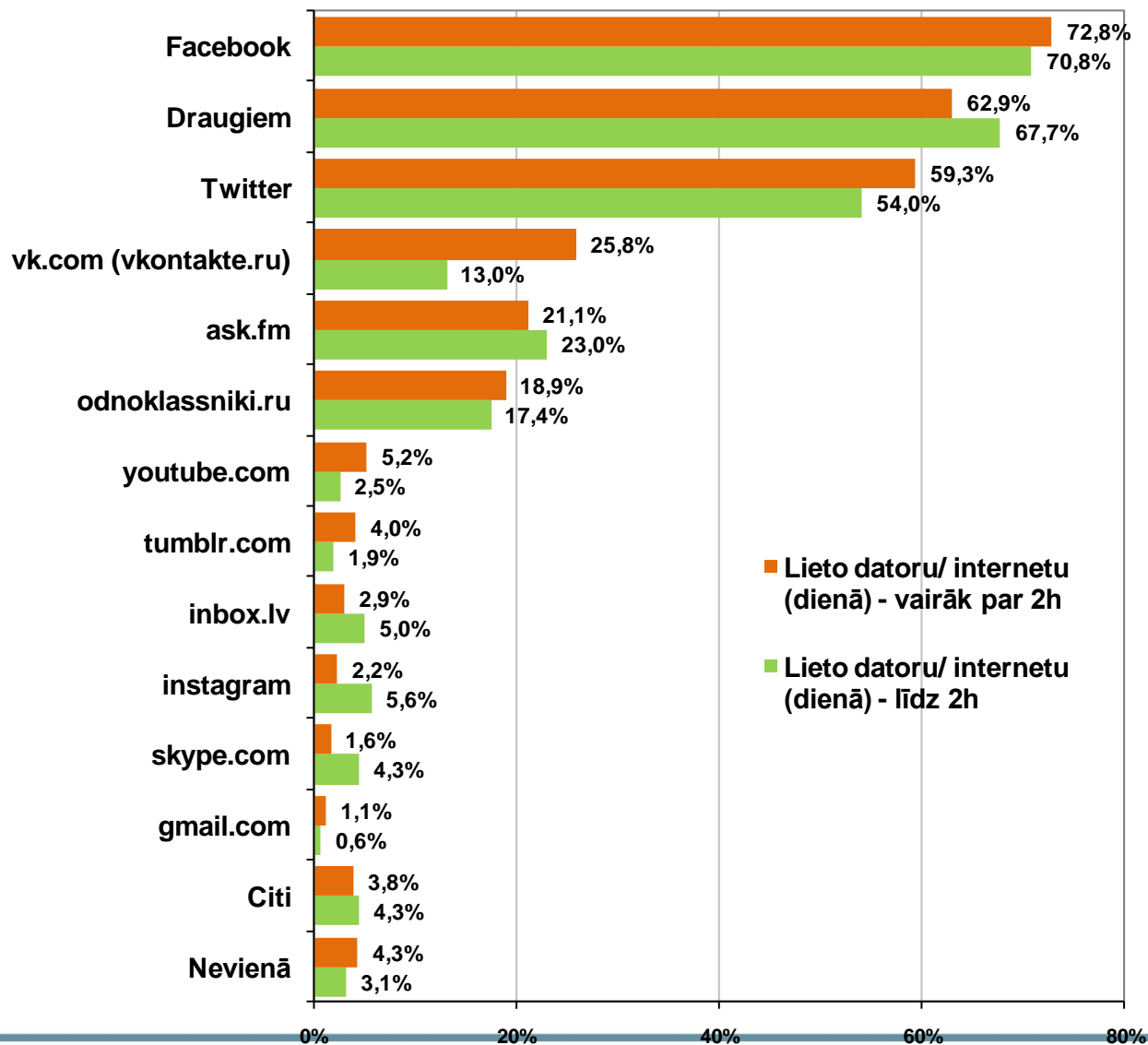
Kādos sociālajos tīklos internetā Tu esi reģistrējies, izveidojis savu profilu?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kādos sociālajos tīklos internetā Tu esi reģistrējies, izveidojis savu profilu?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



2. Emocionālā pašsajūta un pašnovērtējums

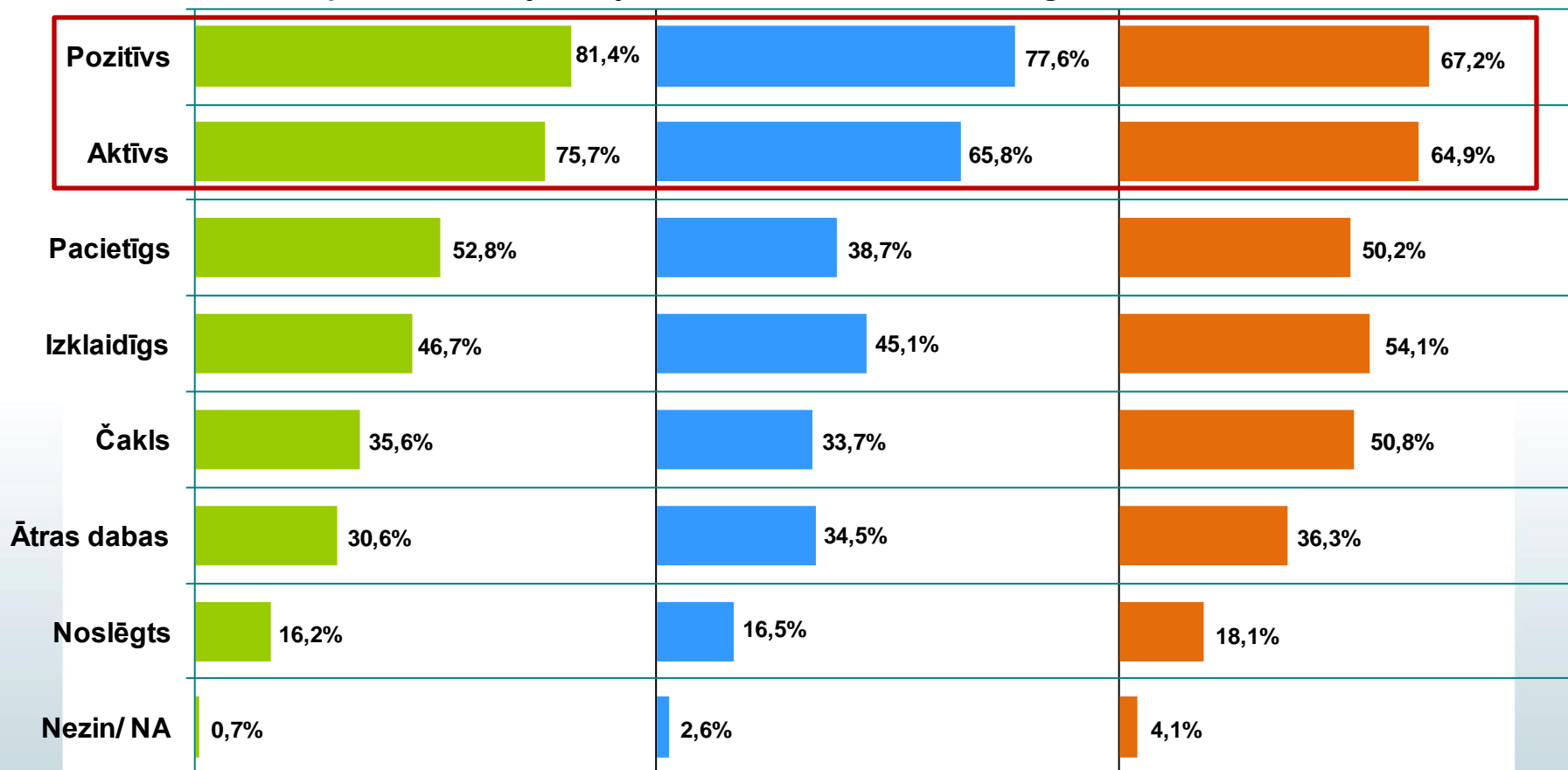
Kādas īpašības ... ?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

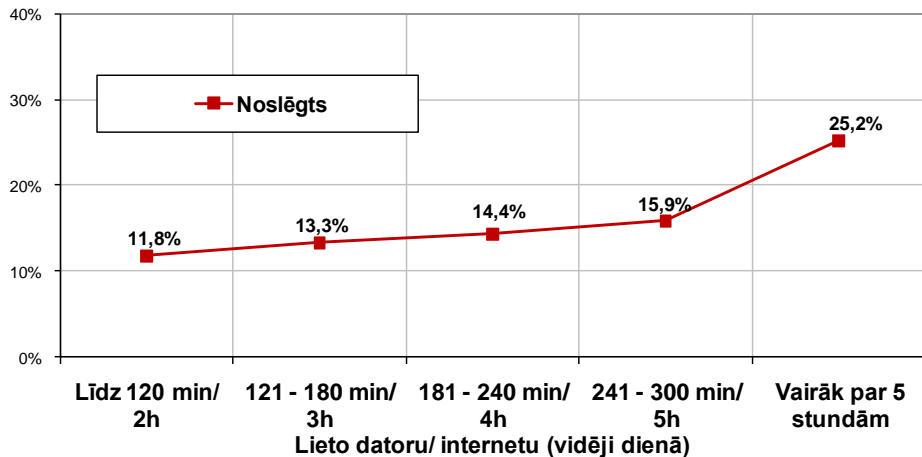
■ Tu uzskati sev par visraksturojošākajām

■ uzsver Tavi draugi

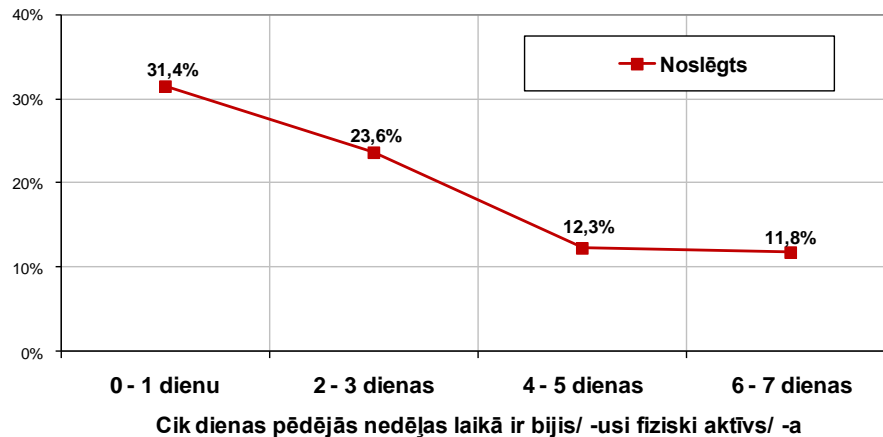
■ uzsver Tavi vecāki



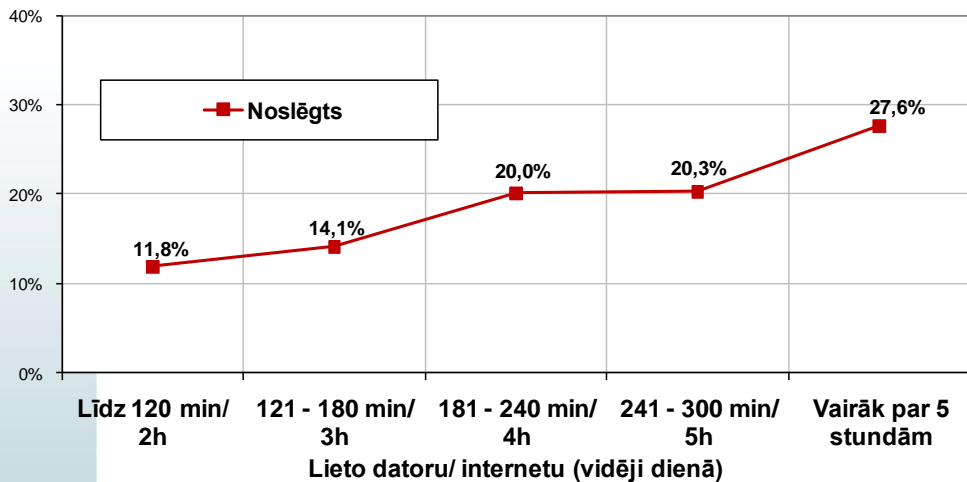
Kādas īpašības Tu uzskati sev par visraksturojošākajām?
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kādas īpašības Tu uzskati sev par visraksturojošākajām?
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



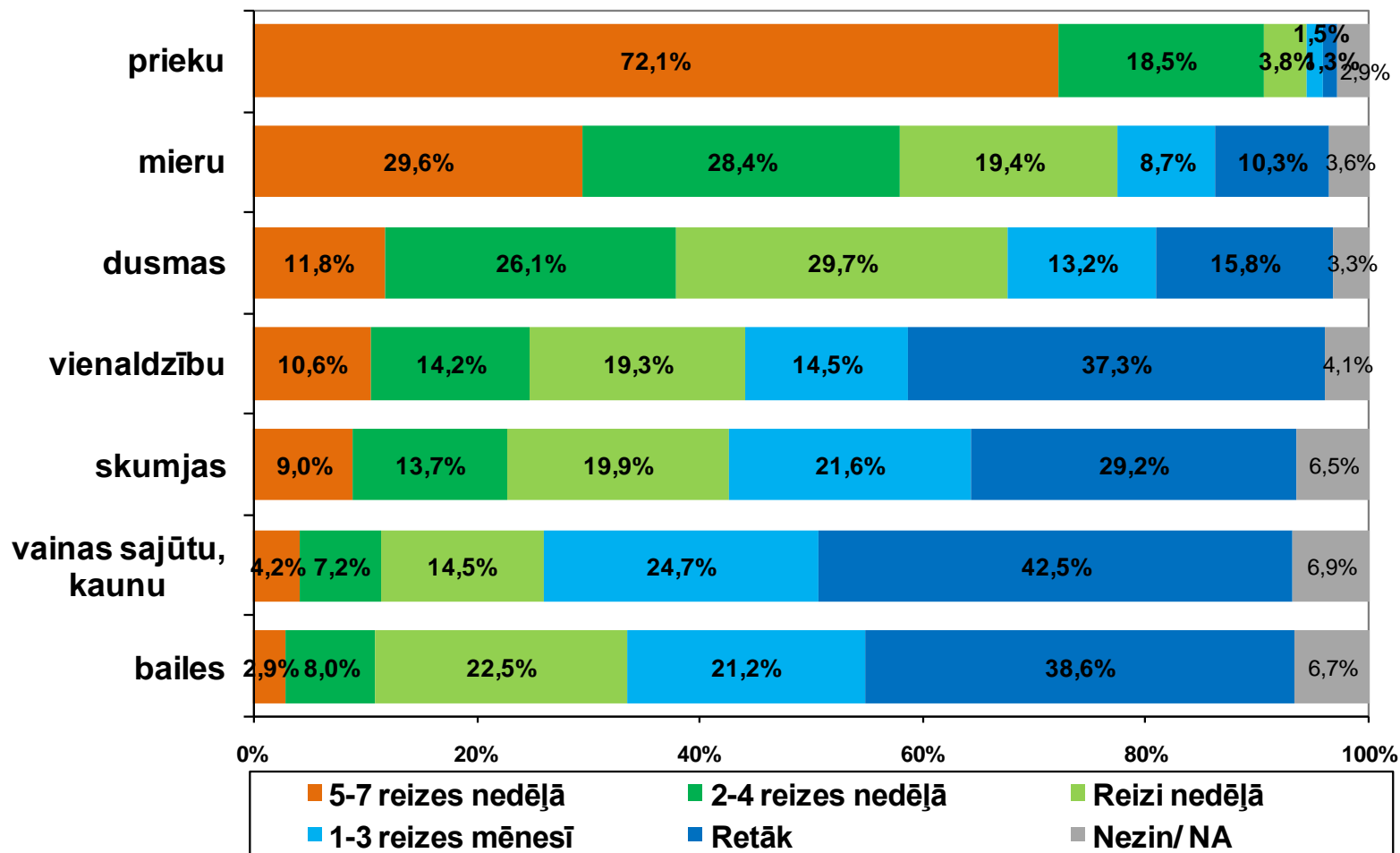
Kādas īpašības uzsver Tavi vecāki (aizbildņi)?
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Pētījuma rezultāti atklāj, ka noslēgtība vairāk raksturīga tiem pusaudžiem, kuri ilgstošāk pavada laiku pie datora, kā arī ir mazāk fiziski aktīvi.

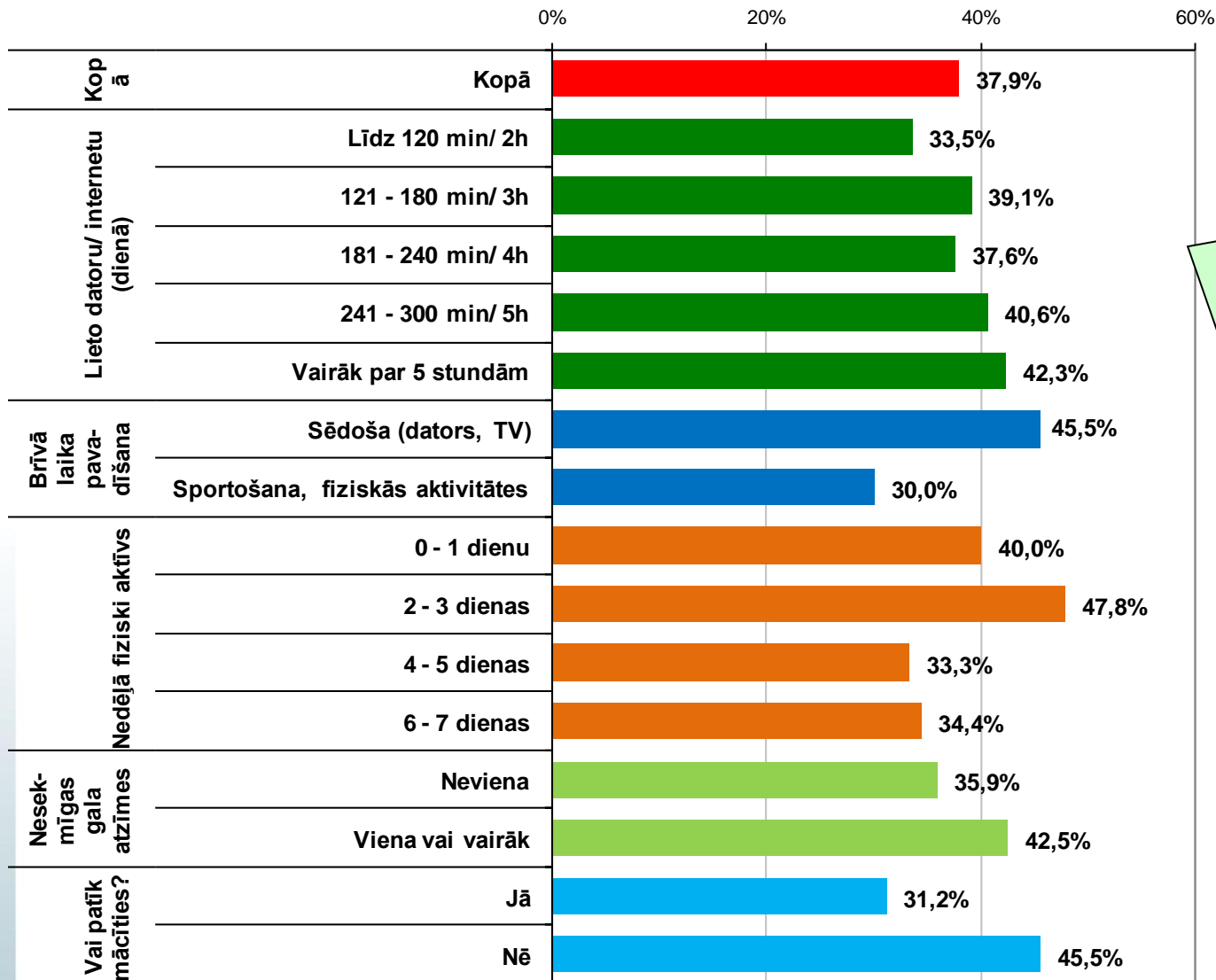
Cik reizes pēdējā mēneša laikā, Tu esi izjutis ...?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Pēdējā mēneša laikā vismaz divas reizes nedēļā ir izjutis DUSMAS

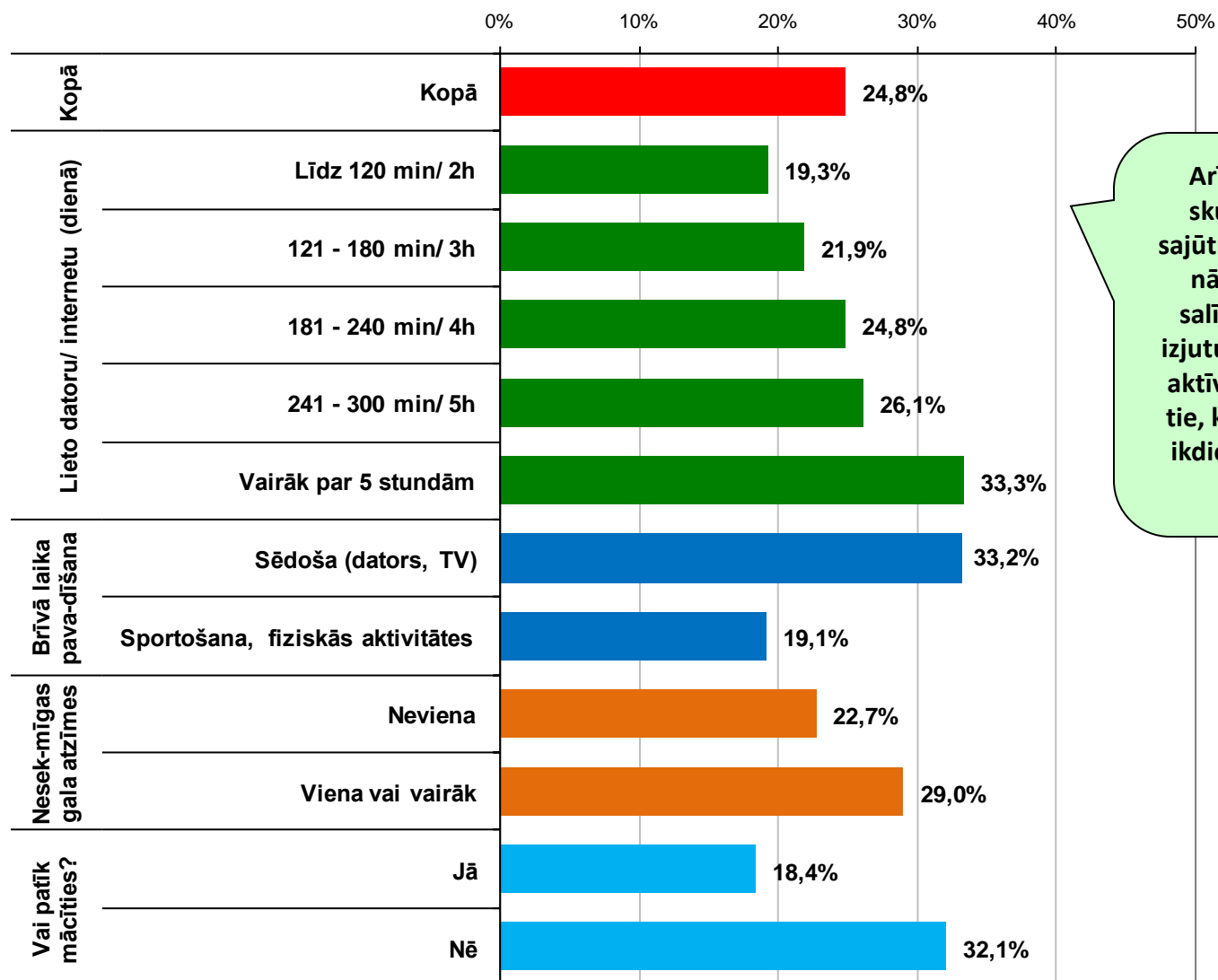
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vismaz divas reizes nedēļā dusmas izjutuši 37,9% aptaujāto pusaudžu. Salīdzinoši biežāk – fiziski mazāk aktīvie respondenti, pusaudži, kuri vairāk laika pavada pie datora, kā arī skolēni, kuriem ir bijusi kāda nesekmīga gala atzīme un kuriem nepatīk mācīties.

Pēdējā mēneša laikā vismaz divas reizes nedēļā ir izjutis VIENALDZĪBU

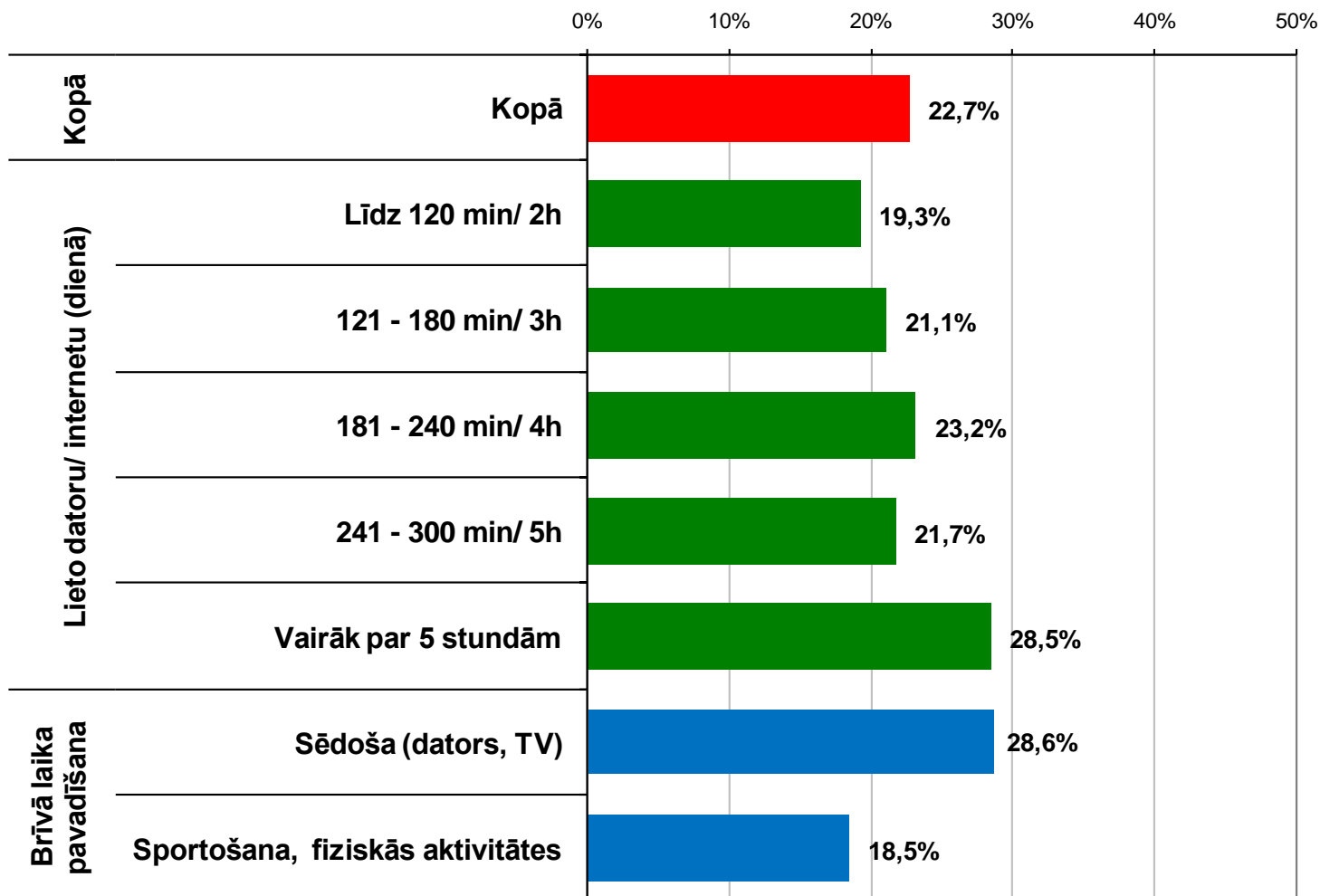
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Arī vienaldzību, skumjas, vainas sajūtu/ kaunu (skatīt nākamās lapas) salīdzinoši biežāk izjūtuši fiziski mazāk aktīvie pusaudži un tie, kuri vairāk laika ikdienā pavada pie datora.

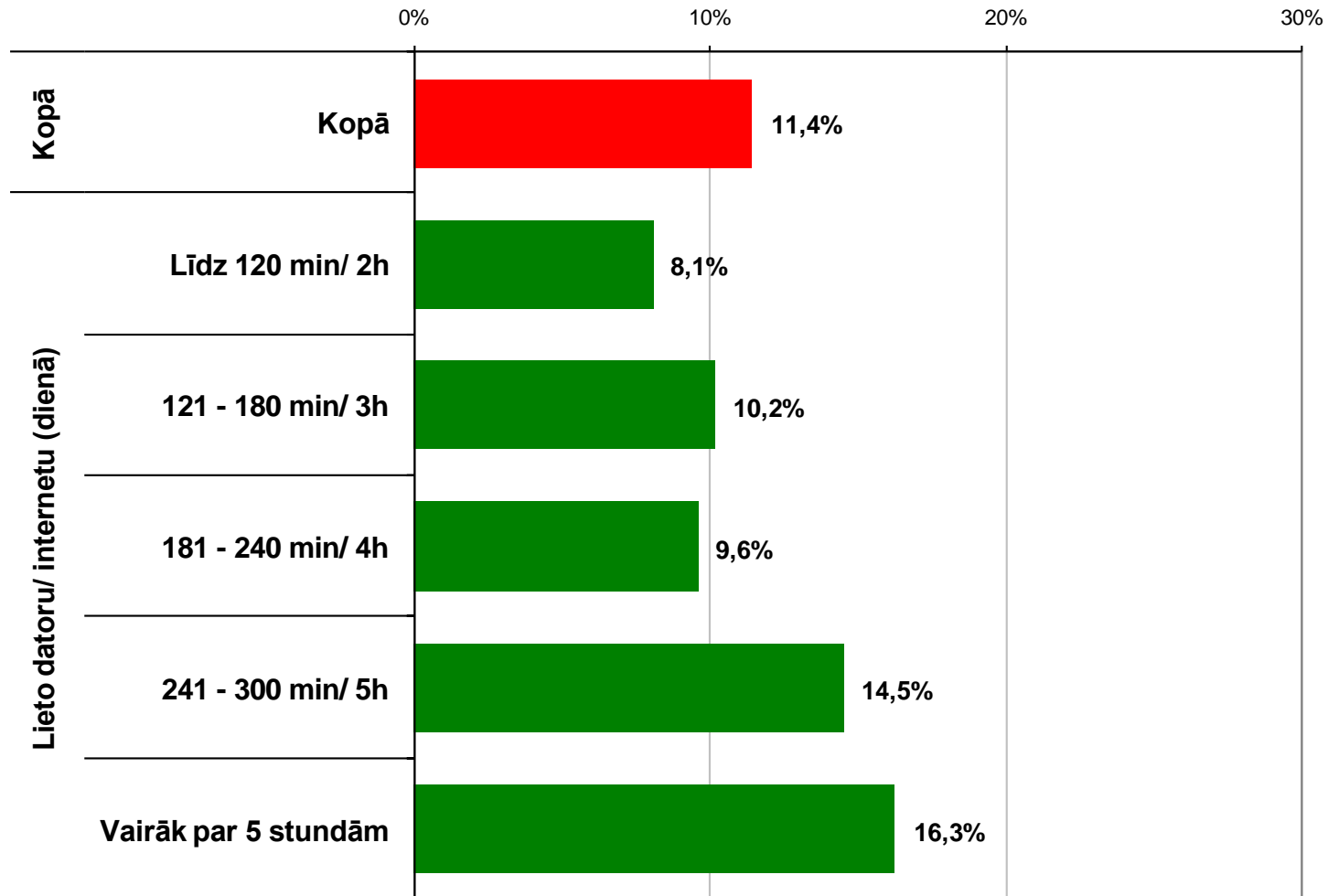
Pēdējā mēneša laikā vismaz divas reizes nedēļā ir izjutis **SKUMJAS**

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



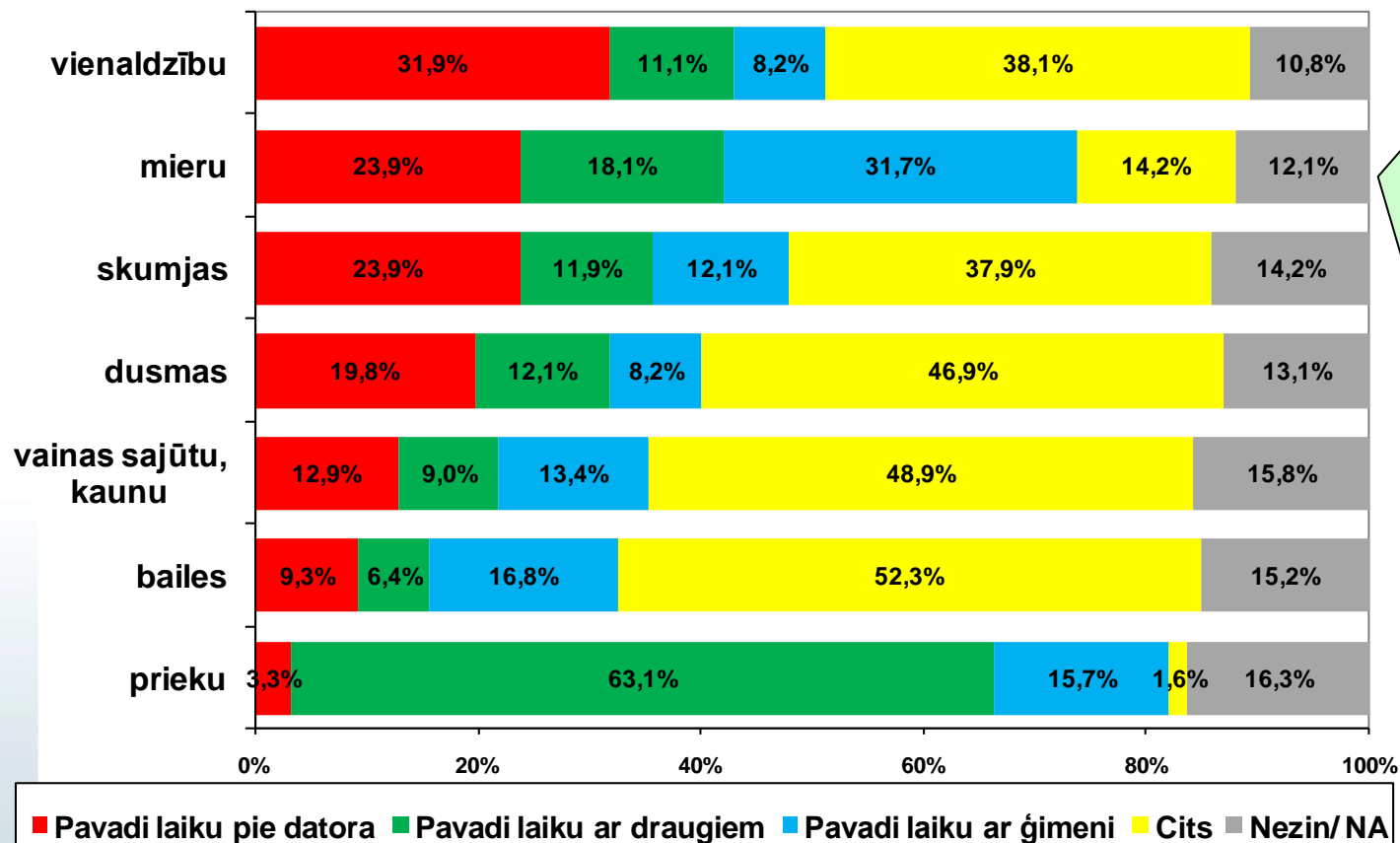
**Pēdējā mēneša laikā vismaz divas reizes nedēļā ir izjutis
VAINAS SAJŪTU, KAUNU**

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Ko Tu dari, kad izjūti ...?

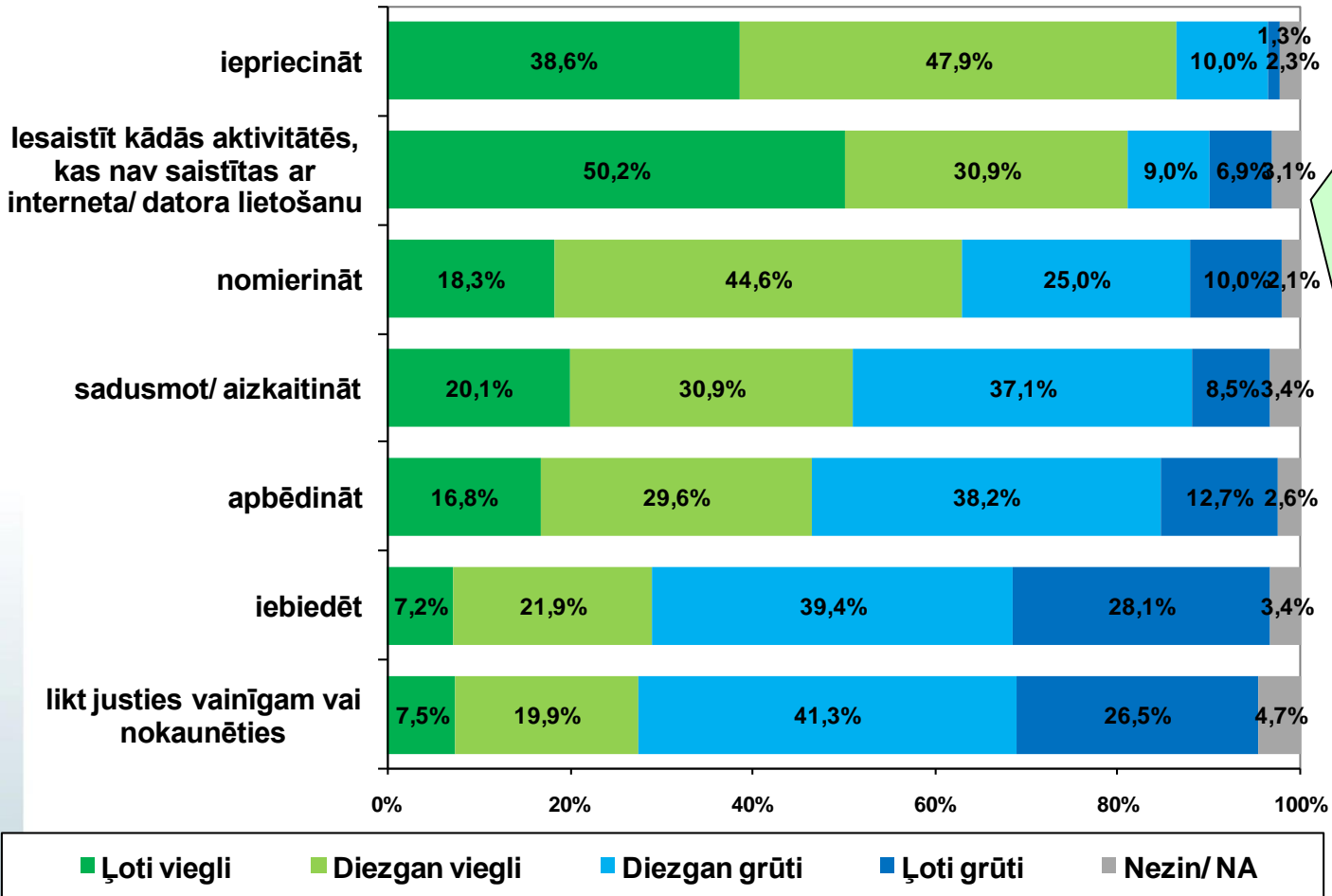
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Priekšroka laika pavadīšanai pie datora visbiežāk tiek izdarīta gadījumos, kad pusaudzis izjūt vienaldzību, mieru, skumjas un dusmas. Visretāk datora izvēlei priekšroka tiek dota situācijās, kad pusaudži izjūt prieku.

Vai Tevi ir viegli ...?

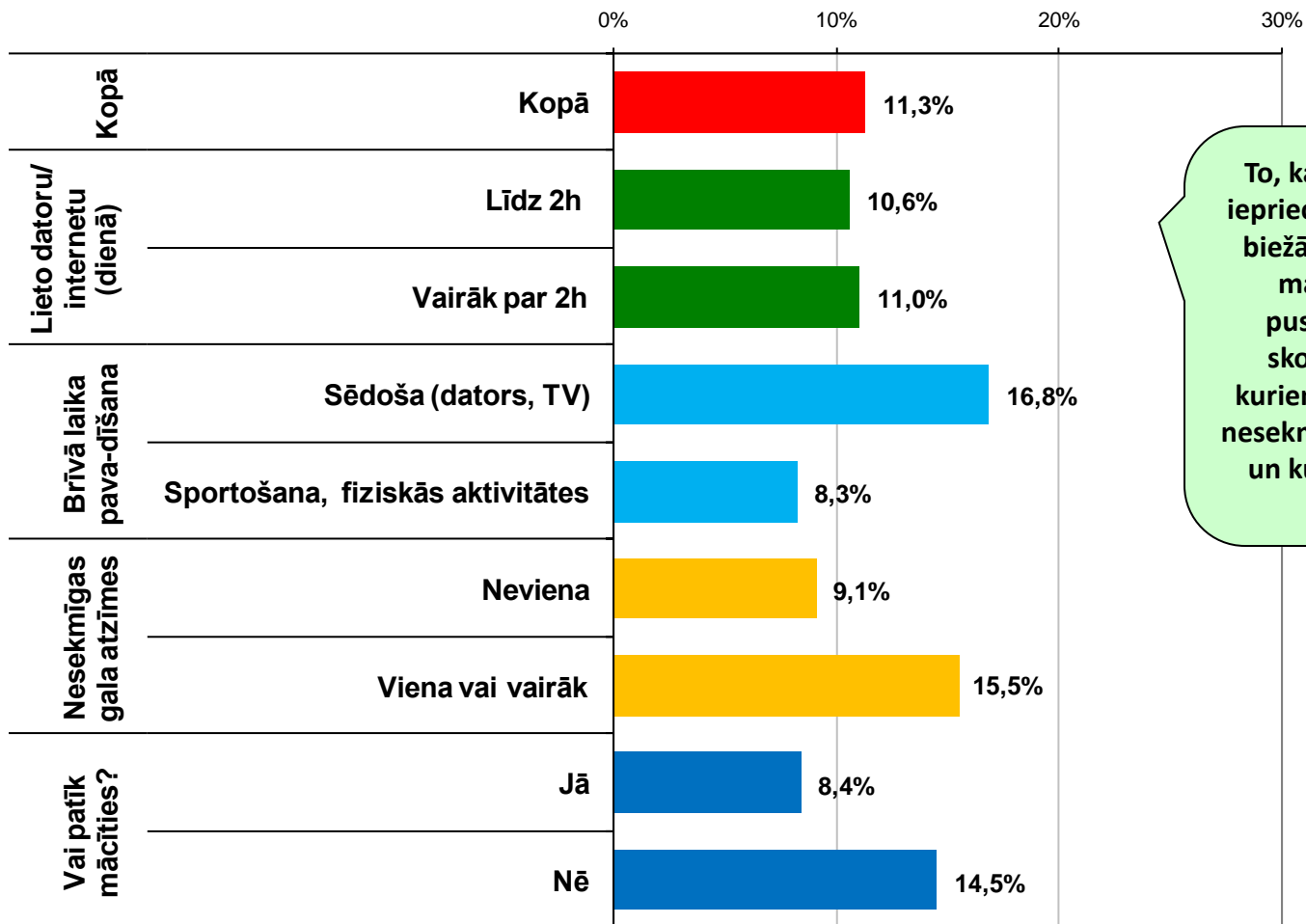
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Dominējošo daļu (>80%) pusaudžu ir viegli iepriecināt, kā arī iesaistīt kādās aktivitātēs, kas nav saistītas ar interneta/ datora lietošanu. Vairāk par pusi respondentu atzina, ka viņus ir ļoti vai diezgan viegli nomierināt un arī sadusmot/ aizkaitināt.

Atzina, ka viņus ir diezgan vai ļoti grūti IEPRIECINĀT

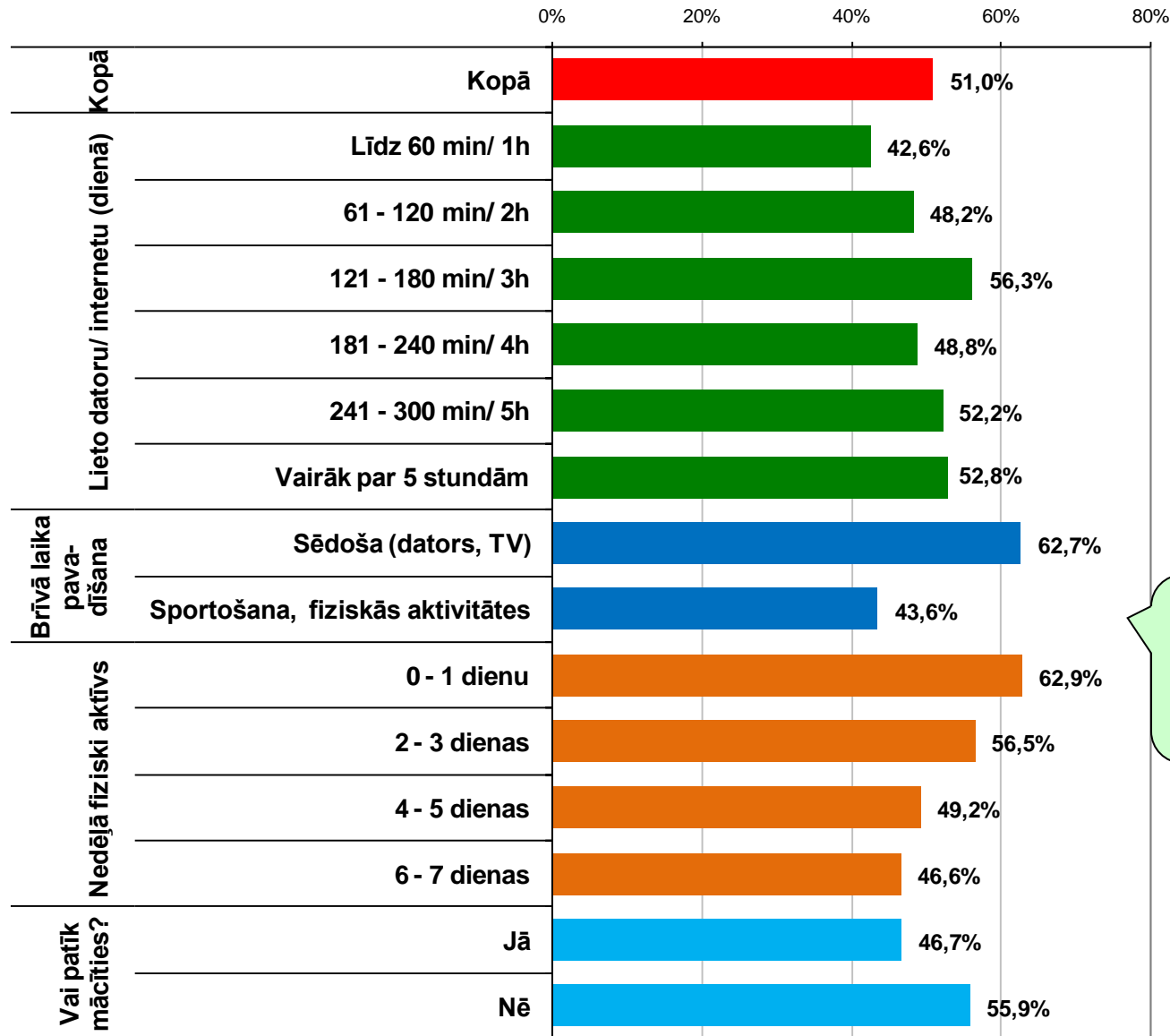
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



To, ka viņus ir grūti iepriecināt salīdzinoši biežāk atzina fiziski mazāk aktīvie pusaudži, kā arī skolēni, kuriem ir bijusi kāda nesekmīga gala atzīme un kuriem nepatīk mācīties.

Atzina, ka viņus ir diezgan vai ļoti viegli **SADUSMOT**

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

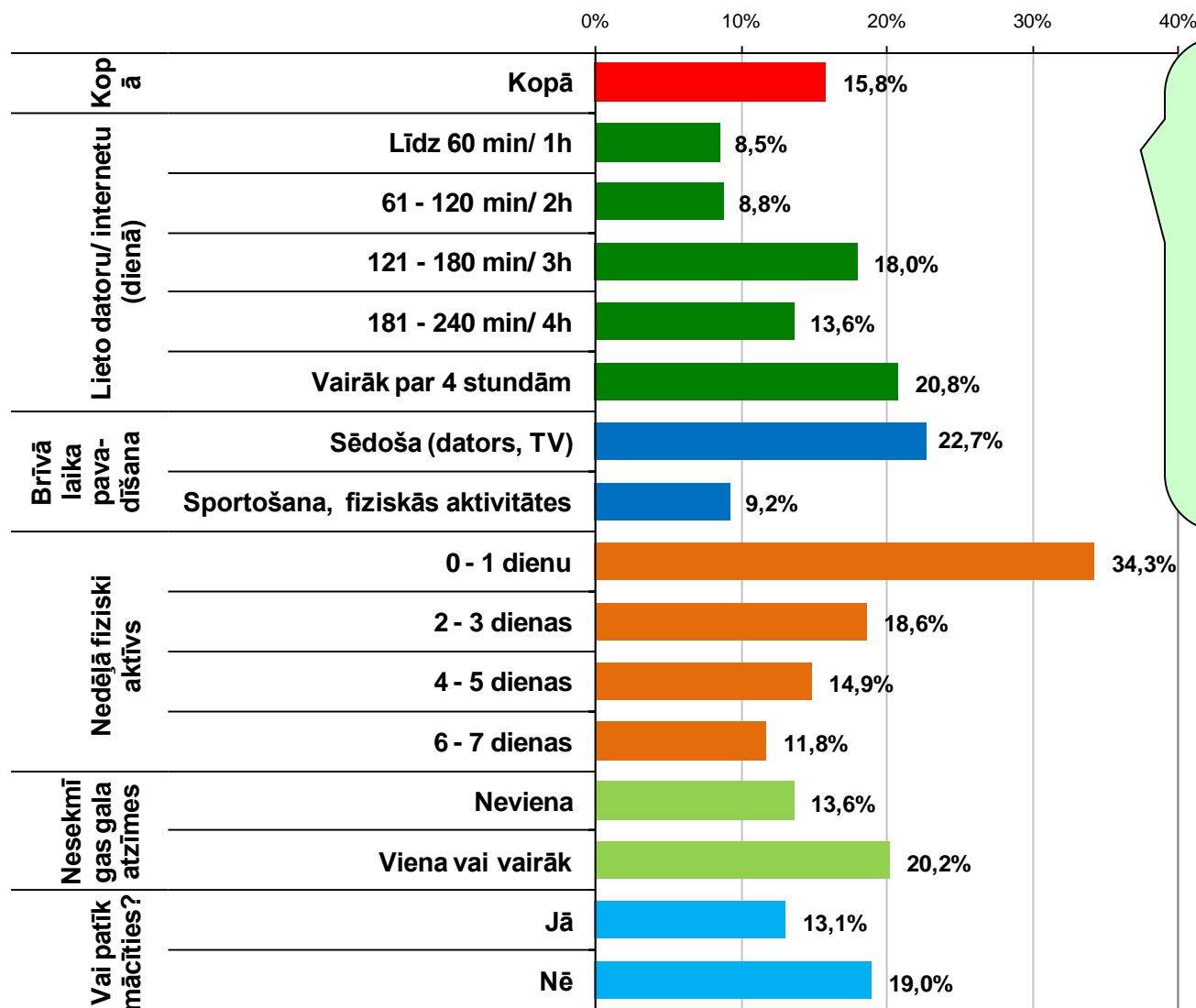


Fiziski mazāk aktīvie pusaudži biežāk atzina, ka viņus ir diezgan vai ļoti viegli sadusmot.

Atzina, ka viņus ir diezgan vai ļoti grūti IESAISTĪT KĀDĀS AKTIVITĀTĒS, KAS NAV SAISTĪTAS AR INTERNETA/

DATORA LIETOŠANU

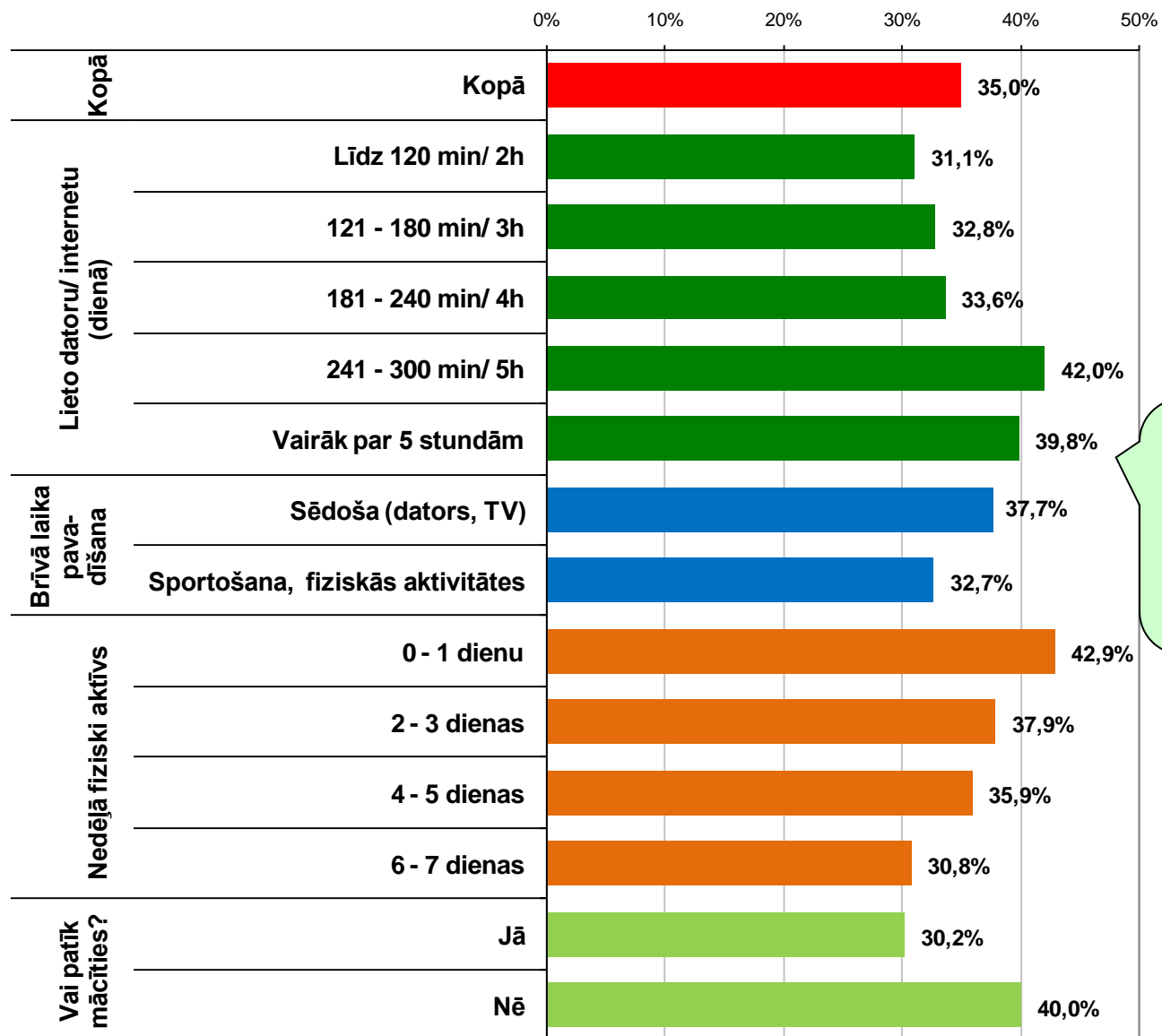
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Likumsakarīgi, ka tie respondenti, kuri ikdienā vairāk laika pavada pie datora, biežāk atzina, ka viņus ir grūti iesaistīt kādās aktivitātēs, kas nav saistītas ar interneta/ datora lietošanu. Šādu respondentu īpastvars lielāks ir arī fiziskai mazāk aktīvo skolēnu vidū.

Atzina, ka viņus ir diezgan vai ļoti grūti NOMIERINĀT

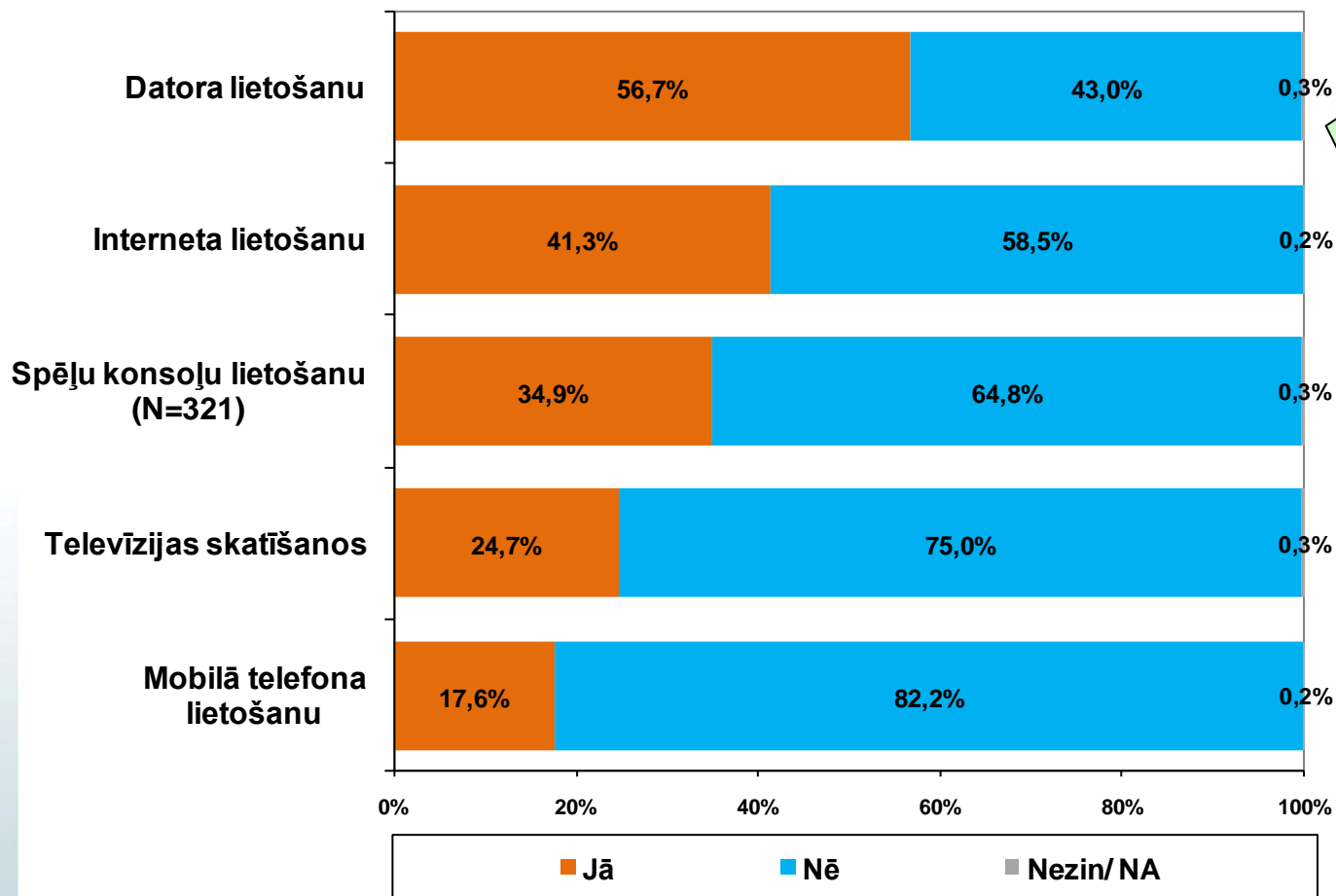
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Arī grūti nomierināt biežāk ir fiziskai mazāk aktīvos pusaudžus un tos, kuri ikdienā ilgstošāk pavada laiku pie datora.

Vai Tavi vecāki ierobežo Tav minēto aktivitāšu ilgumu?

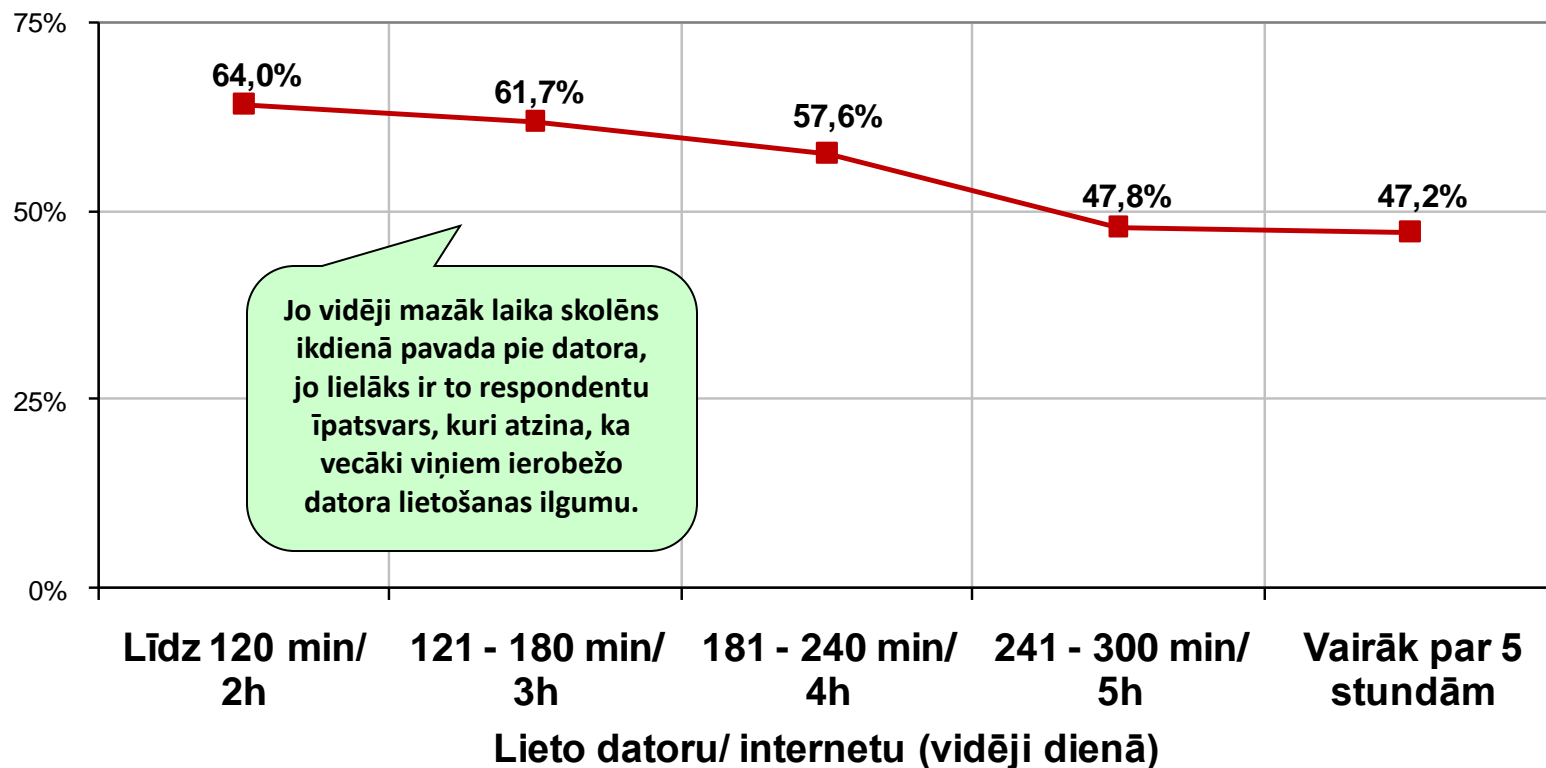
(Bāze = skolēni, kuri lieto attiecīgās tehnoloģijas; N=612)



Datora lietošanu vecāki ierobežo vairāk par pusi (56,7%) aptaujāto skolēnu. Citu tehnoloģiju lietošana tiek ierobežota retāk.

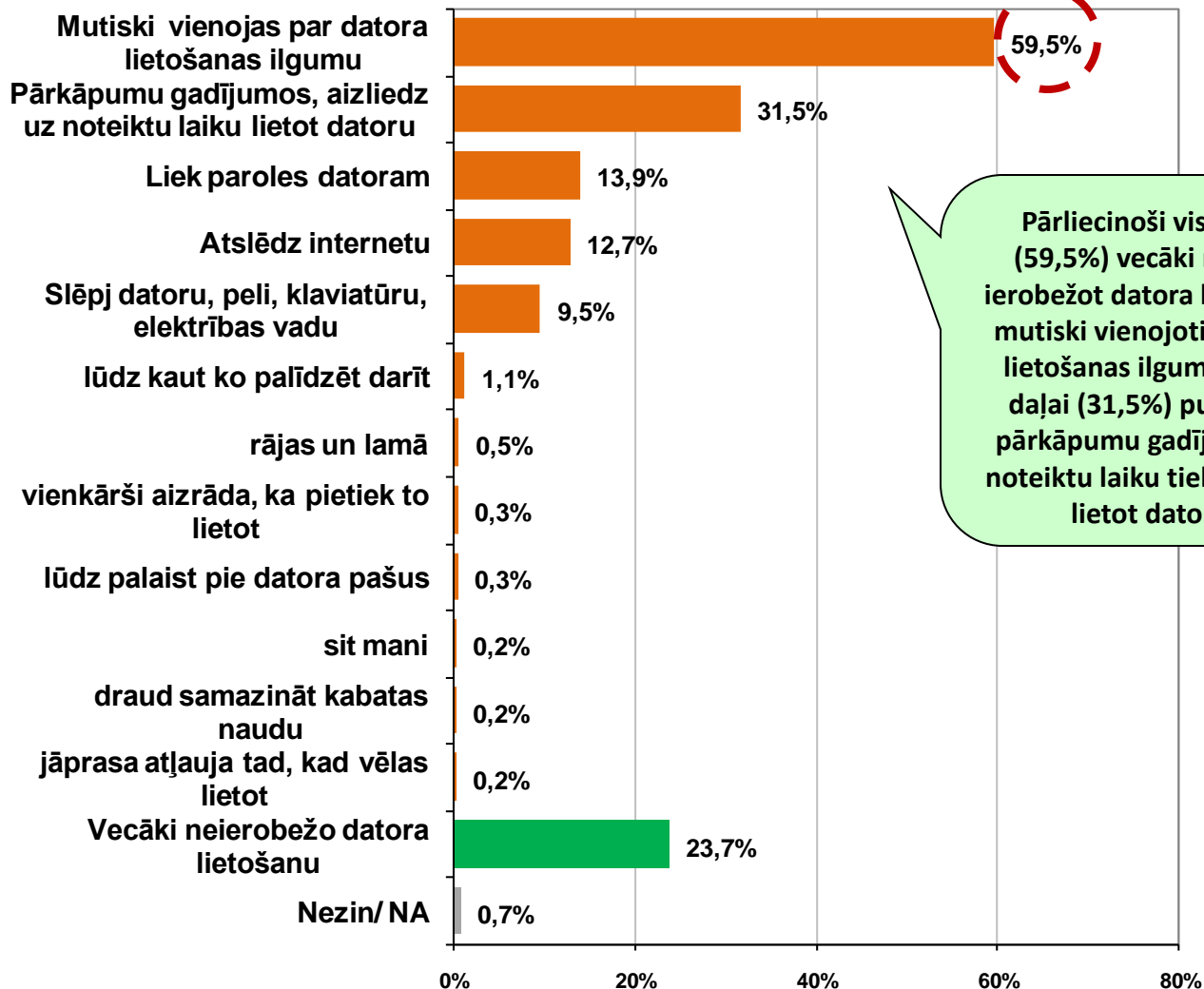
Vecāki ierobežo datora lietošanas ilgumu

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kādos veidos vecāki (aizbildņi) Tev mēģina ierobežot datora lietošanu?

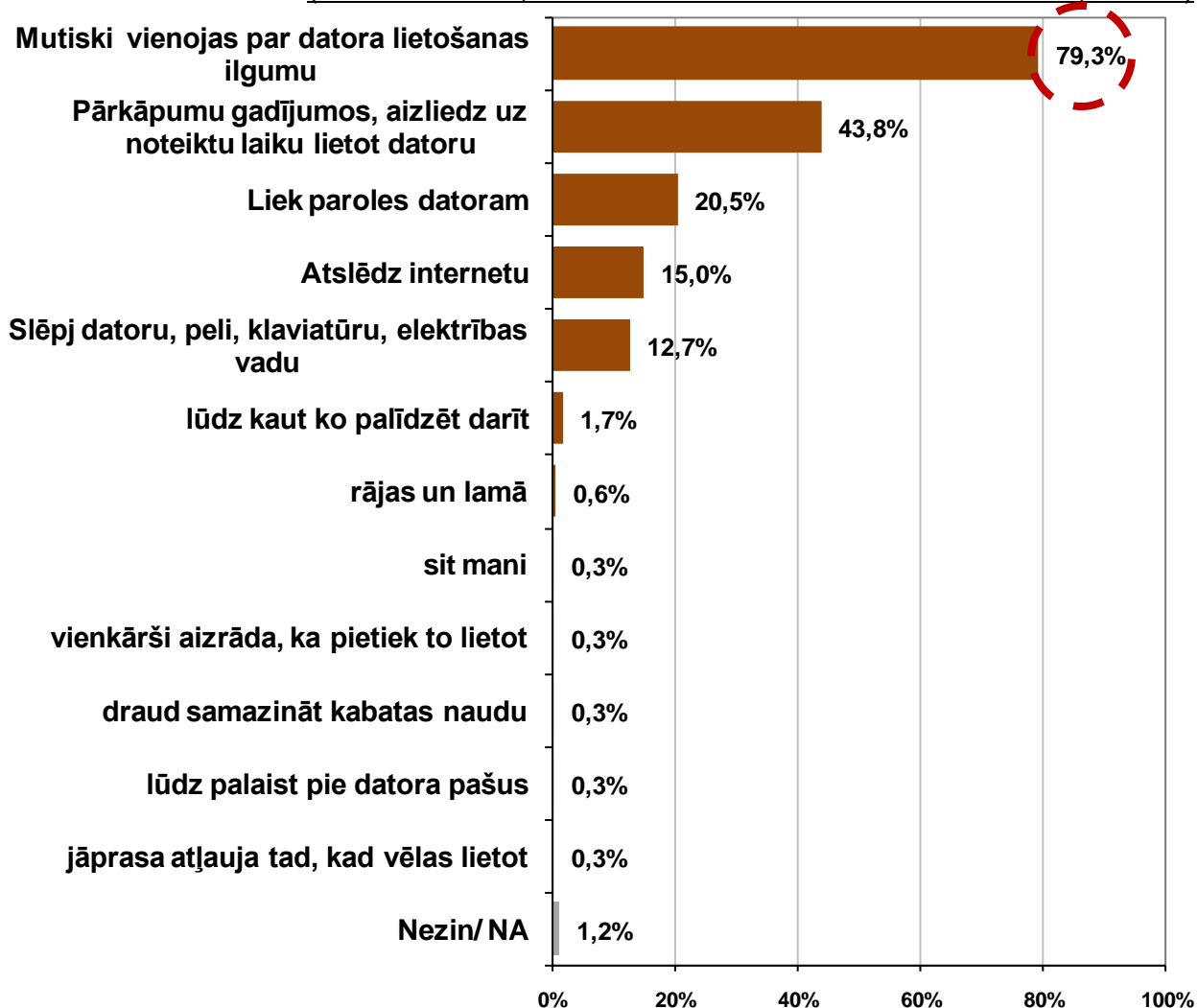
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Pārliecinoši visbiežāk (59,5%) vecāki mēģina ierobežot datora lietošanu, mutiski vienojoties par tā lietošanas ilgumu. Lielai daļai (31,5%) pusaudžu pārkāpumu gadījumos uz noteiktu laiku tiek aizliegts lietot datoru.

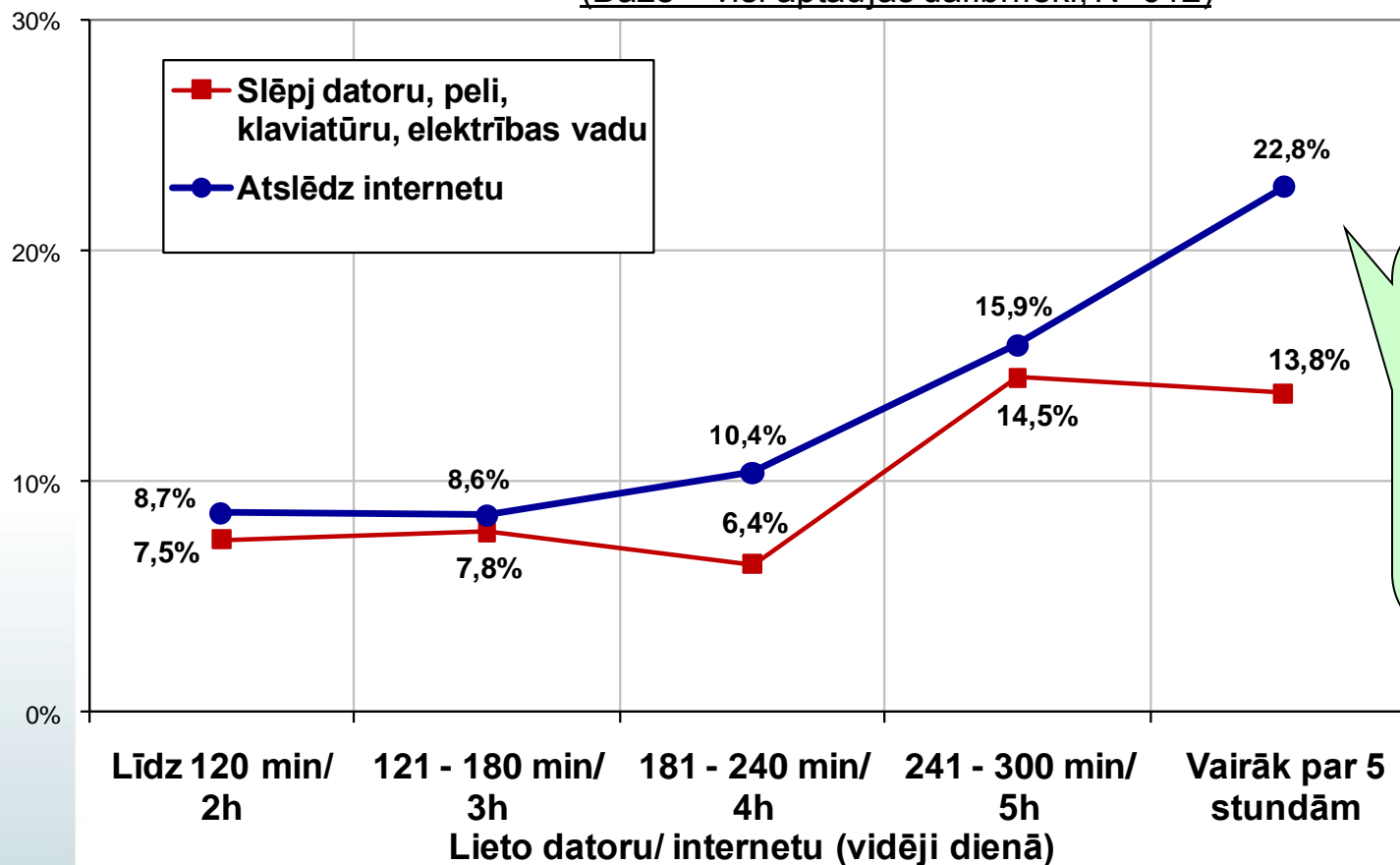
Kādos veidos vecāki (aizbildņi) Tev mēģina ierobežot datora lietošanu?

(Bāze = skolēni, kuriem vecāki ierobežo datora lietošanu; N=347)



Kādos veidos vecāki (aizbildņi) Tev mēģina ierobežot datora lietošanu?

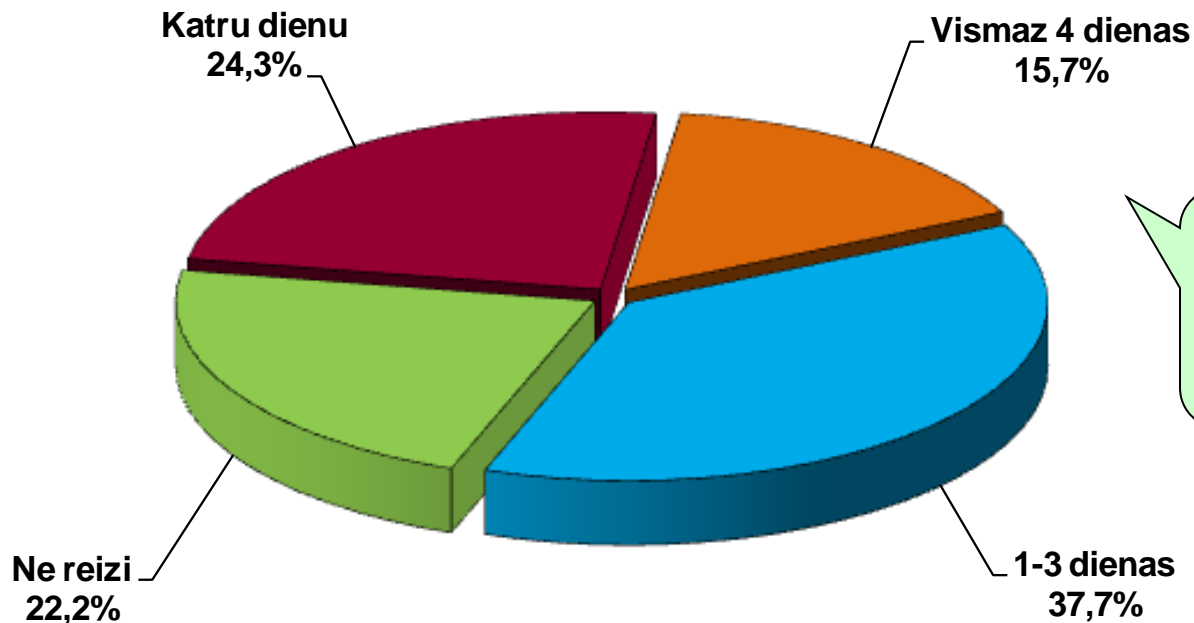
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Ar tādiem datora ierobežošanas veidiem, kā datora, klaviatūras, peles, elektrības vada slēpšana vai interneta atslēgšana, biežāk saskārušies tie pusaudži, kuri vidēji dienā pie datora pavada ilgāku laiku par 4h.

Vai pēdējās nedēļas laikā Tev ir nācies lietot datoru/ internetu/ spēlēt spēles ilgāk kā iepļānots?

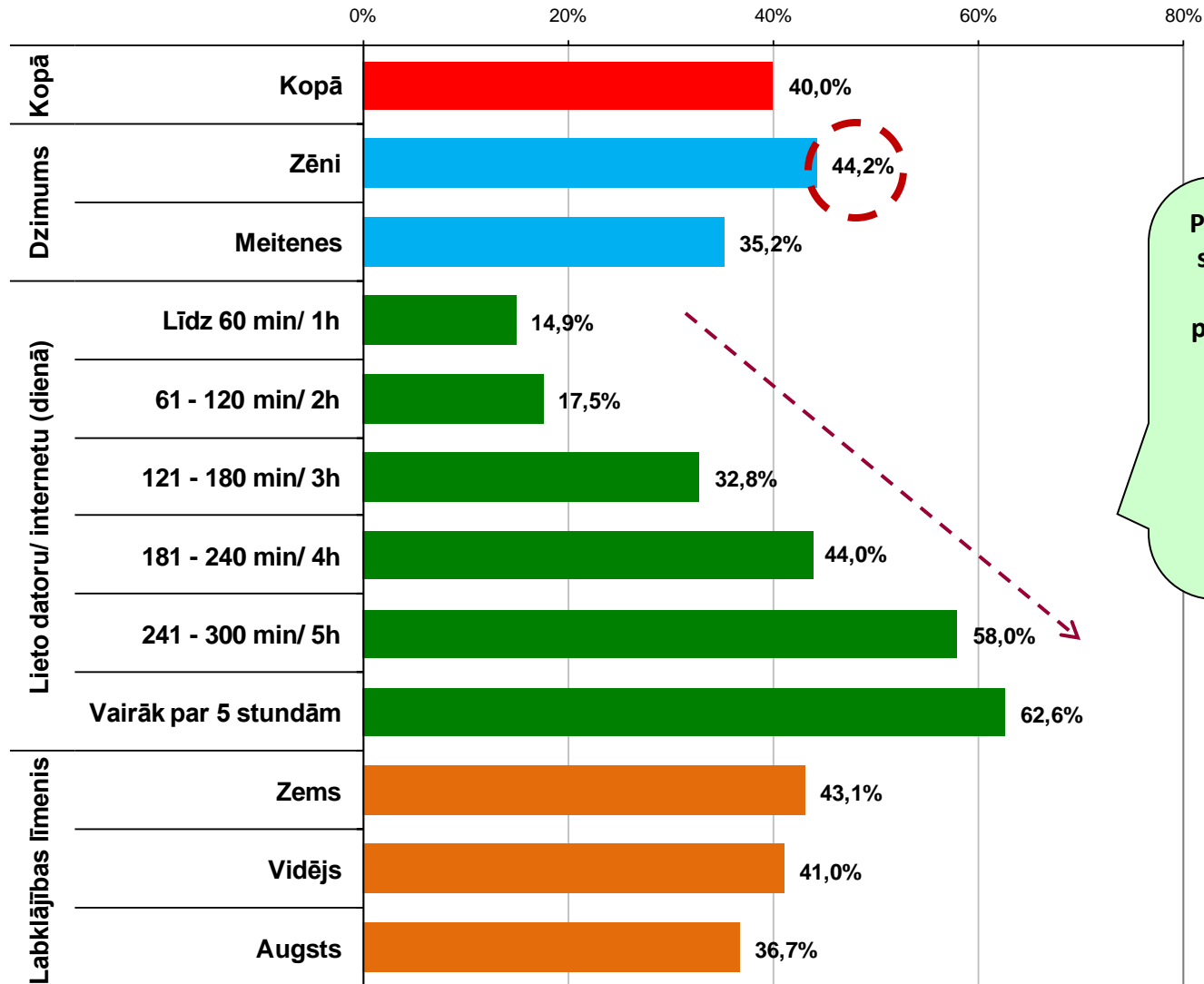
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



40% aptaujāto pusaudžu atzina, ka vismaz 4 dienas pēdējās nedēļas laikā viņi ir lietojuši datoru/ internetu ilgāk kā bija iepļānots.

Vismaz 4 dienas pēdējās nedēļas laikā ir nācies lietot datoru/ internetu/ spēlēt spēles ilgāk kā ieplānots (I)

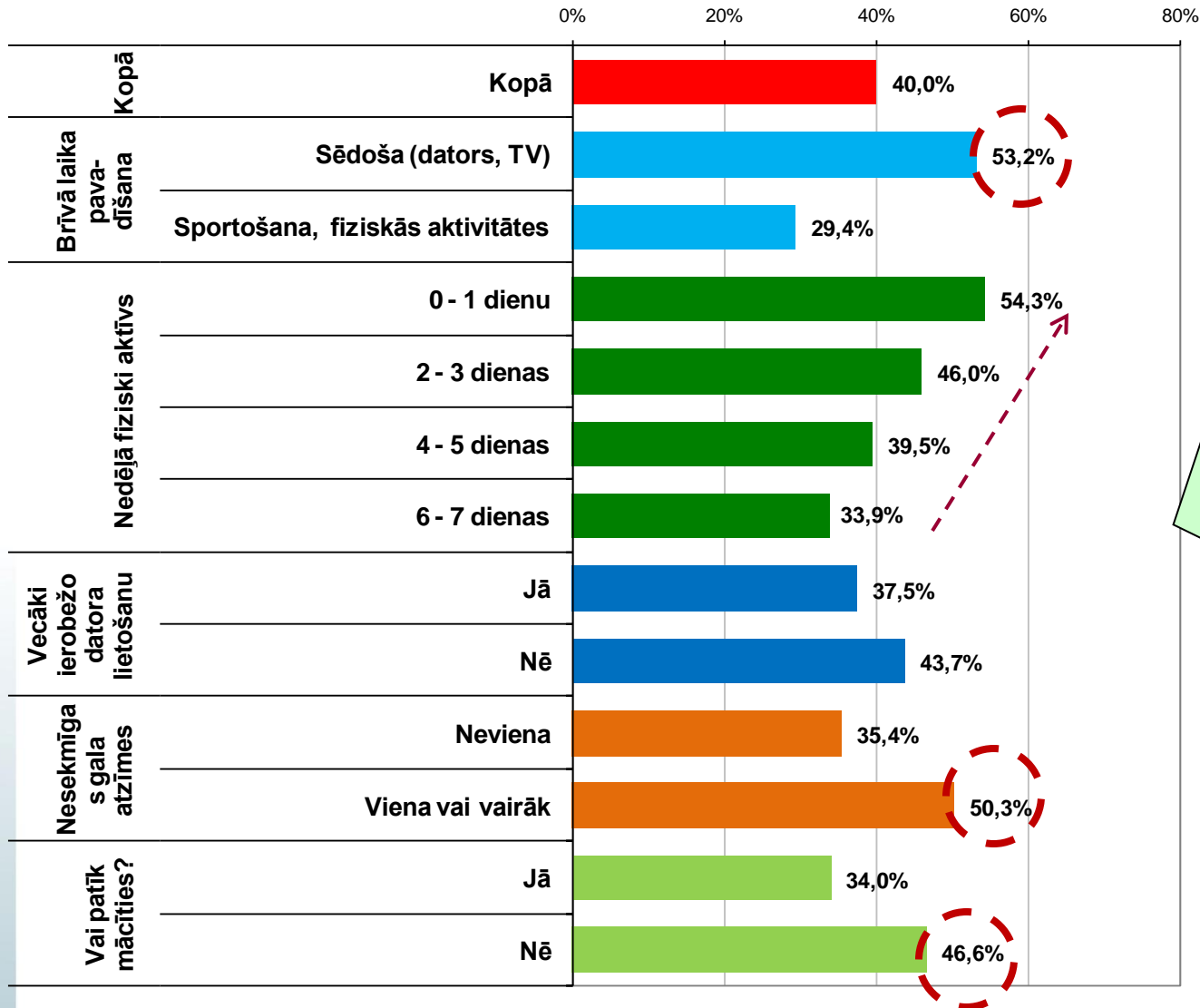
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Pētījuma rezultātu analīze skaidri iezīmē tendenci – jo ilgāk vidēji dienā pusaudži pavada laiku pie datora, jo lielāks ir to respondentu īpatsvars, kuriem pēdējās nedēļas laikā vismaz 4 dienas ir nācies lietot datoru/ internetu ilgāk nekā ieplānots.

Vismaz 4 dienas pēdējās nedēļas laikā ir nācies lietot datoru/ internetu/ spēlēt spēles ilgāk kā iplānots (II)

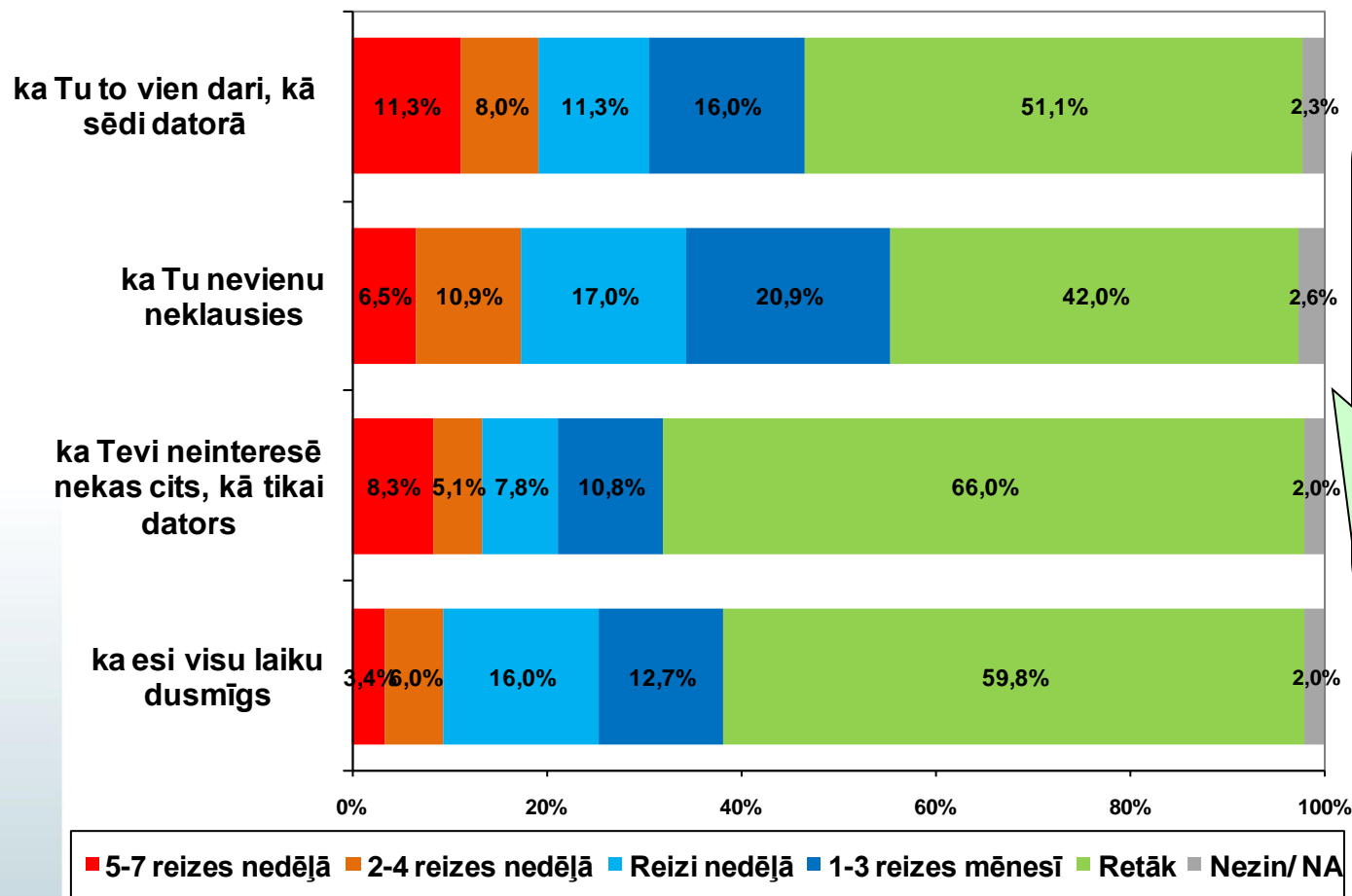
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



To respondentu skaits, kuri regulāri ilgāk nekā iplānots lieto datoru/ internetu, spēlē datorspeles, lielāks ir fiziski mazāk aktīvo pusaudžu vidū, kā arī skolēnu vidū, kuriem ir kāda nesekmīga gala atzīme un kuriem nepatīk mācīties.

Vai pēdējā mēneša laikā, Tev kāds ir teicis ...?

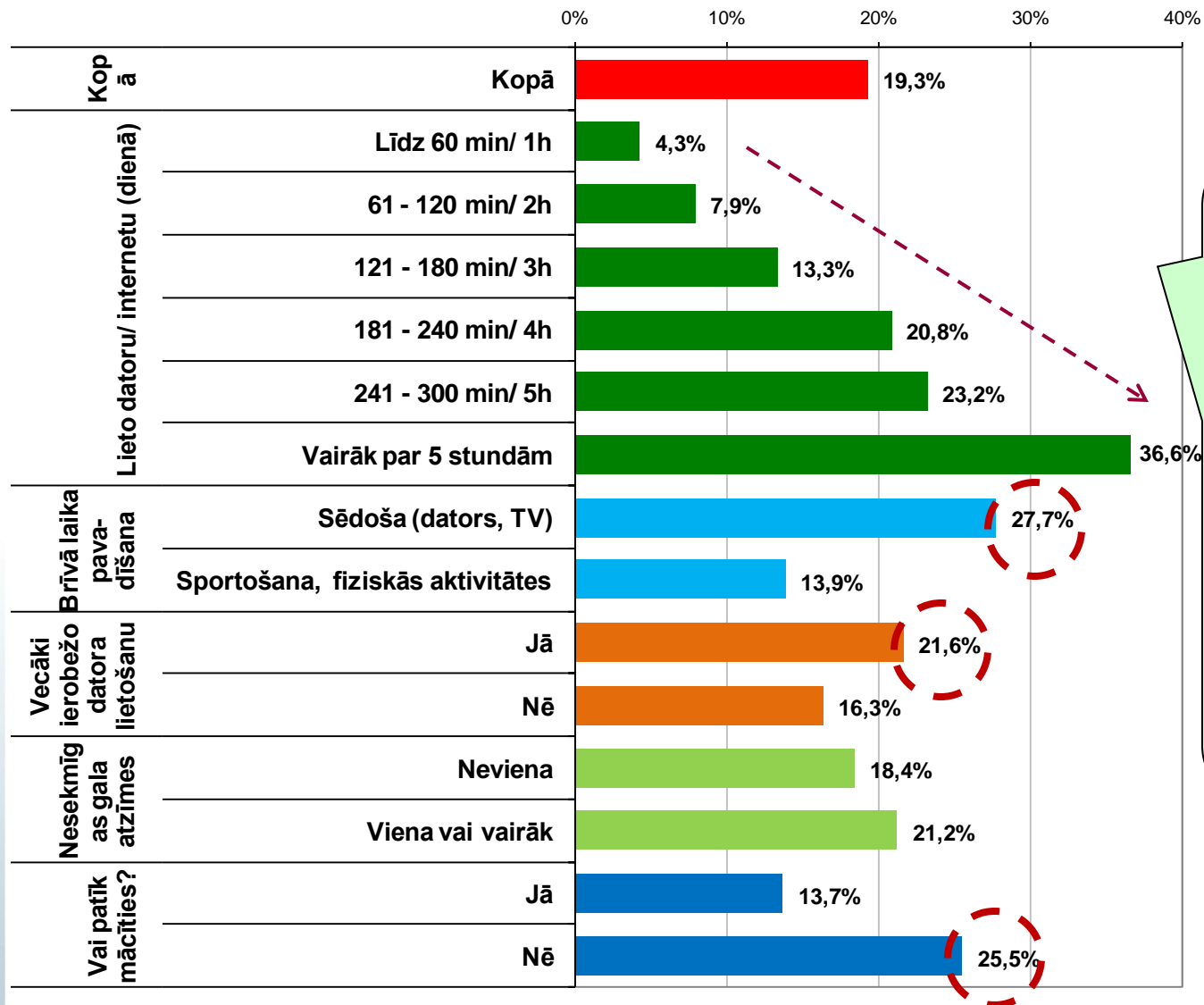
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Saskaņā ar pētījuma rezultātiem 10% - 20% pusaudžu vismaz 2 reizes nedēļā kāds ir teicis:
 ✓ "ka Tu to vien dari, kā sēdi datorā";
 ✓ "ka Tu nevienu neklausies";
 ✓ "ka Tevi neinteresē nekas cits, kā tikai dators";
 ✓ "ka esi visu laiku dusmīgs".

Vismaz 2 reizes nedēļā skolēnam kāds ir teicis, ka vinš/-a to vien dara, kā sēd datorā

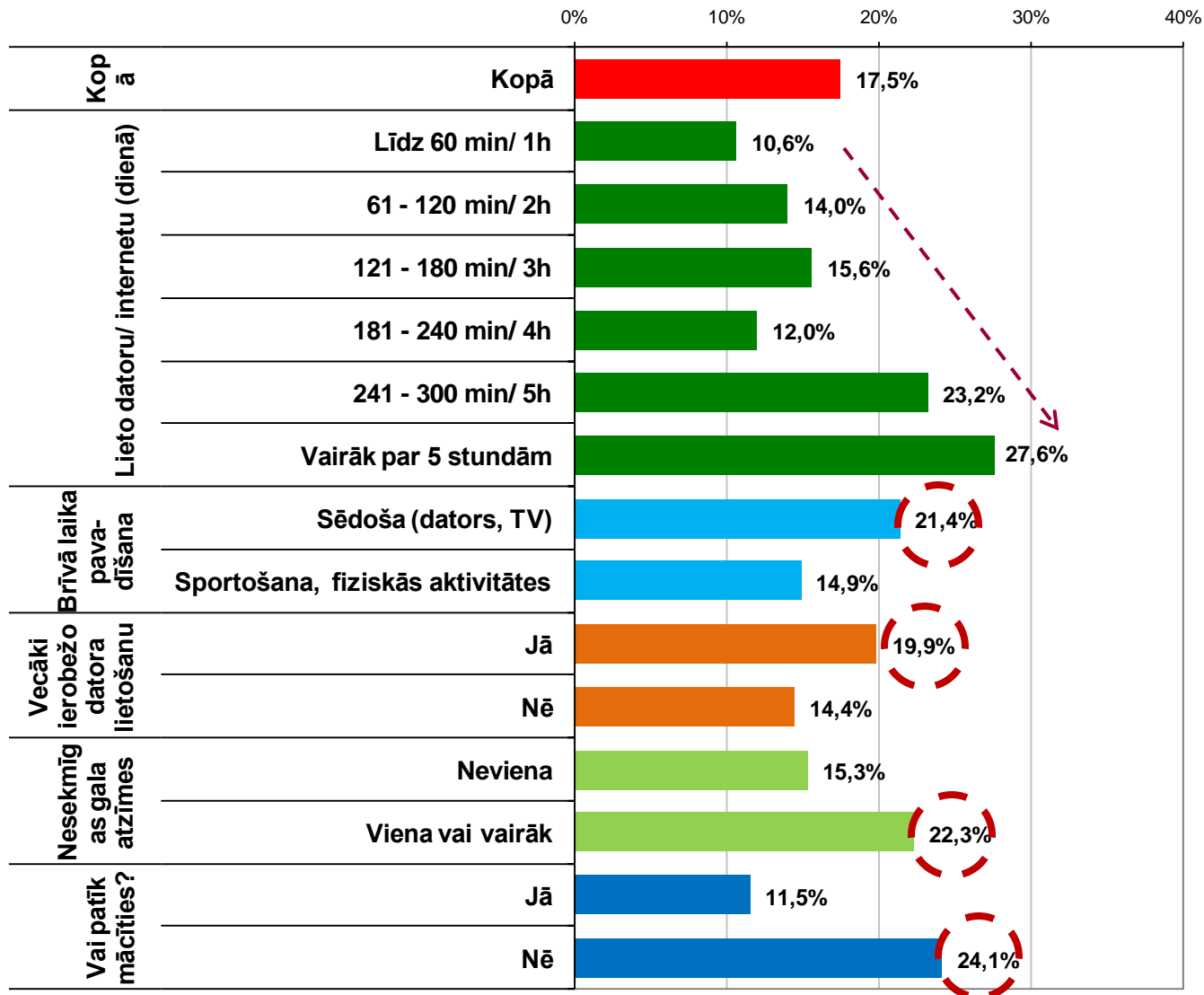
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Aizrādījumus par pārlieku ilgu laika pavadīšanu pie datora, pārlieku lielu interesi par datora lietošanu, neklausīšanos (skatīt nākamās lapas) biežāk saņēmuši pusaudži, kuri vairāk laika ikdienā pavada pie datora, fiziski mazāk aktīvie, respondenti, kuriemvecāki ierobežo datora lietošanu un skolēni, kuriem ir bijušas nesekmīgas gala atzīmes un nepatīk mācīties.

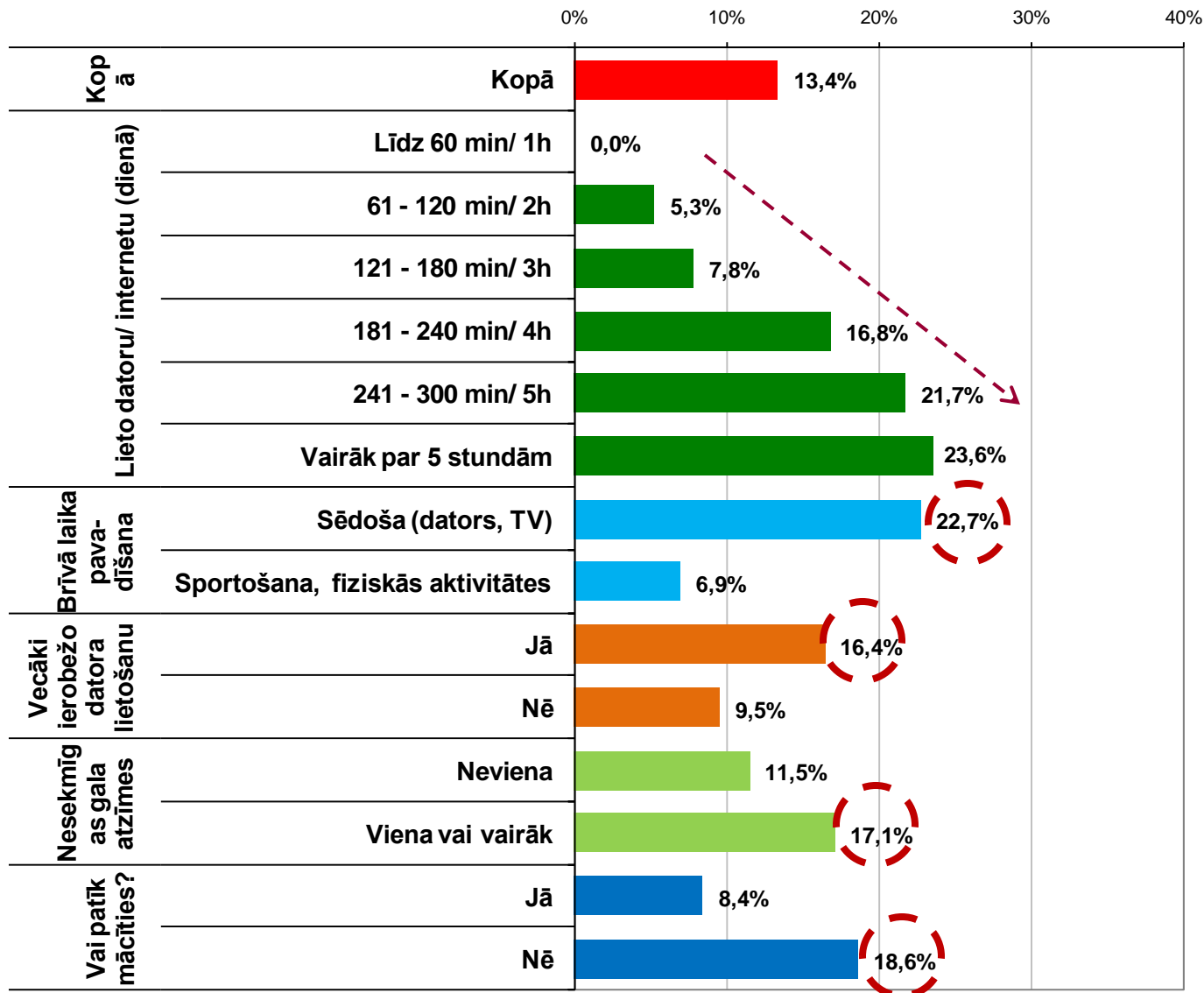
Vismaz 2 reizes nedēļā skolēnam kāds ir teicis, ka vinš/-a nevienu neklausās

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

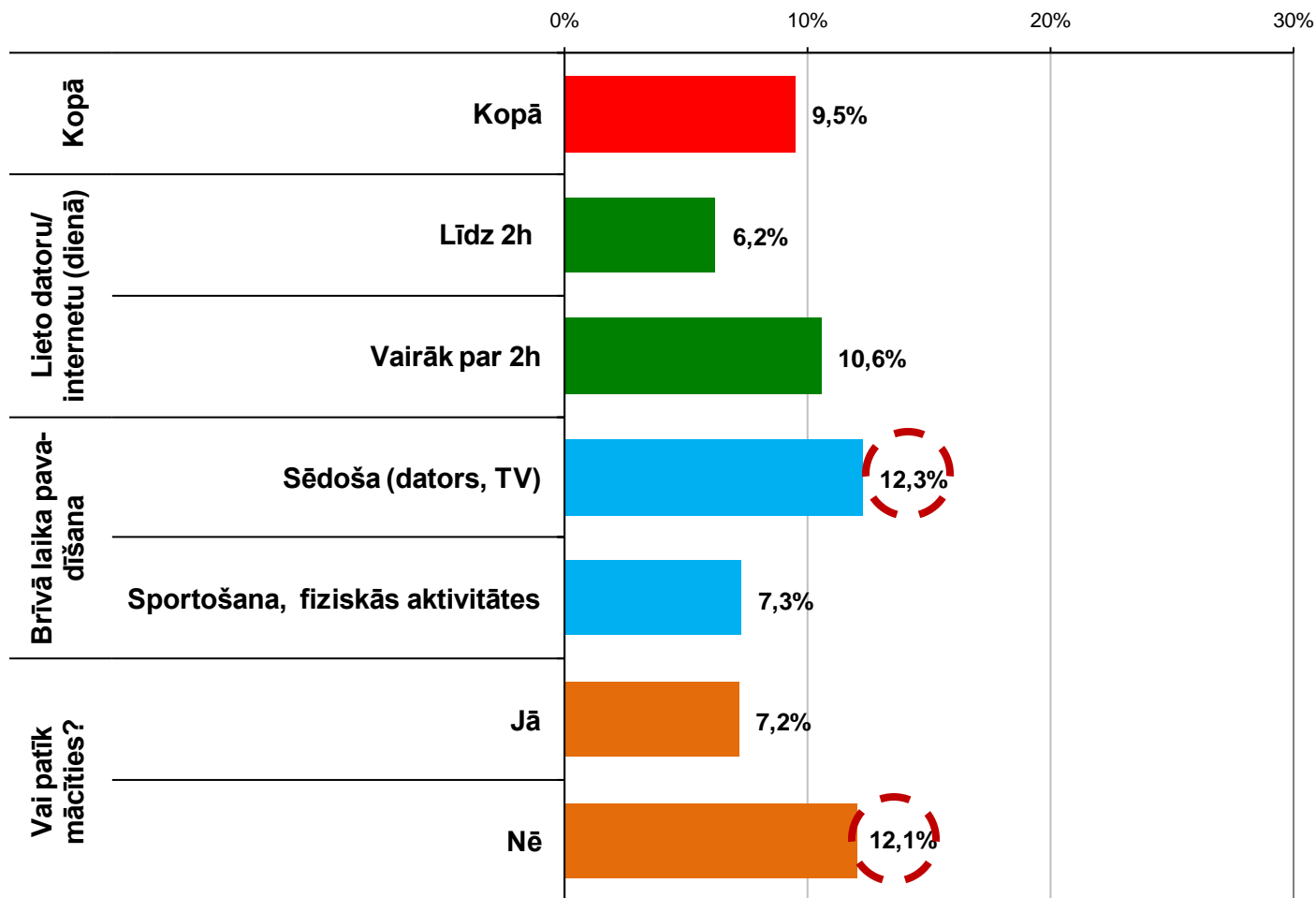


Vismaz 2 reizes nedēļā skolēnam kāds ir teicis, ka viņam/-ai neinteresē nekas cits, kā tikai dators

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

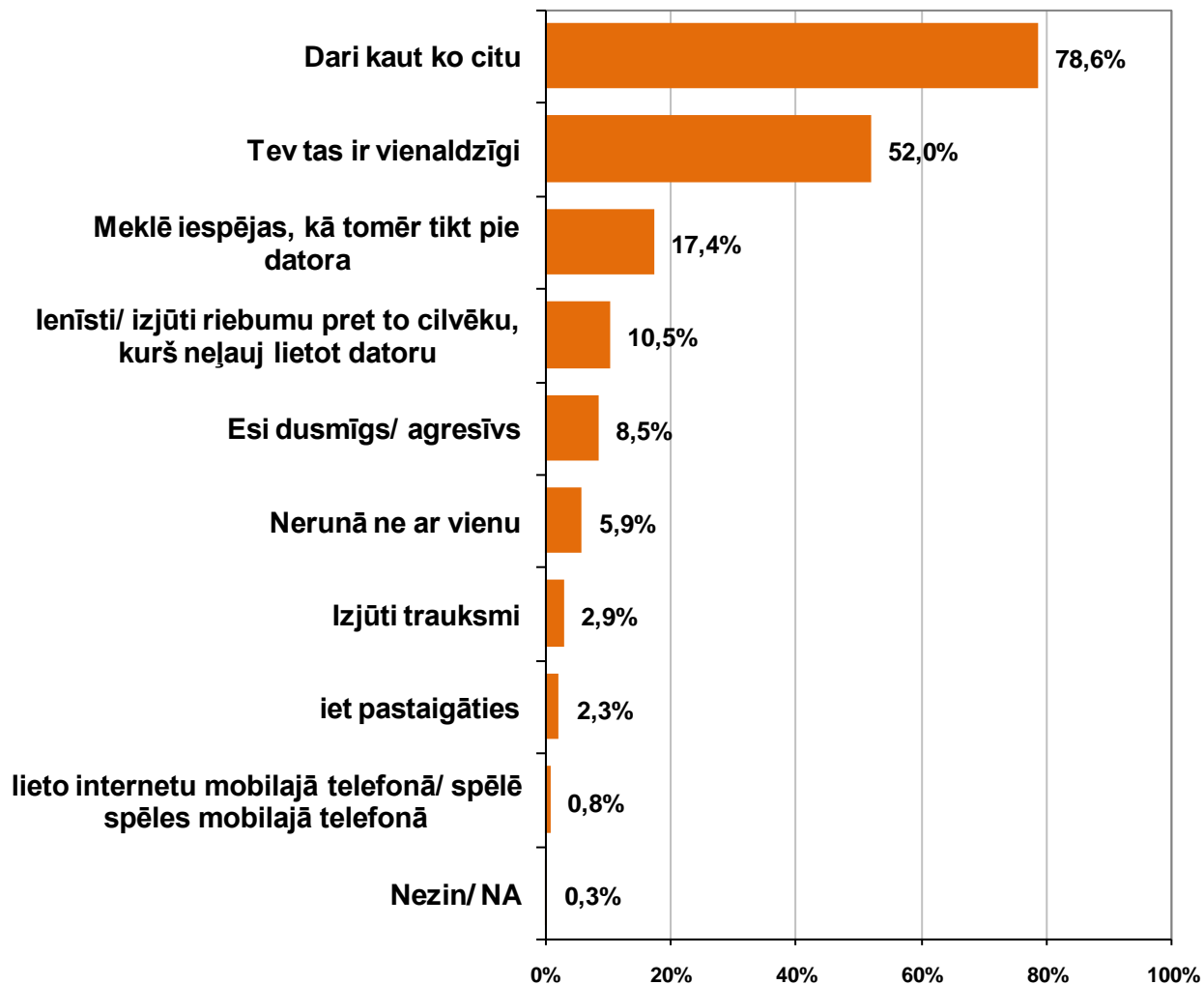


**Vismaz 2 reizes nedēļā skolēnam kāds ir teicis, ka
viņš/-a ir visu laiku dusmīgs/-a**
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



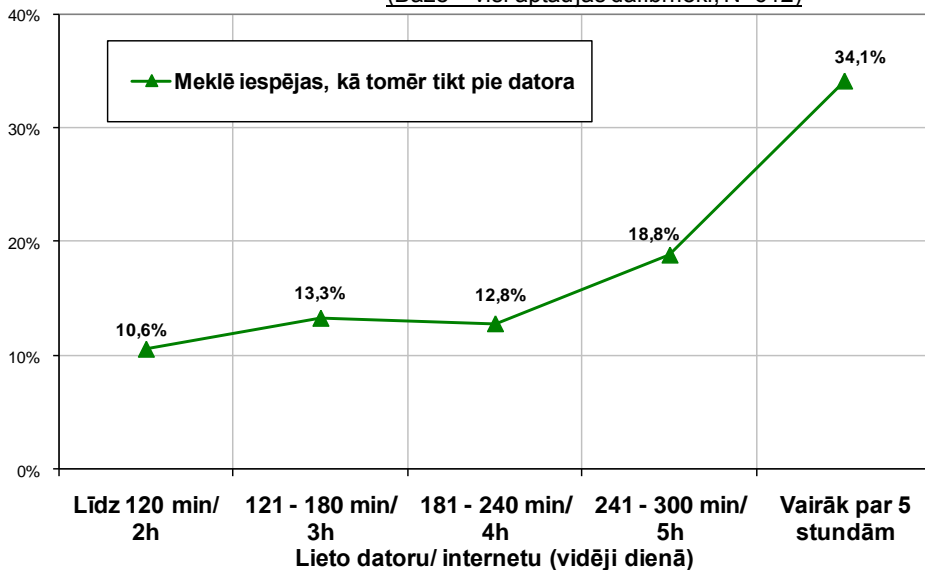
Kā Tu jūties, ko Tu dari, ja Tev nav iespējams vai ir aizliegts piekļūt pie datora?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



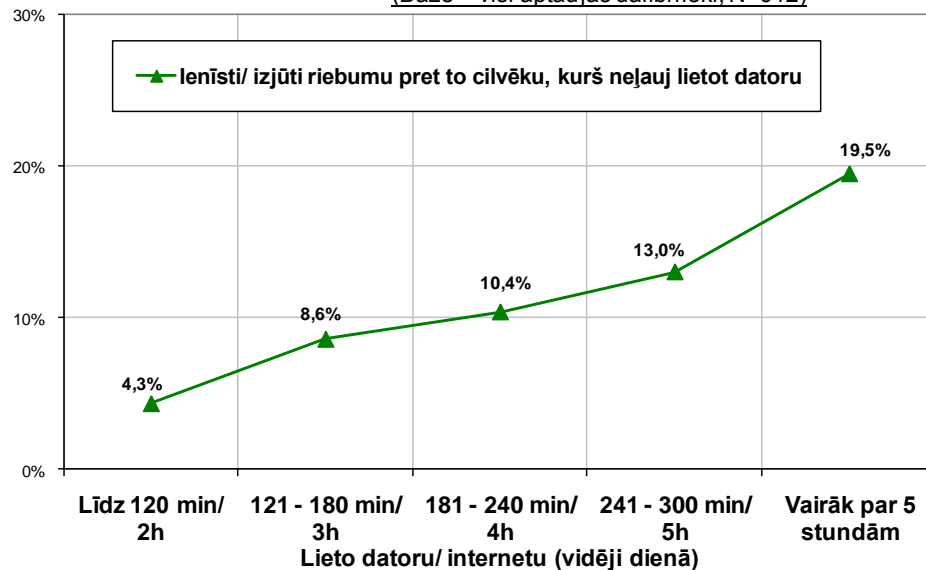
Kā Tu jūties, ko Tu dari, ja Tev nav iespējams vai ir aizliegts piekļūt pie datora?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



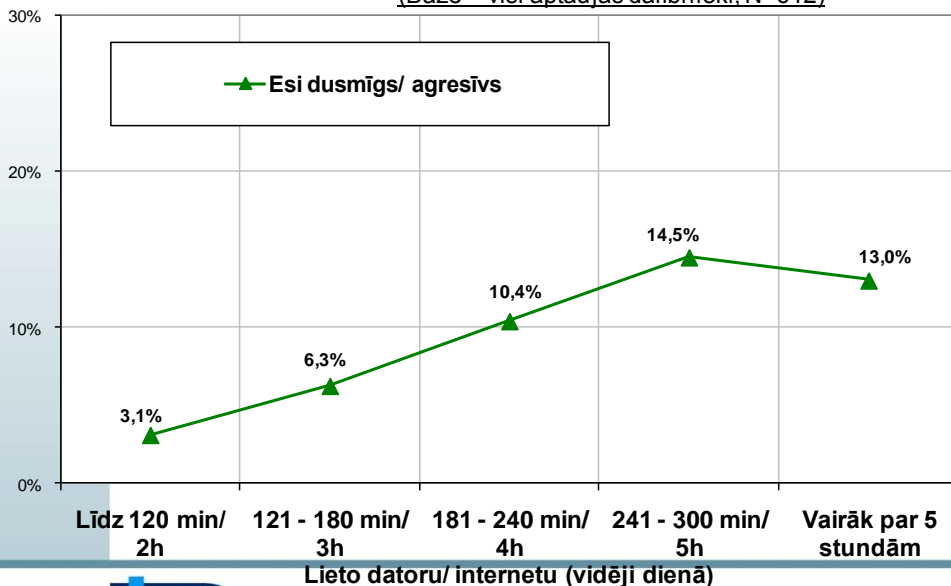
Kā Tu jūties, ko Tu dari, ja Tev nav iespējams vai ir aizliegts piekļūt pie datora?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kā Tu jūties, ko Tu dari, ja Tev nav iespējams vai ir aizliegts piekļūt pie datora?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



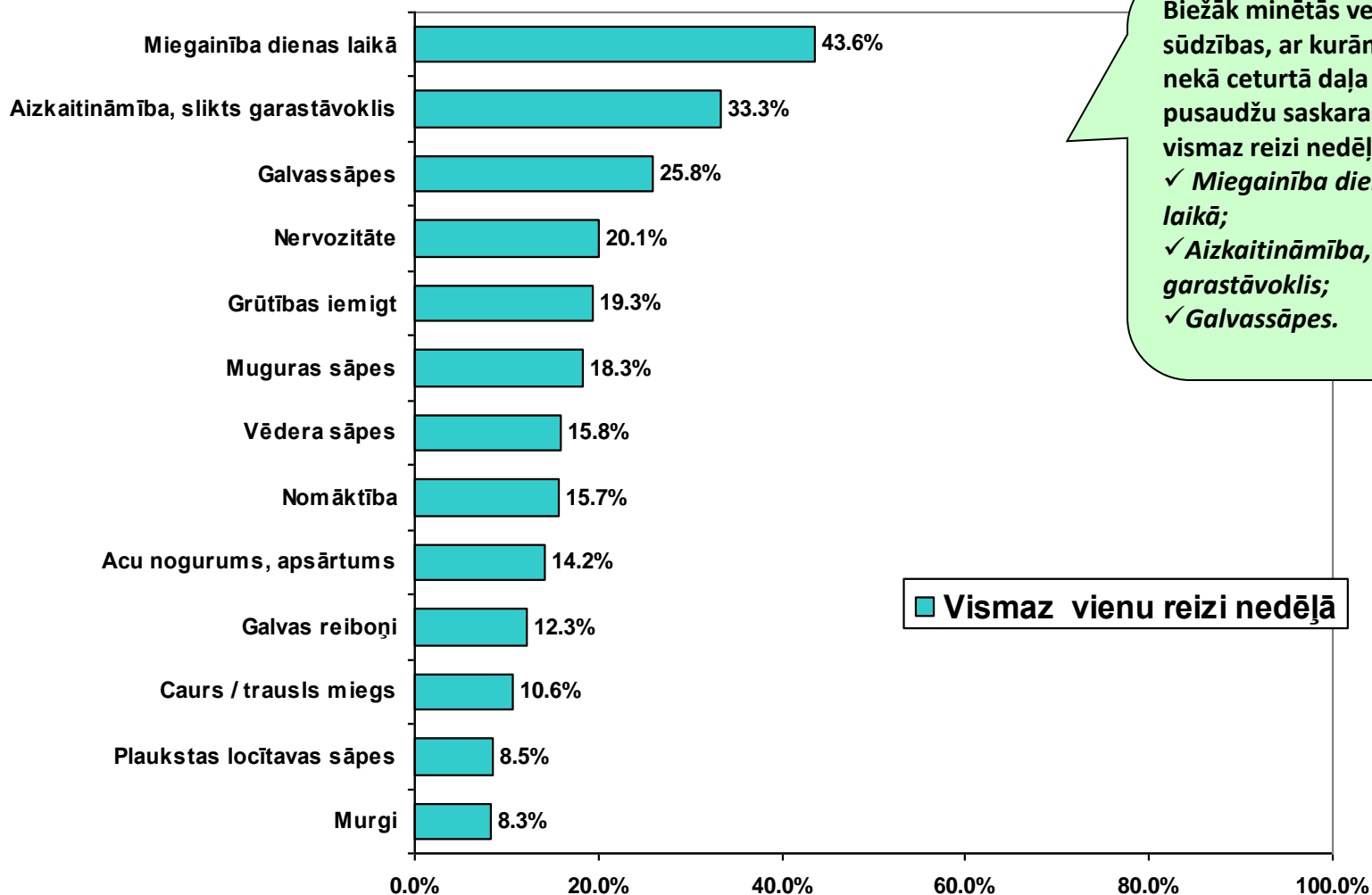
Pētījuma rezultāti atklāj tendences – jo ilgāks laiks ikdienā tiek pavadīts pie datora, jo lielāks ir to respondentu īpatsvars, kuri atbildei uz jautājumu izvēlējās atbilstošos variantus:

- *Meklē iespējas, kā tomēr tikt pie datora;*
- *Ienīsti/ izjūti riebumu pret to cilvēku, kurš neļauj lietot datoru;*
- *Esi dusmīgs/ agresīvs.*

3. Fiziskās veselības rādītāji un pašnovērtējums

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sekojošas sūdzības?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)

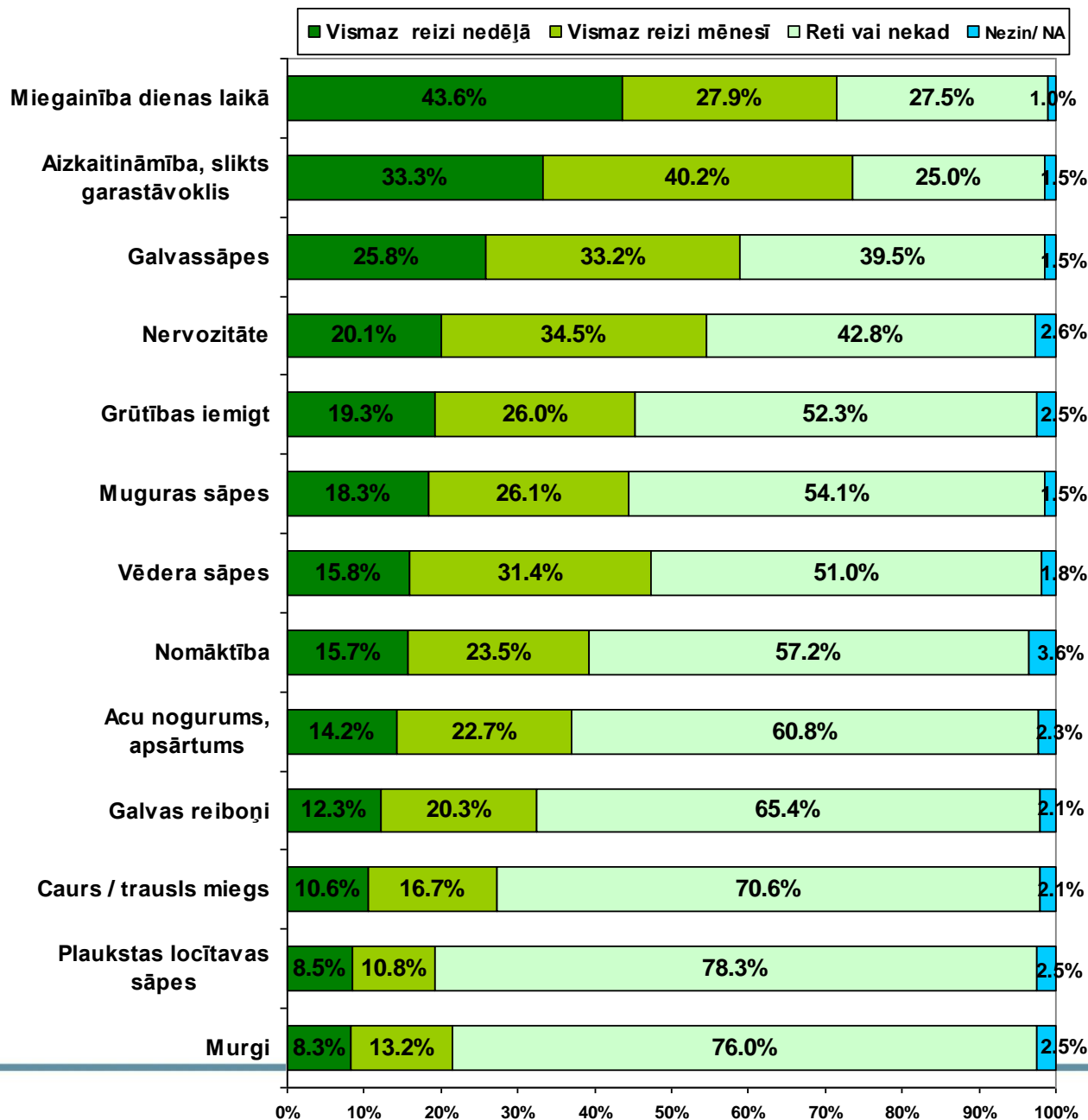


Biežāk minētās veselības sūdzības, ar kurām vairāk nekā ceturtdaļa pusaudžu saskaras vismaz reizi nedēļā:
✓ *Miegainība dienas laikā;*
✓ *Aizkaitināmība, slikts garastāvoklis;*
✓ *Galvassāpes.*

■ Vismaz vienu reizi nedēļā

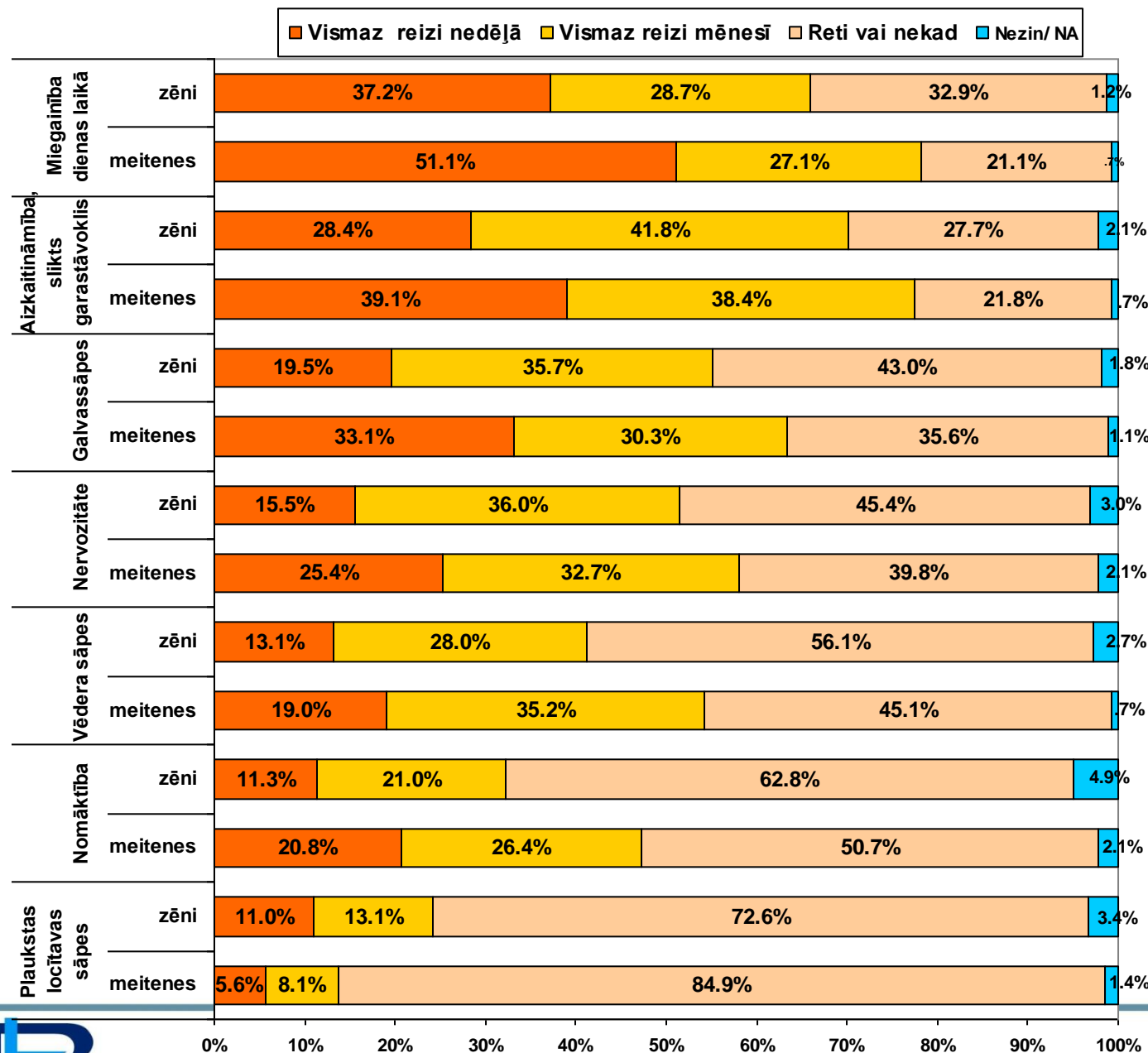
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sekojošas sūdzības?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sekojošas sūdzības?

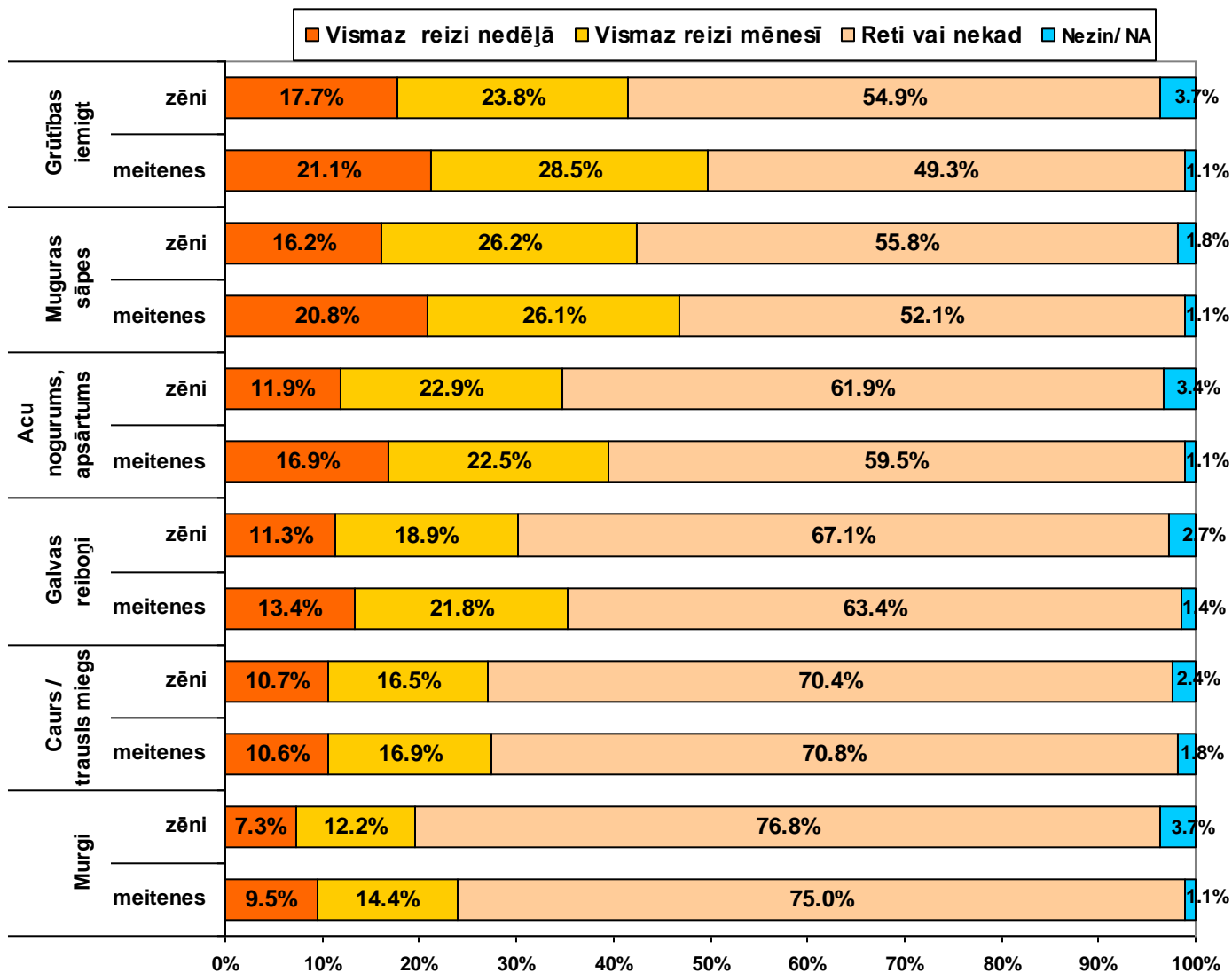
(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Visa veida veselības sūdzības, izņemot plaukstu locītavu sāpes, pēdējo 30 dienu laikā vairāk ir bijušas meitenēm.

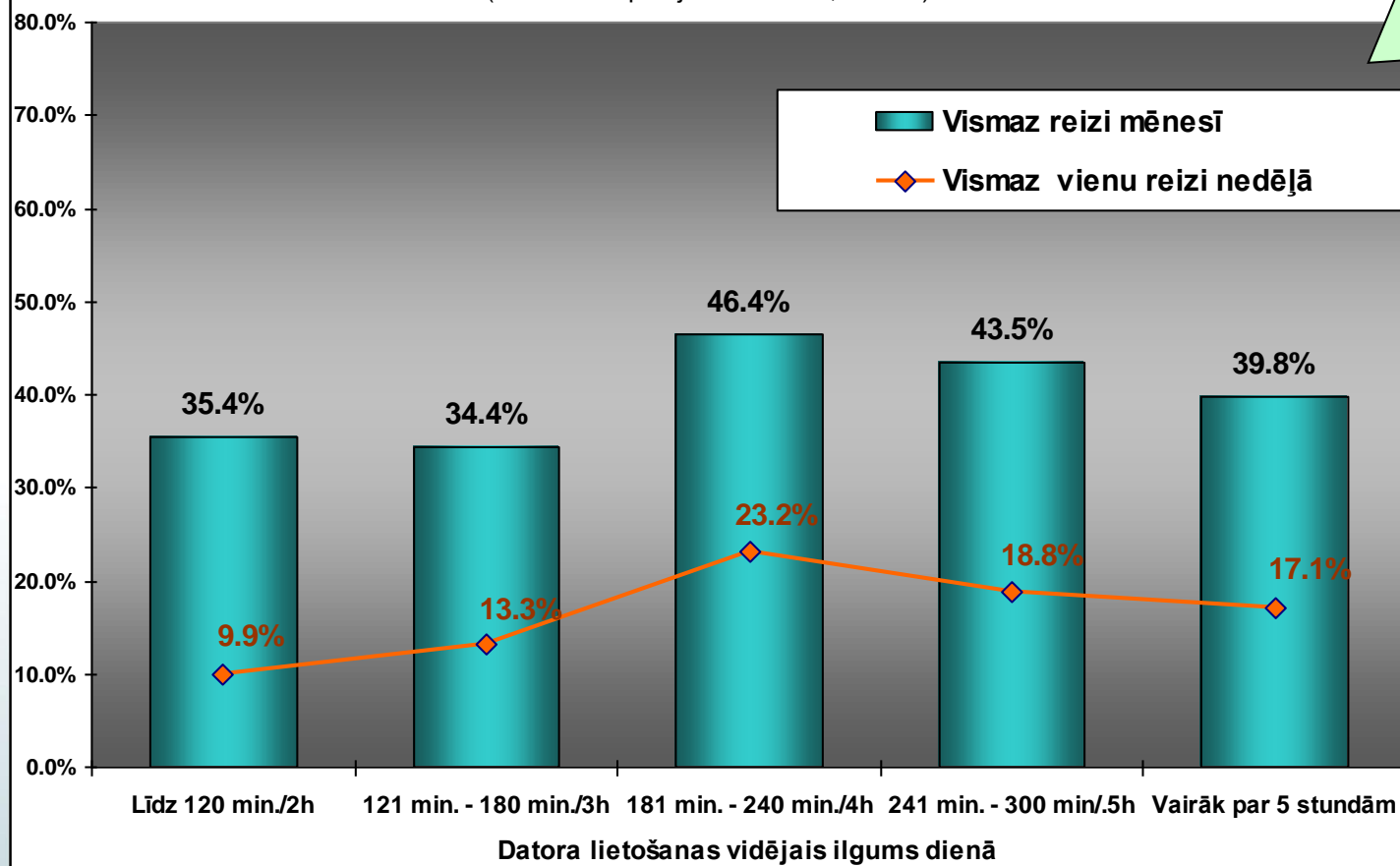
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sekojošas sūdzības?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - **nomāktību**?

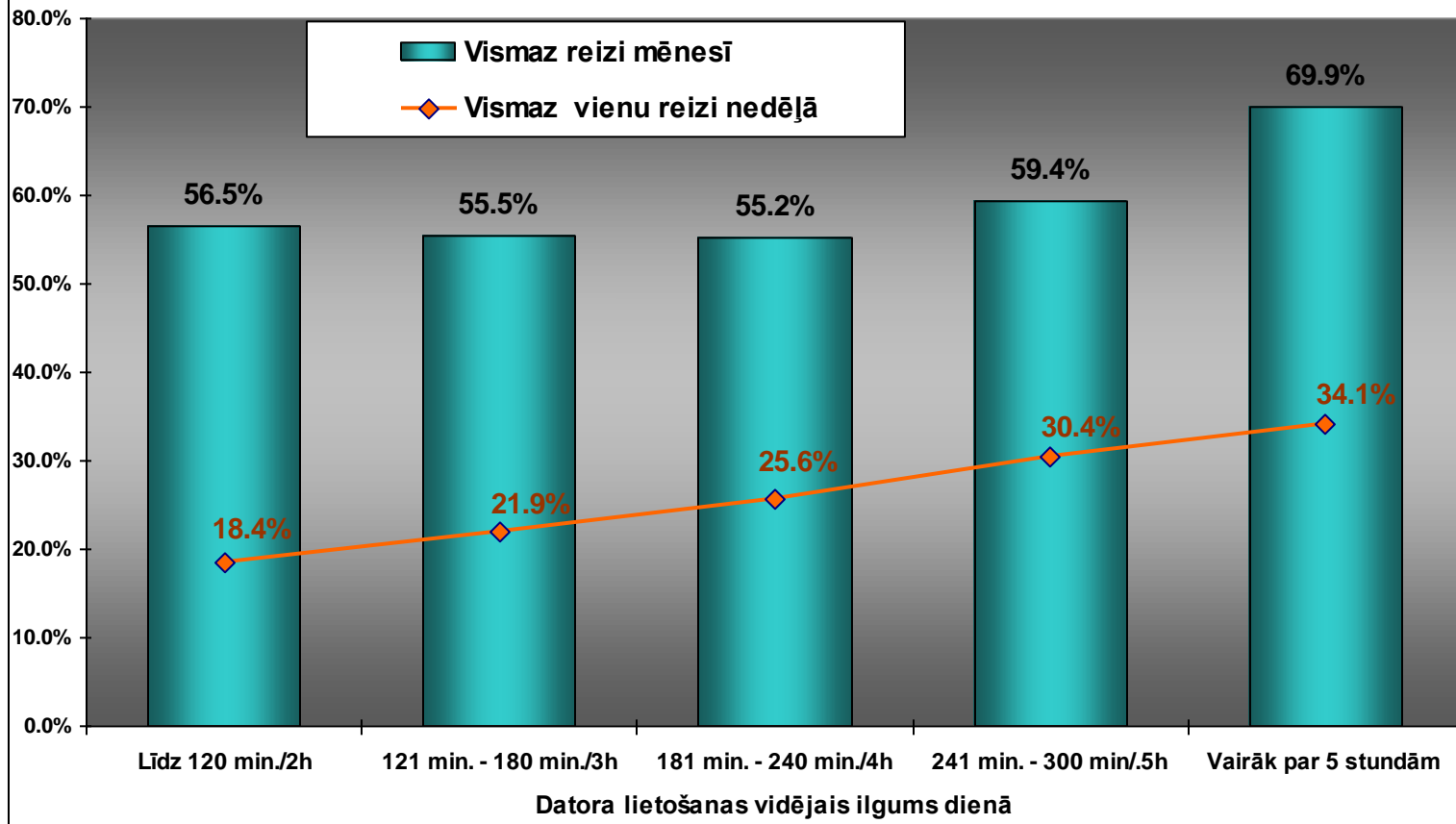
(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Ar dažāda veida veselības sūdzībām (skatīt arī tālāk) salīdzinoši biežāk saskārušies tie pusaudži, kuri datoru ikdienā lieto vidēji ilgāk par 3 stundām.

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - galvassāpēm?

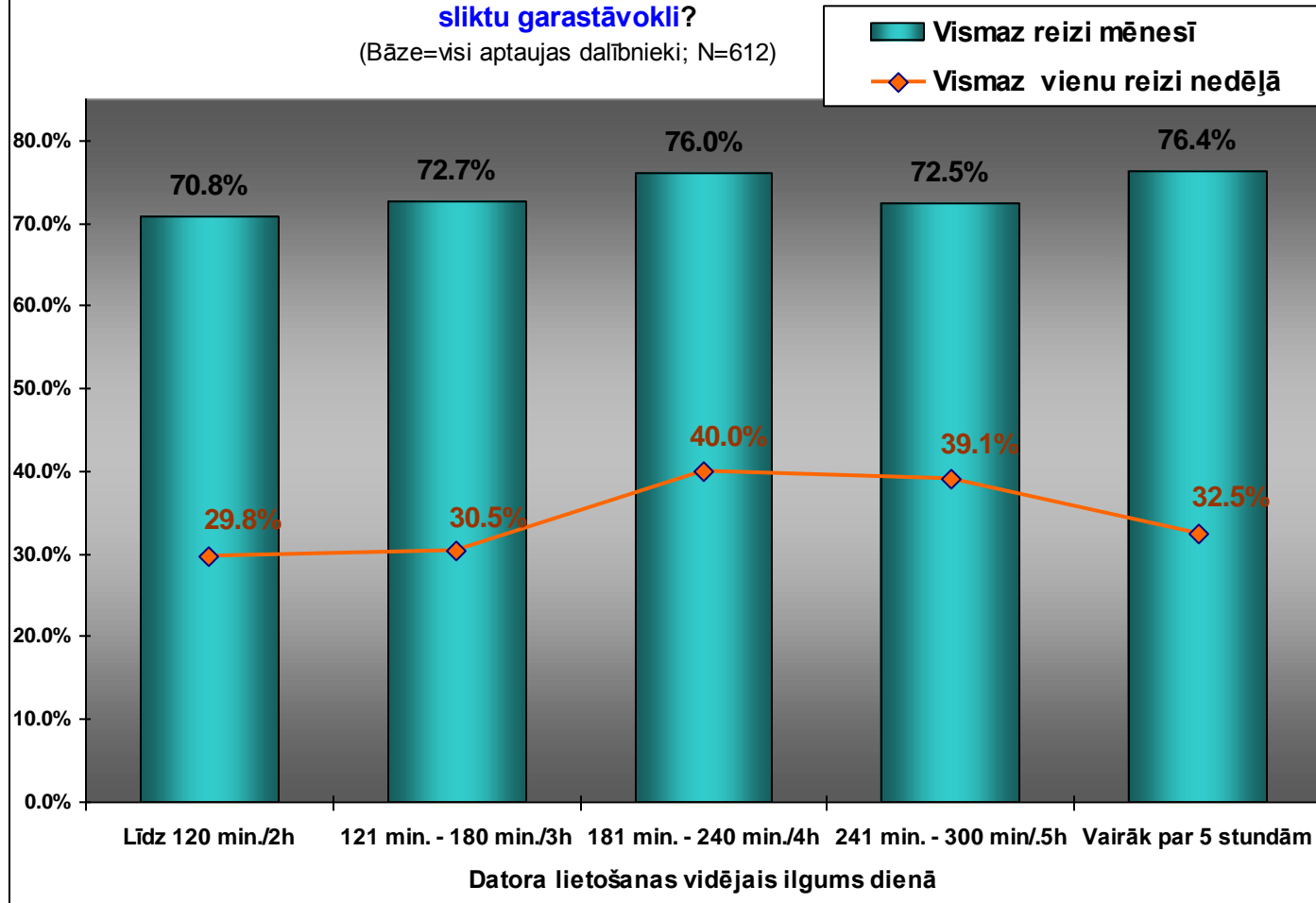
(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - **aizkaitināmību/**

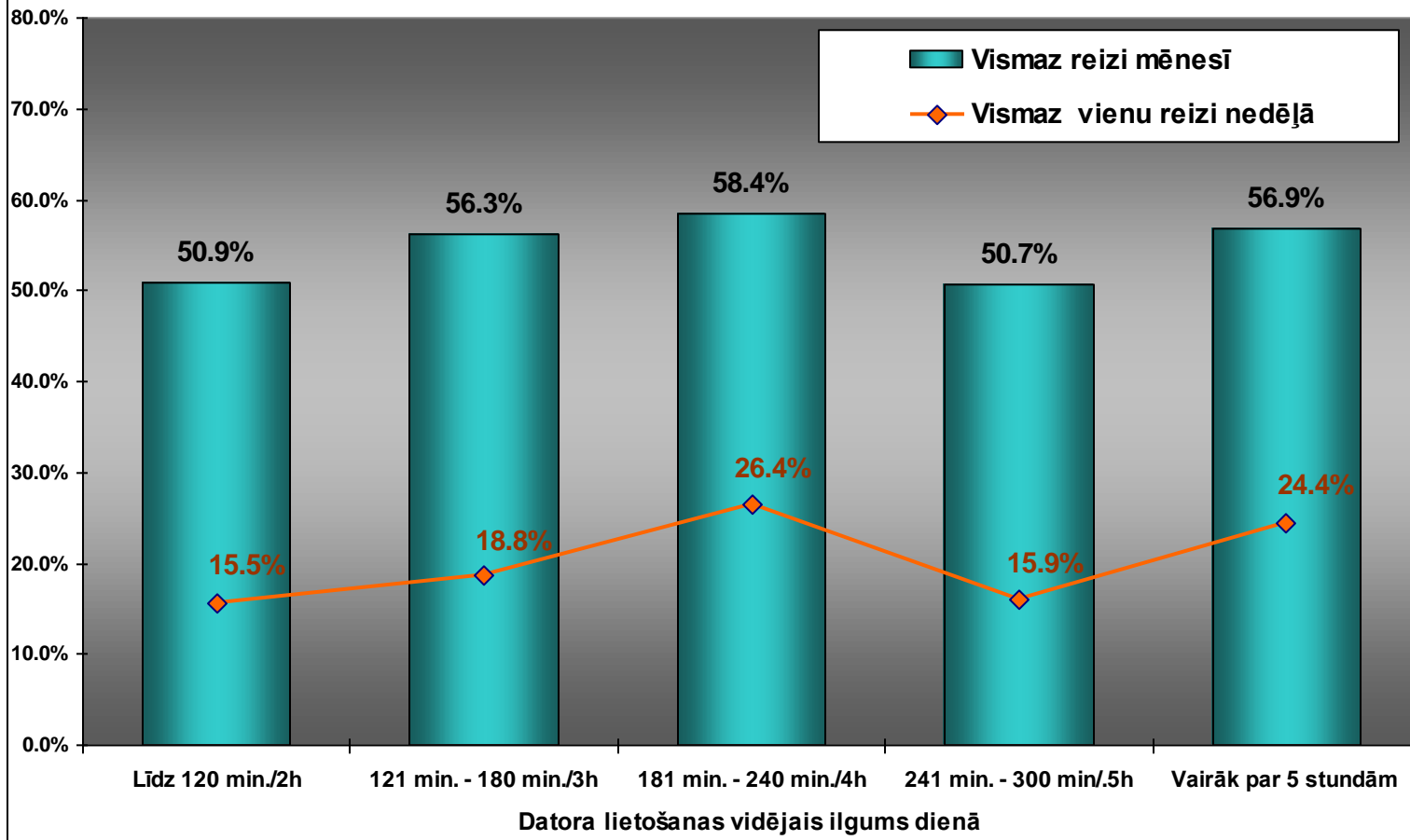
sliktu garastāvokli?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



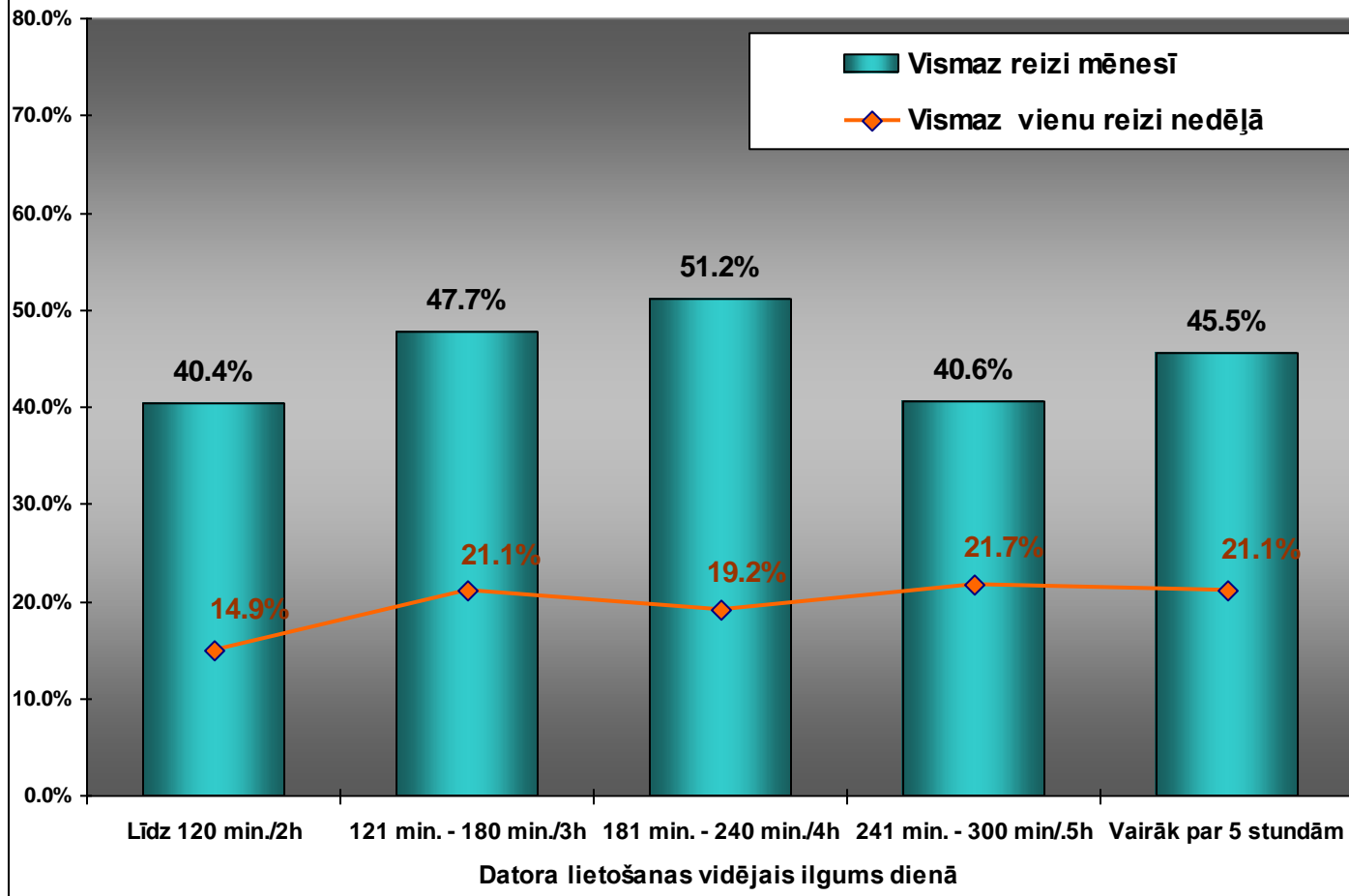
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - **nervozitāti**?

(Bāze=vīsi aptaujas dalībnieki; N=612)



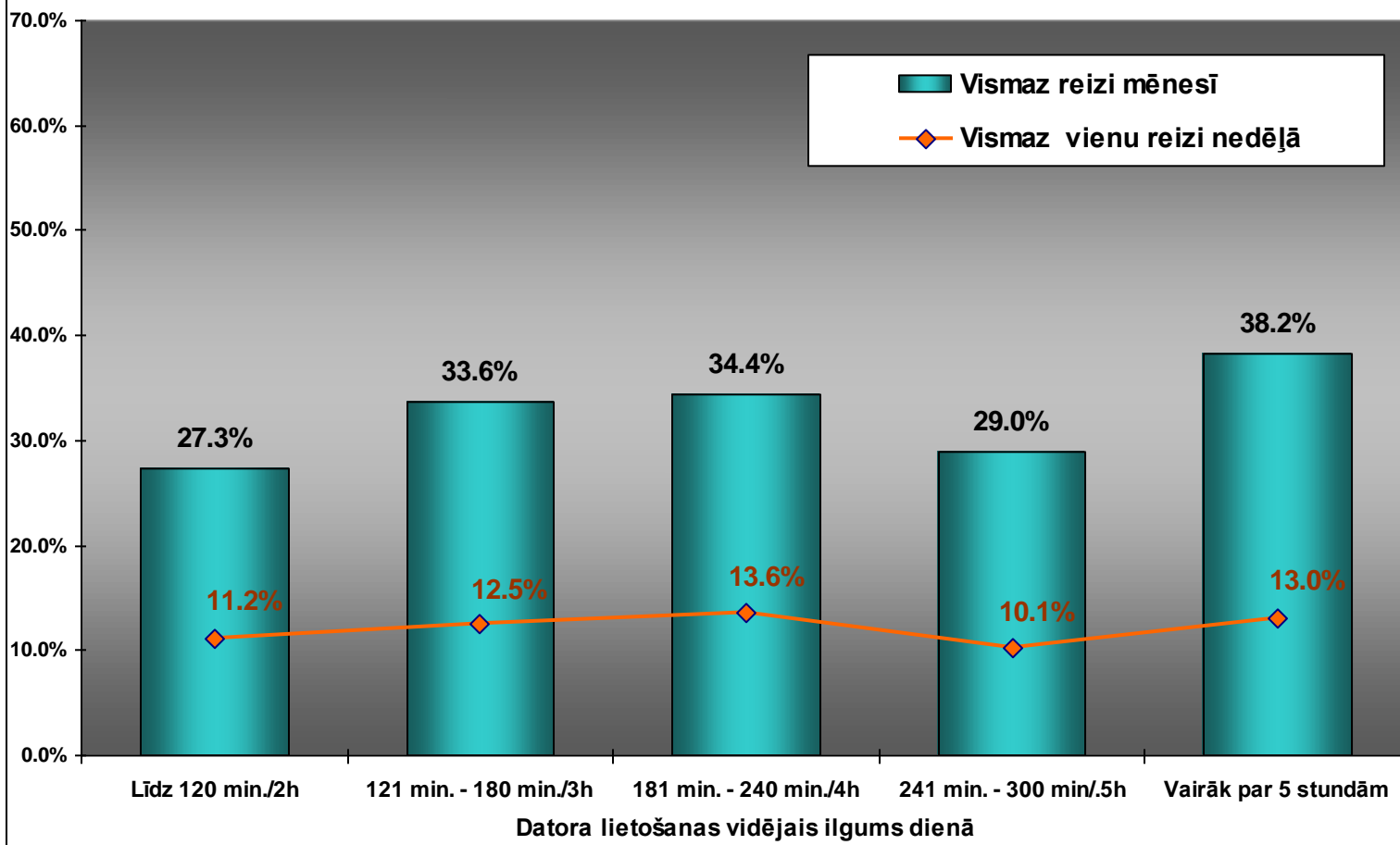
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - grūtībām iemigt?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



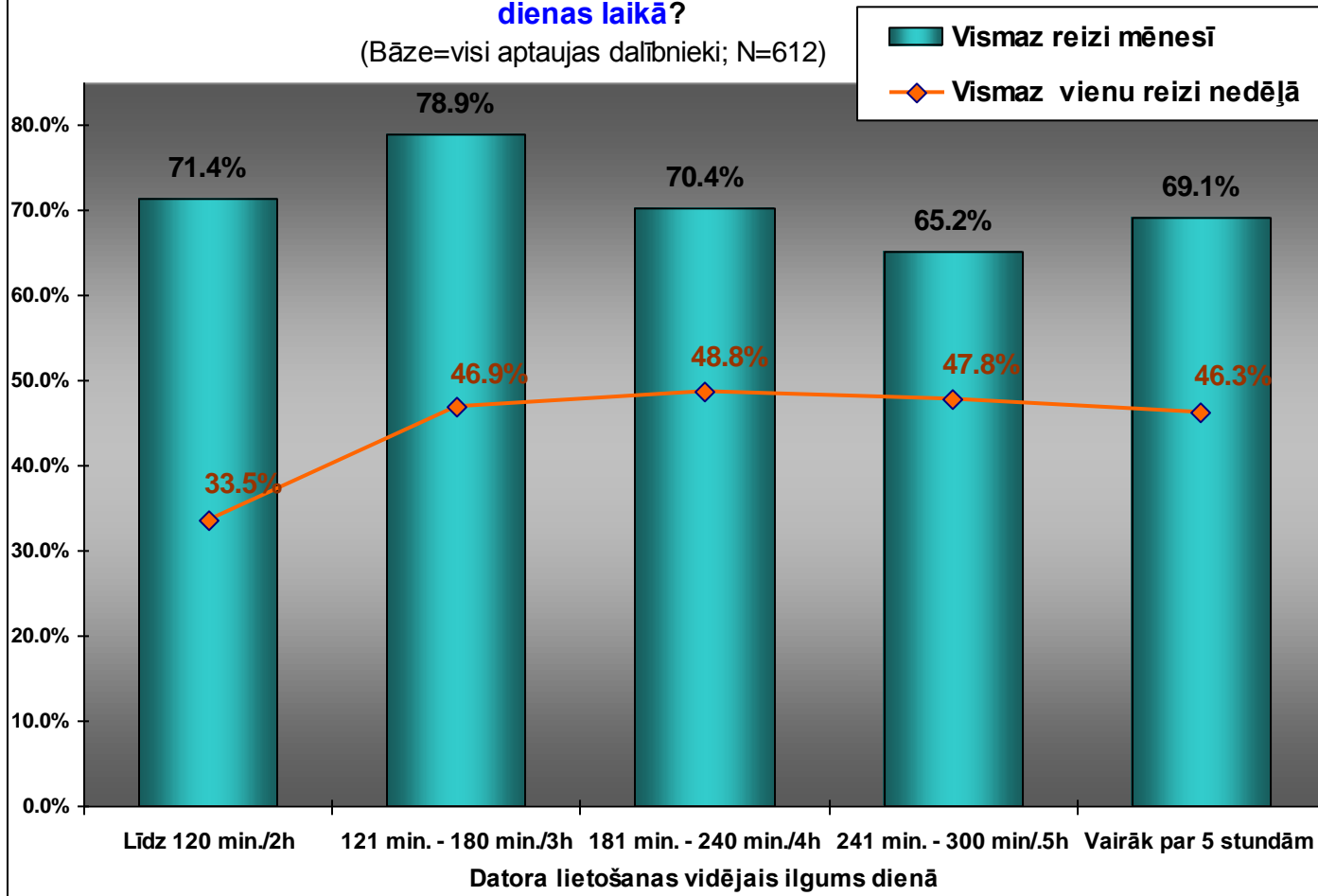
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - galvas reiboņiem?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



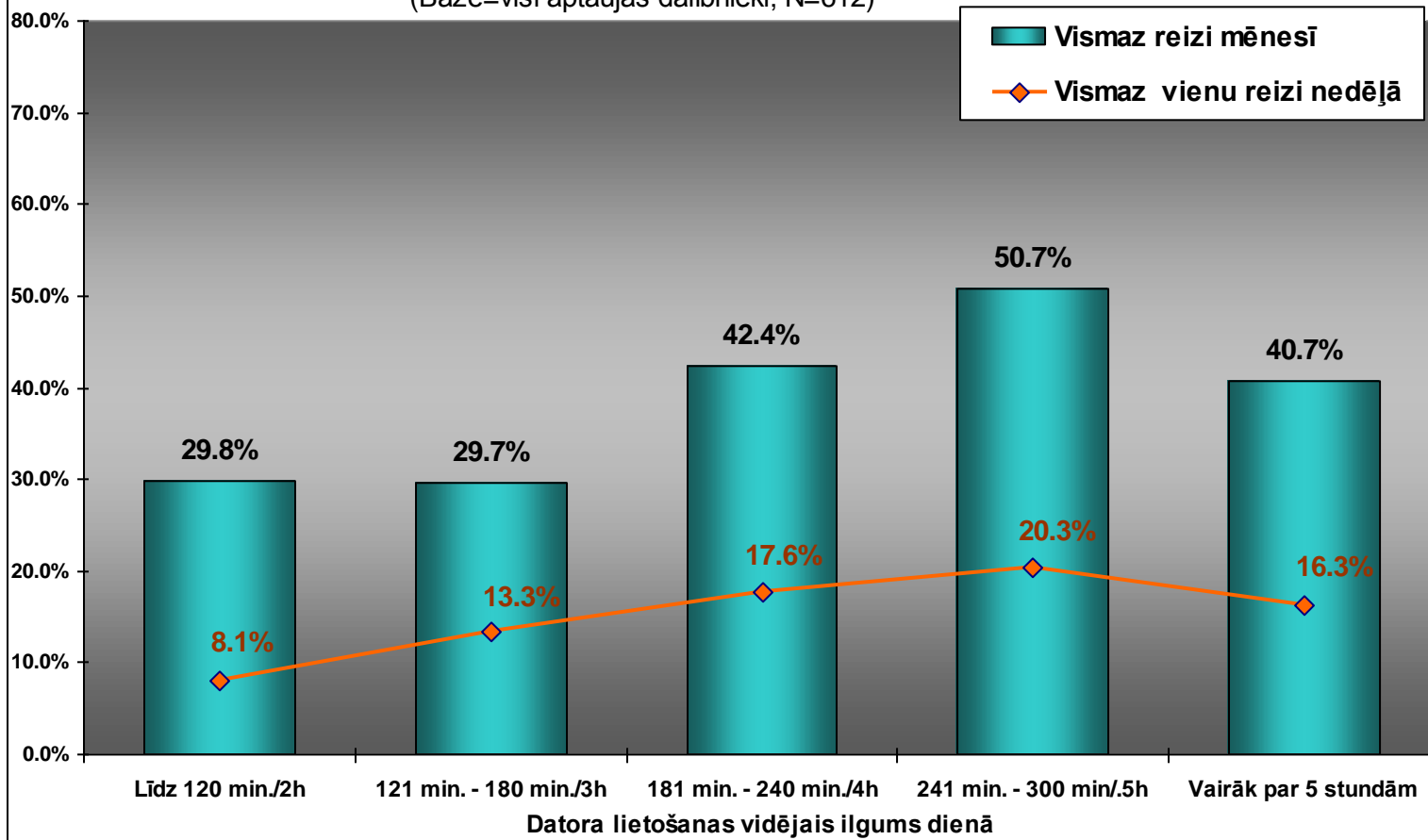
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - **miegainību** dienas laikā?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



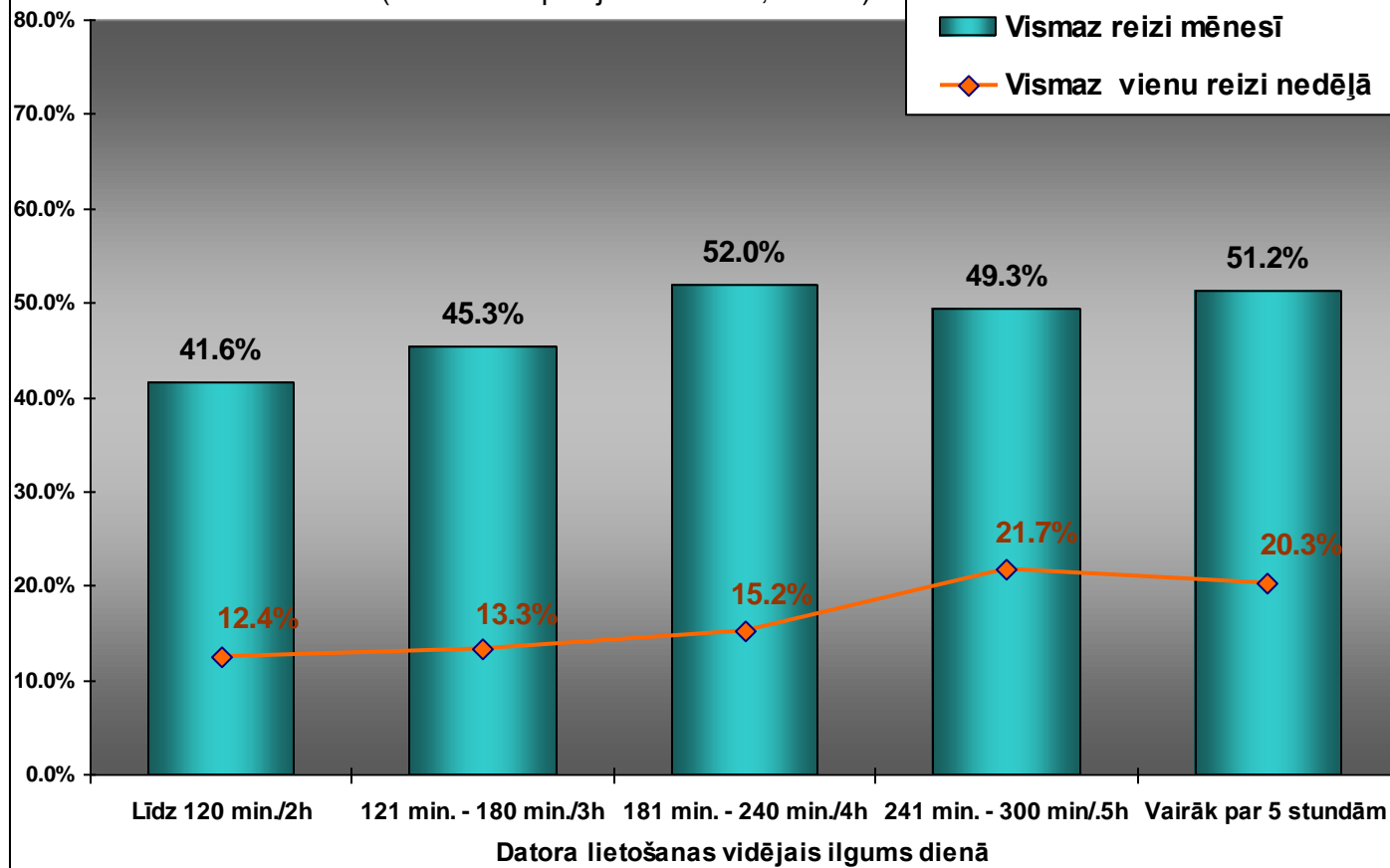
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - acu nogurumu, apsārtumu?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



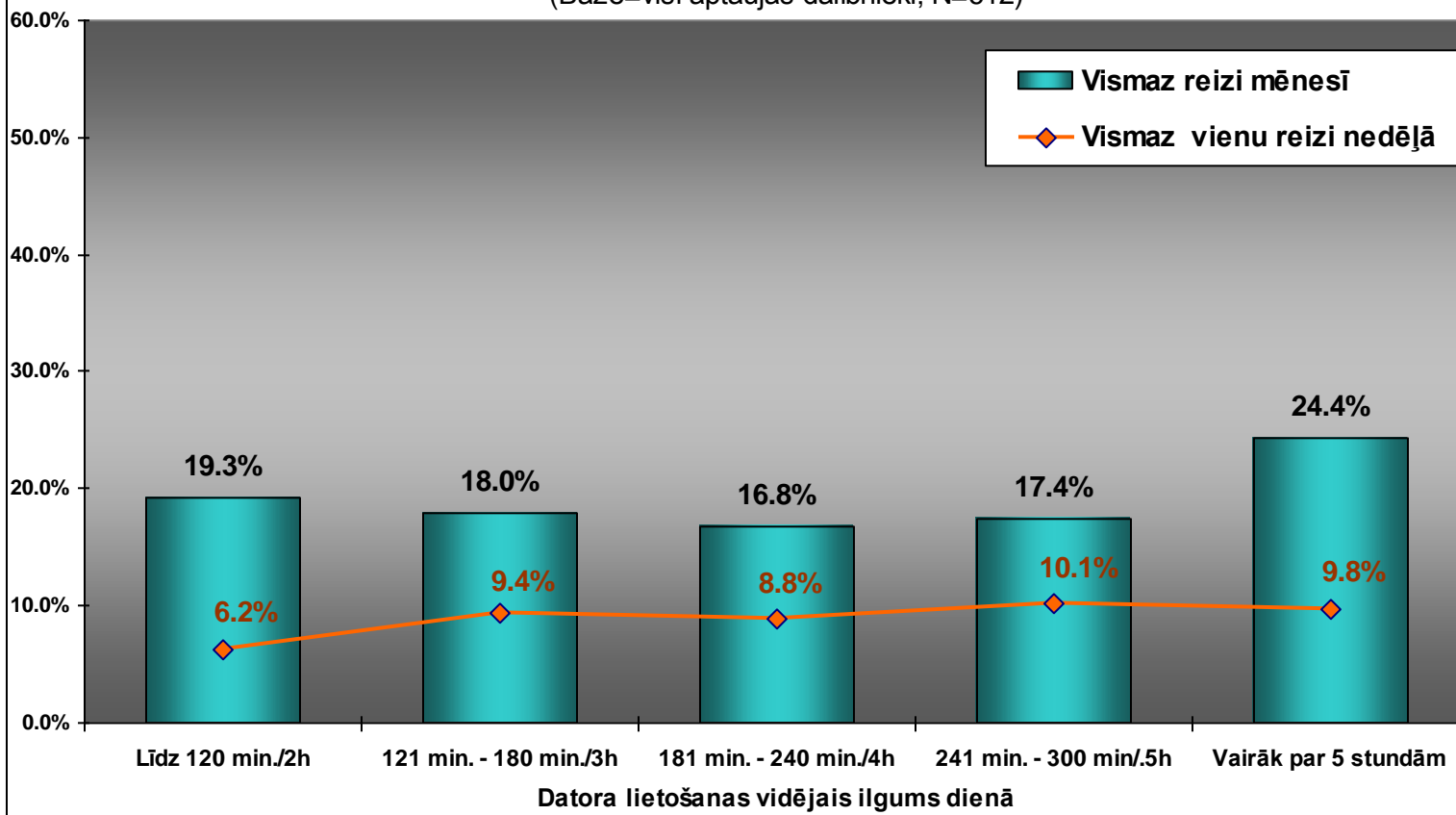
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - vēdera sāpēm?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



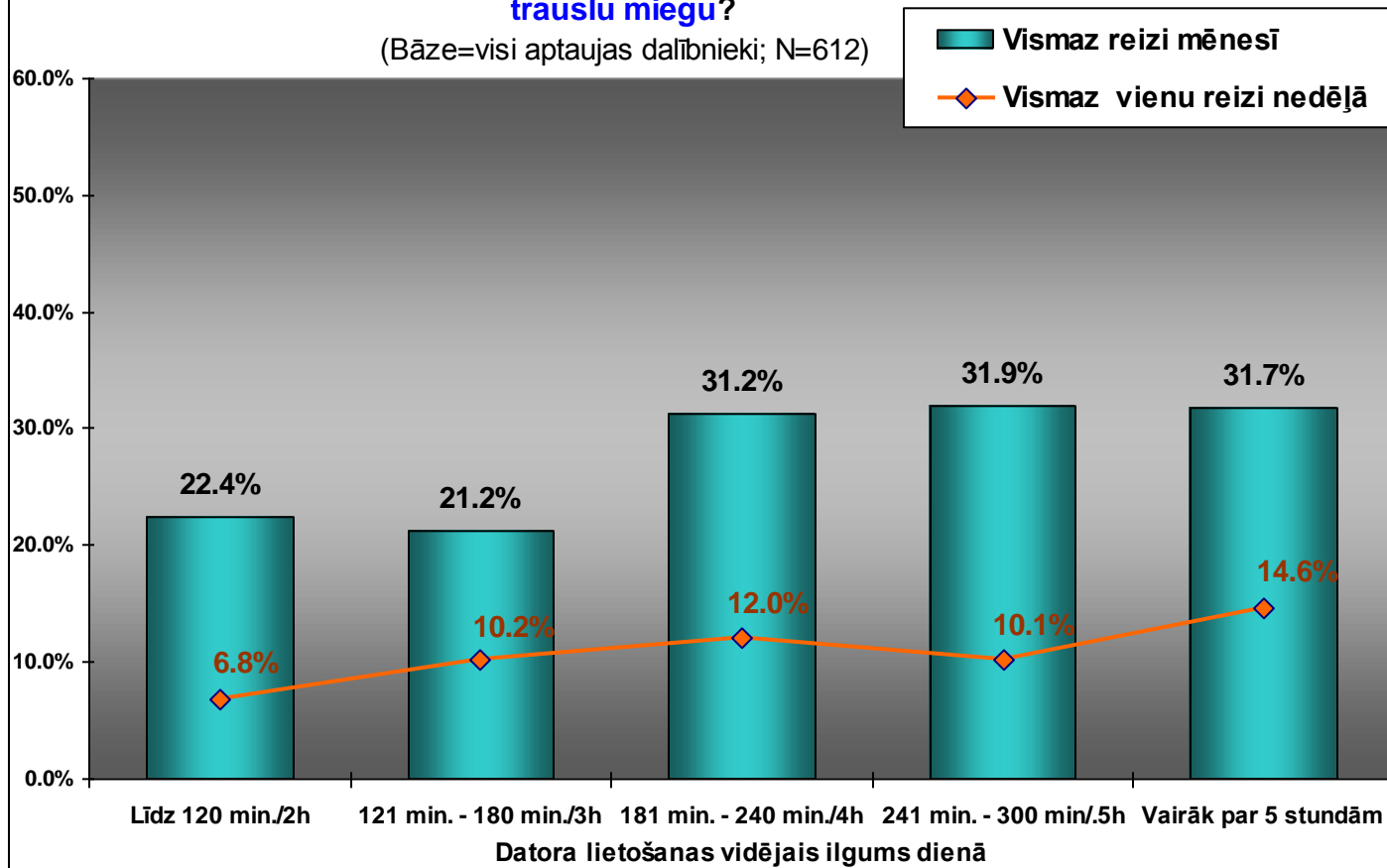
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - **plauksta locītavu sāpēm?**

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



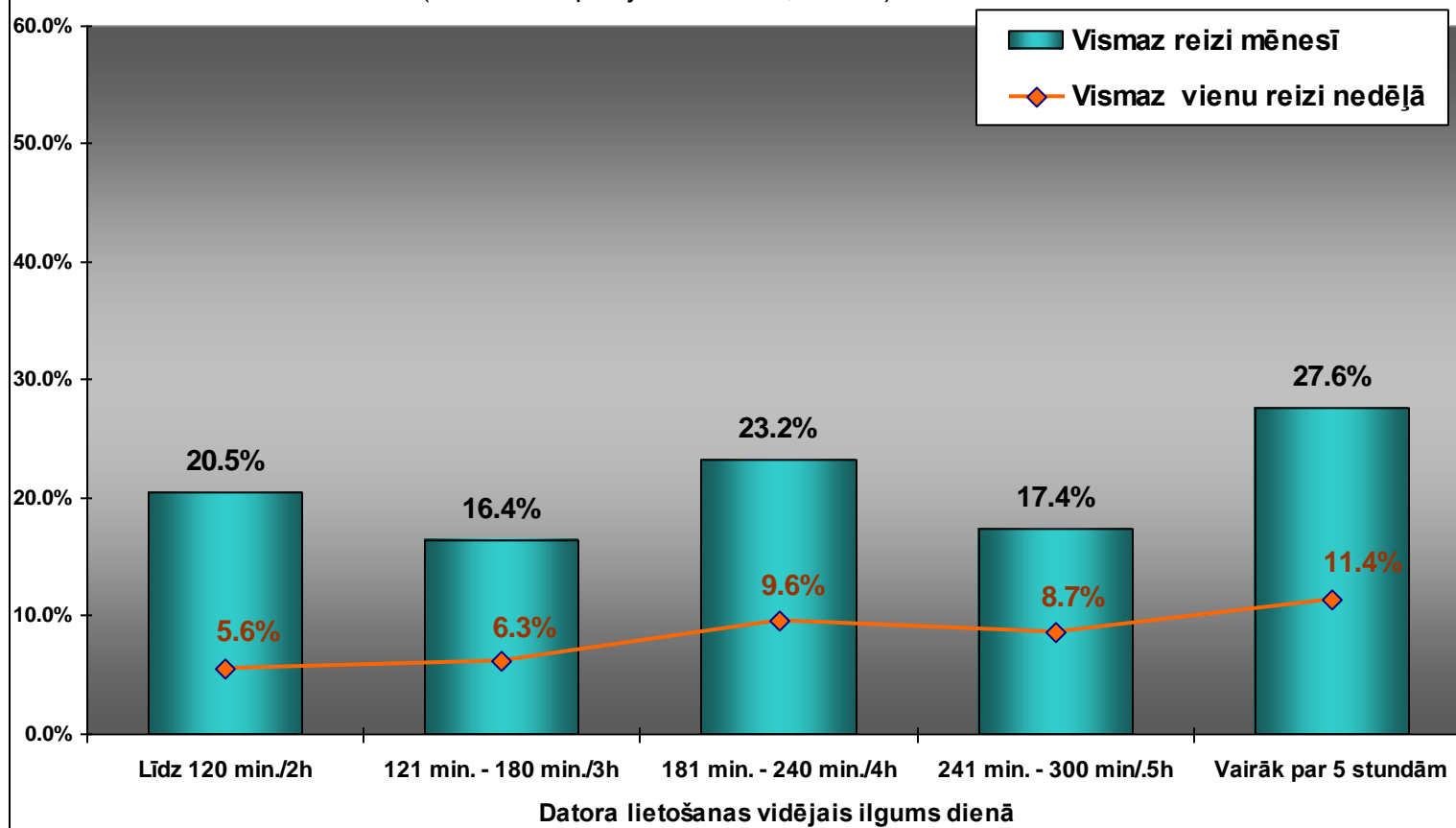
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - cauru, trauslu miegu?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



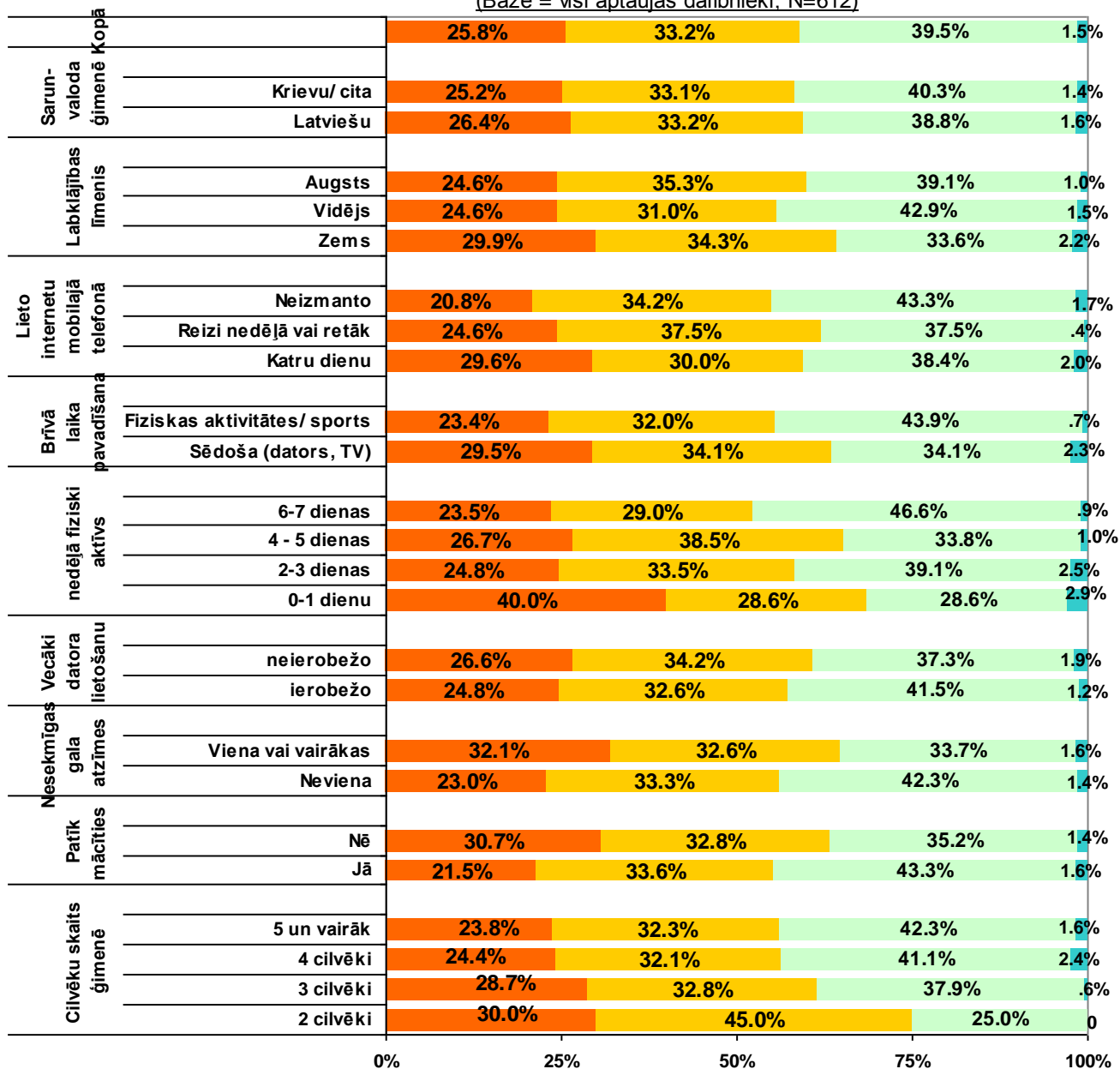
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par - **murgiem**?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par galvassāpēm?

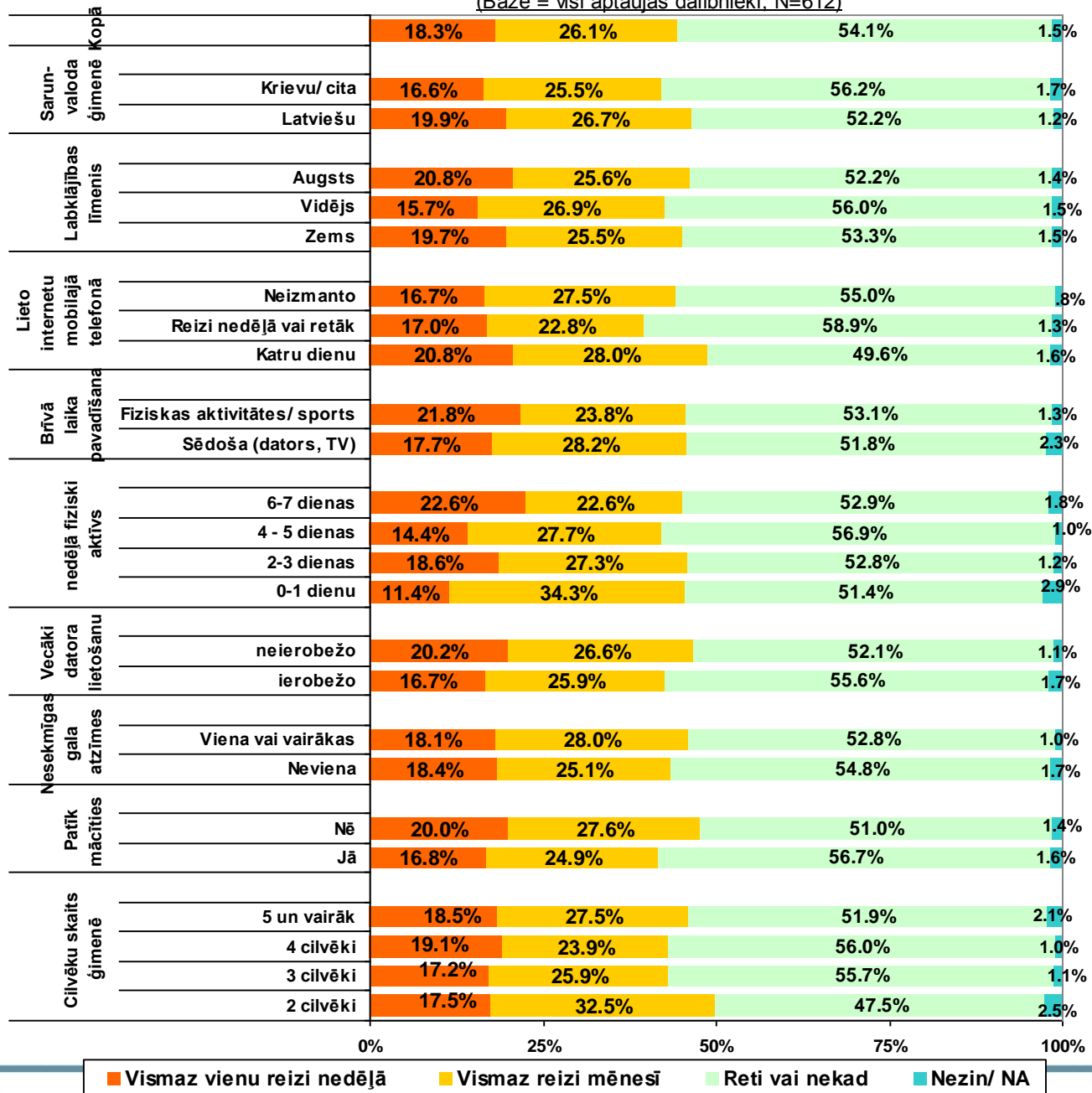
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par muguras sāpēm?

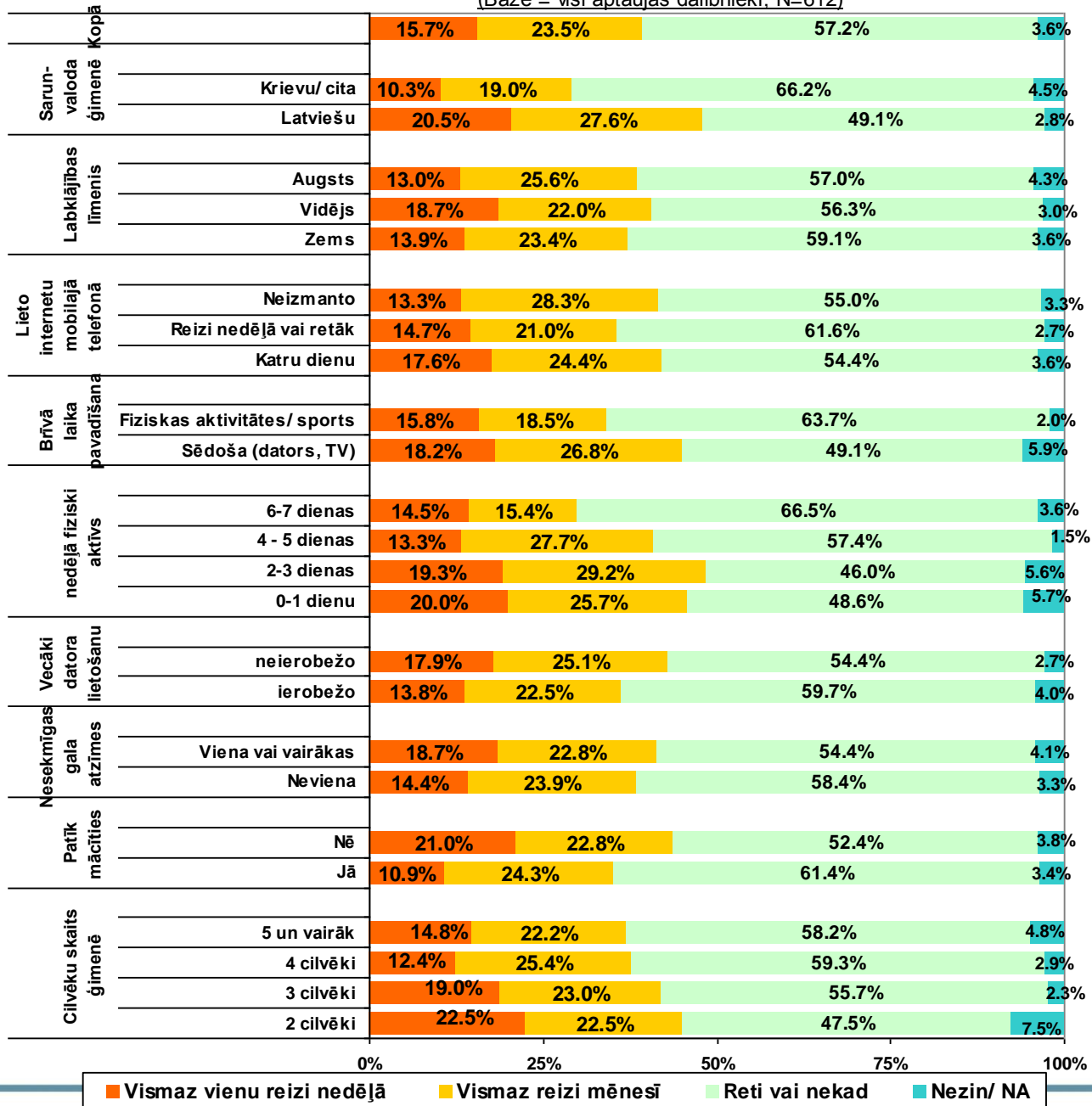
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par **nomāktību**?

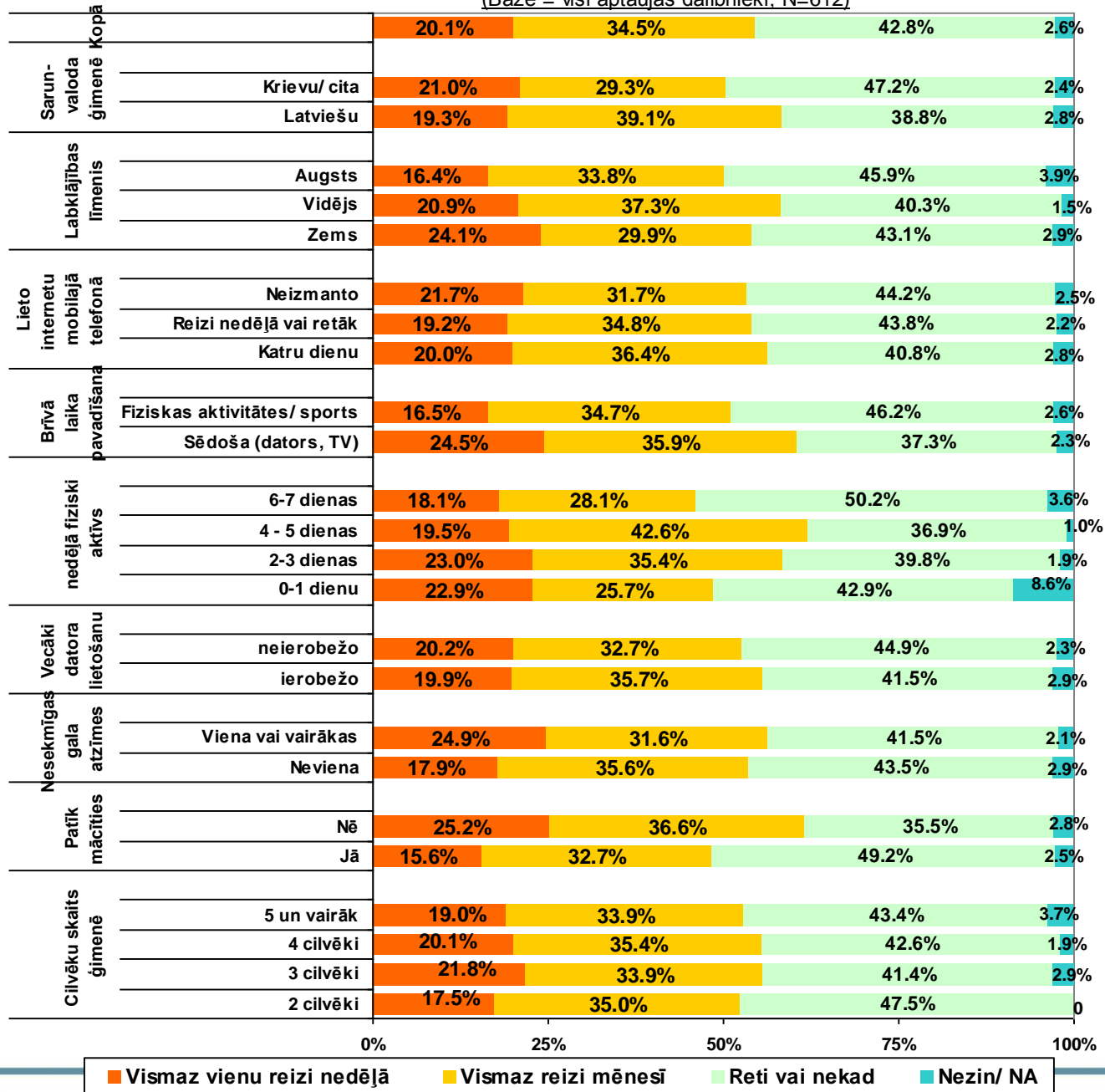
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

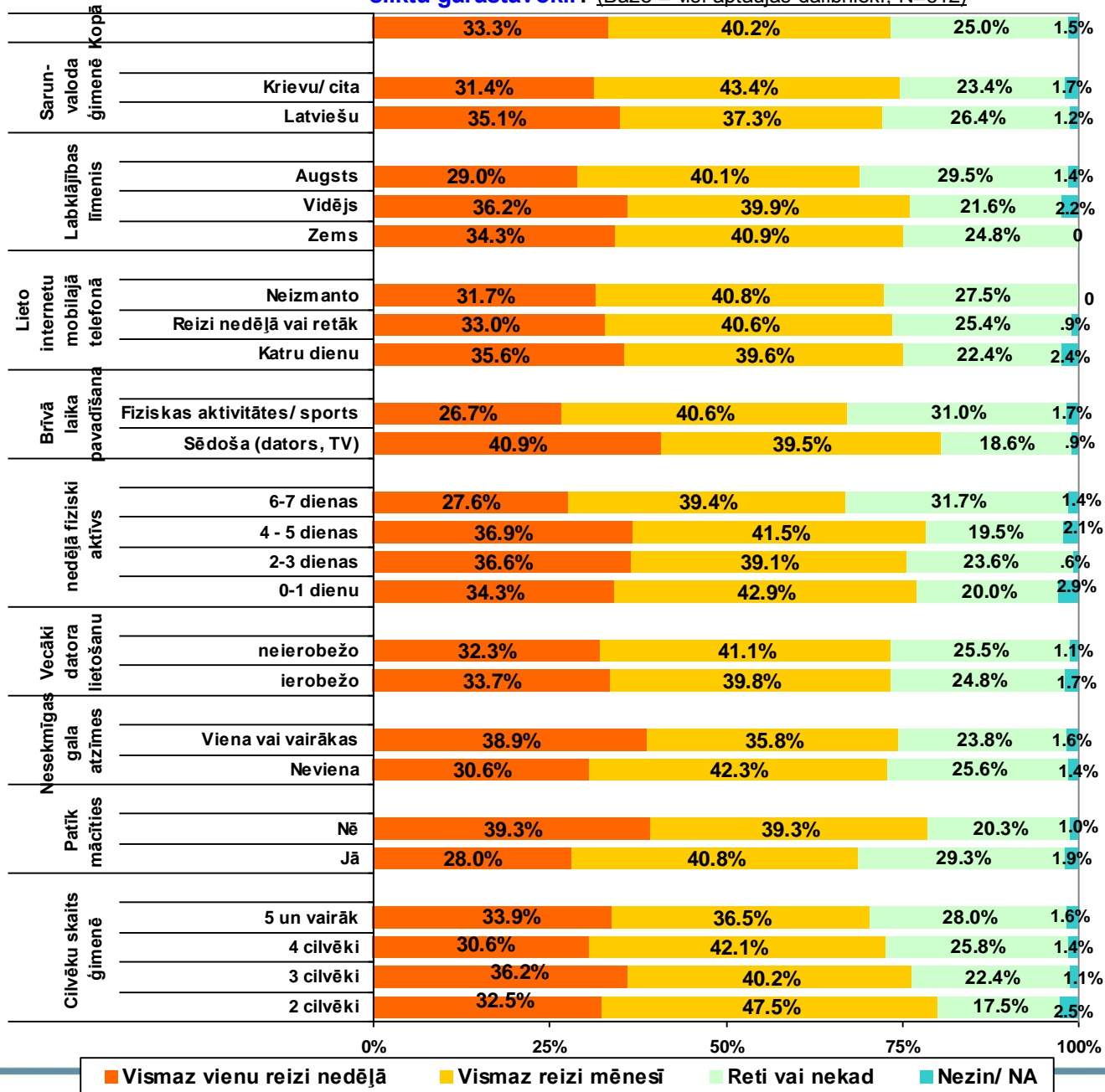
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par **nevozitāti**?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

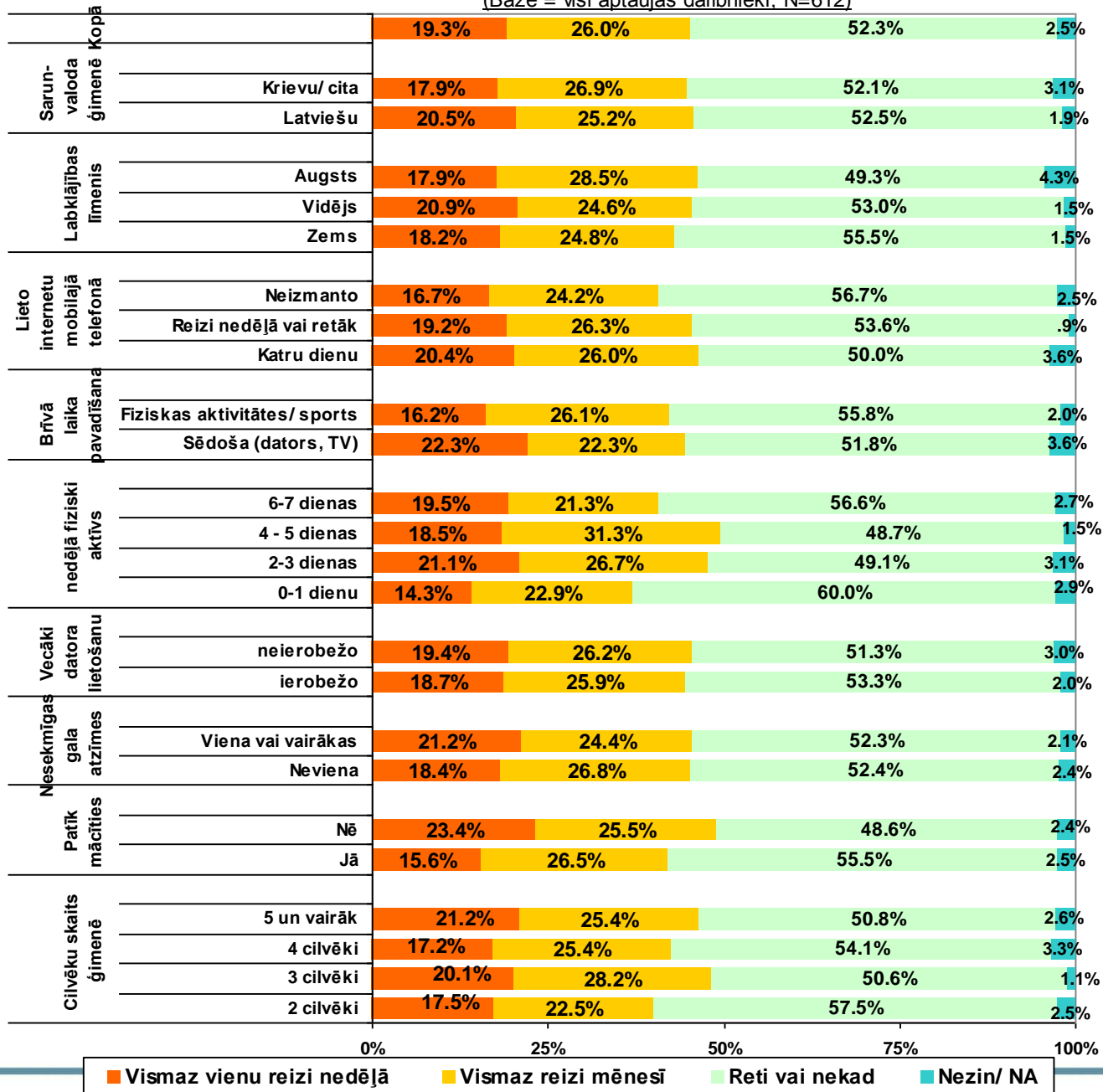
Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par aizkaitināmību/ sliktu garastāvokli? (Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par grūtībām iemigt?

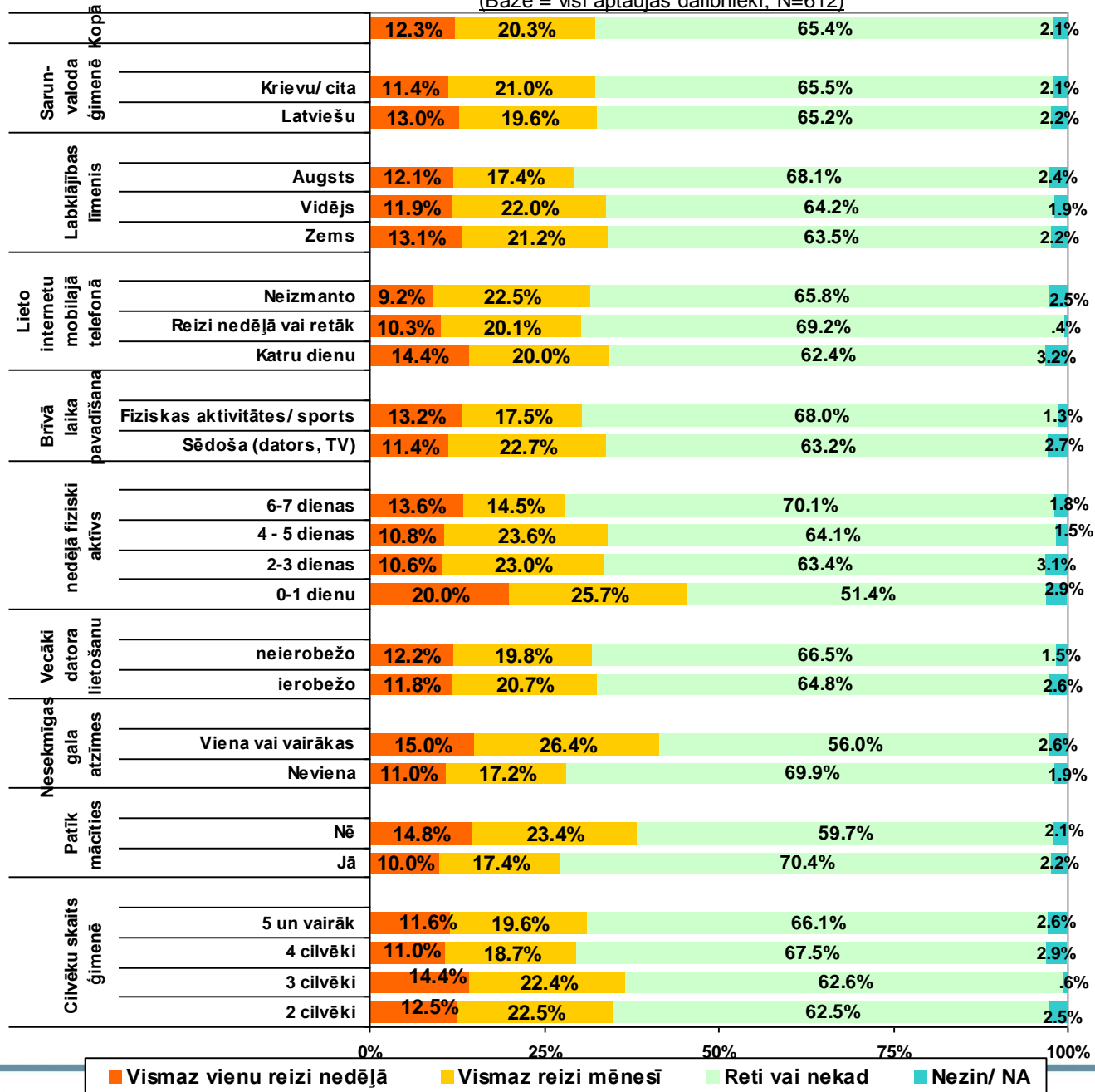
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par galvas reiboņiem?

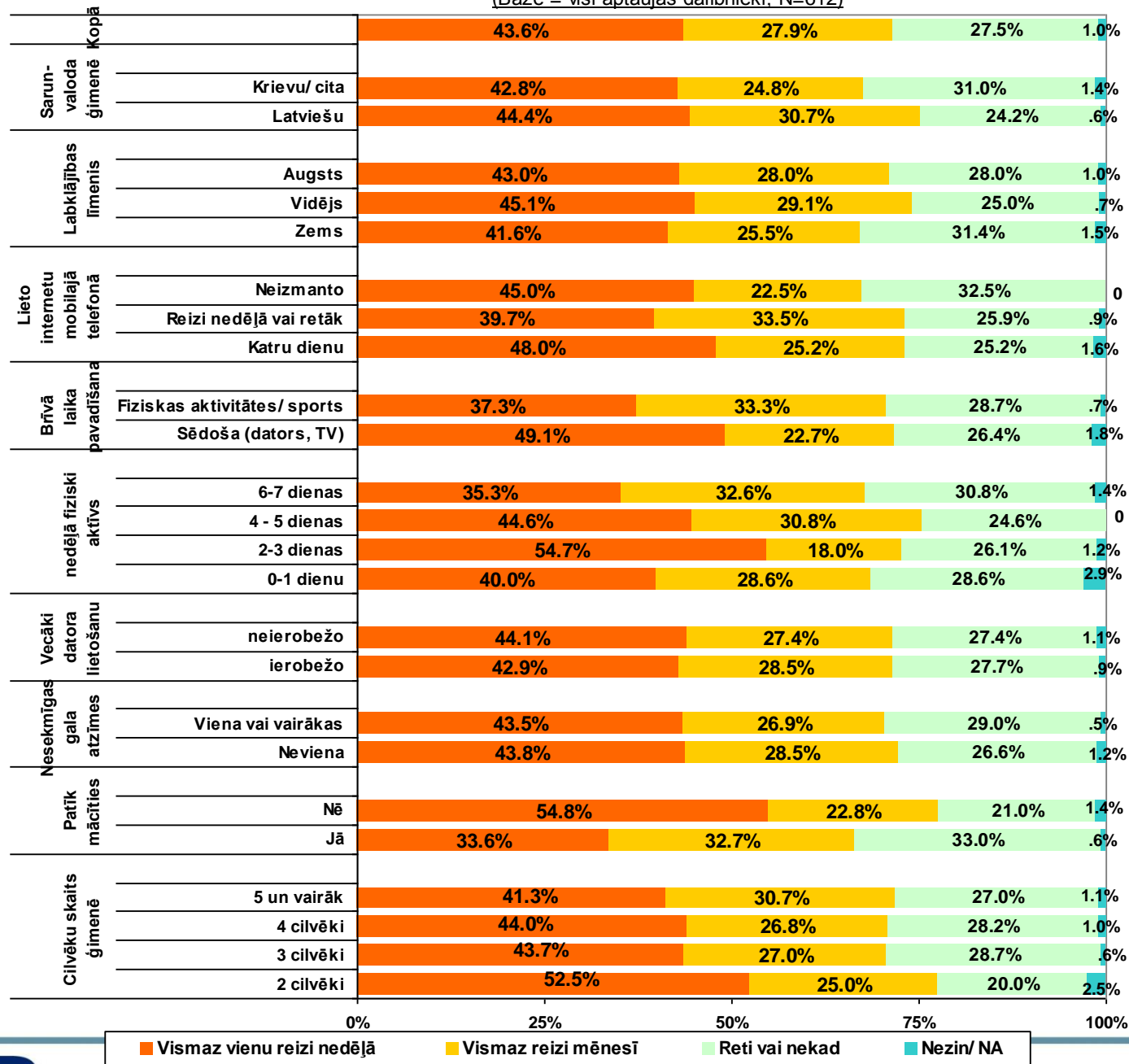
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par **miegainību** dienas laikā?

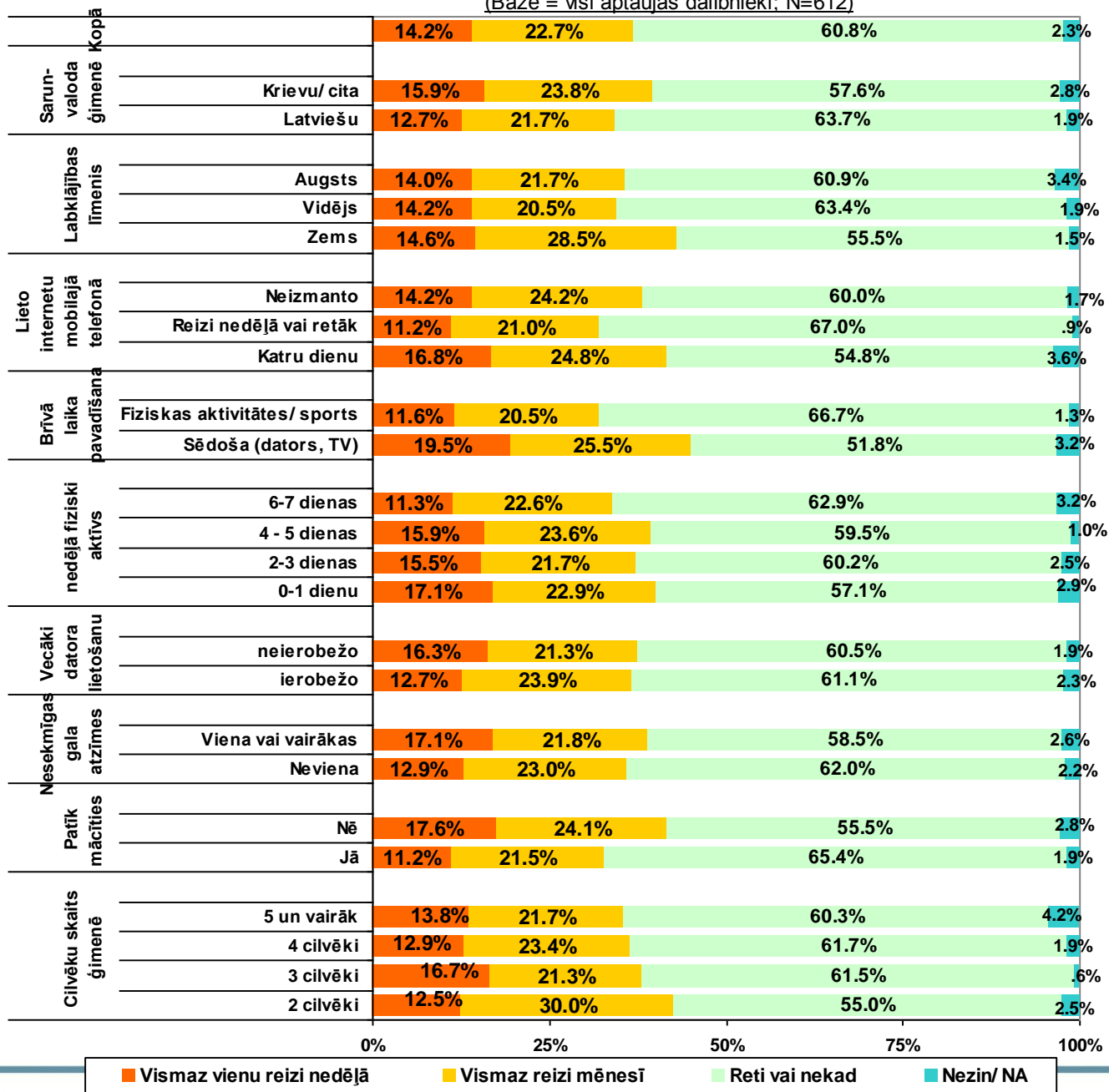
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par acu nogurumu?

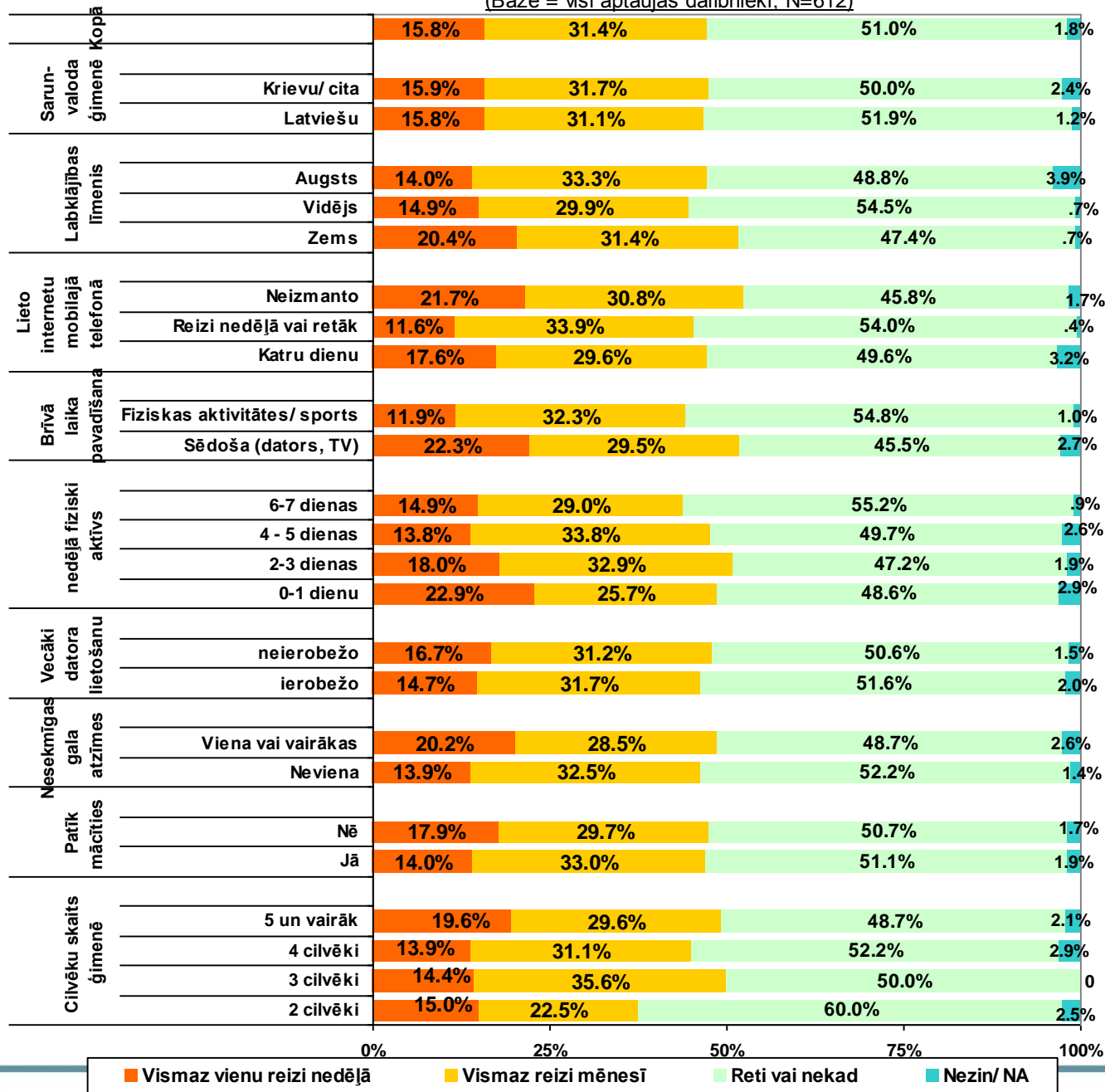
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par vēdera sāpēm?

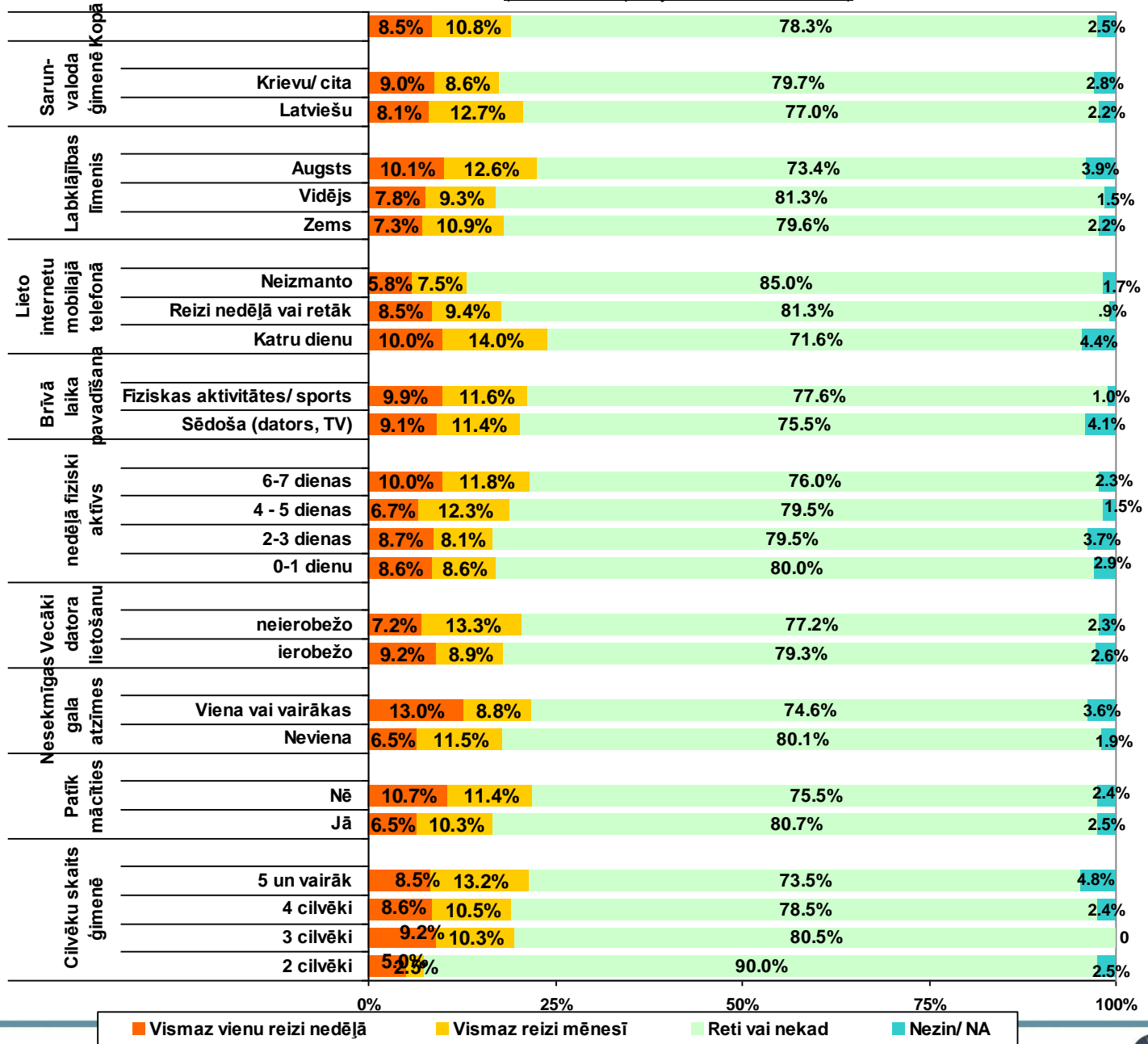
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par plaukstu locītavas sāpēm?

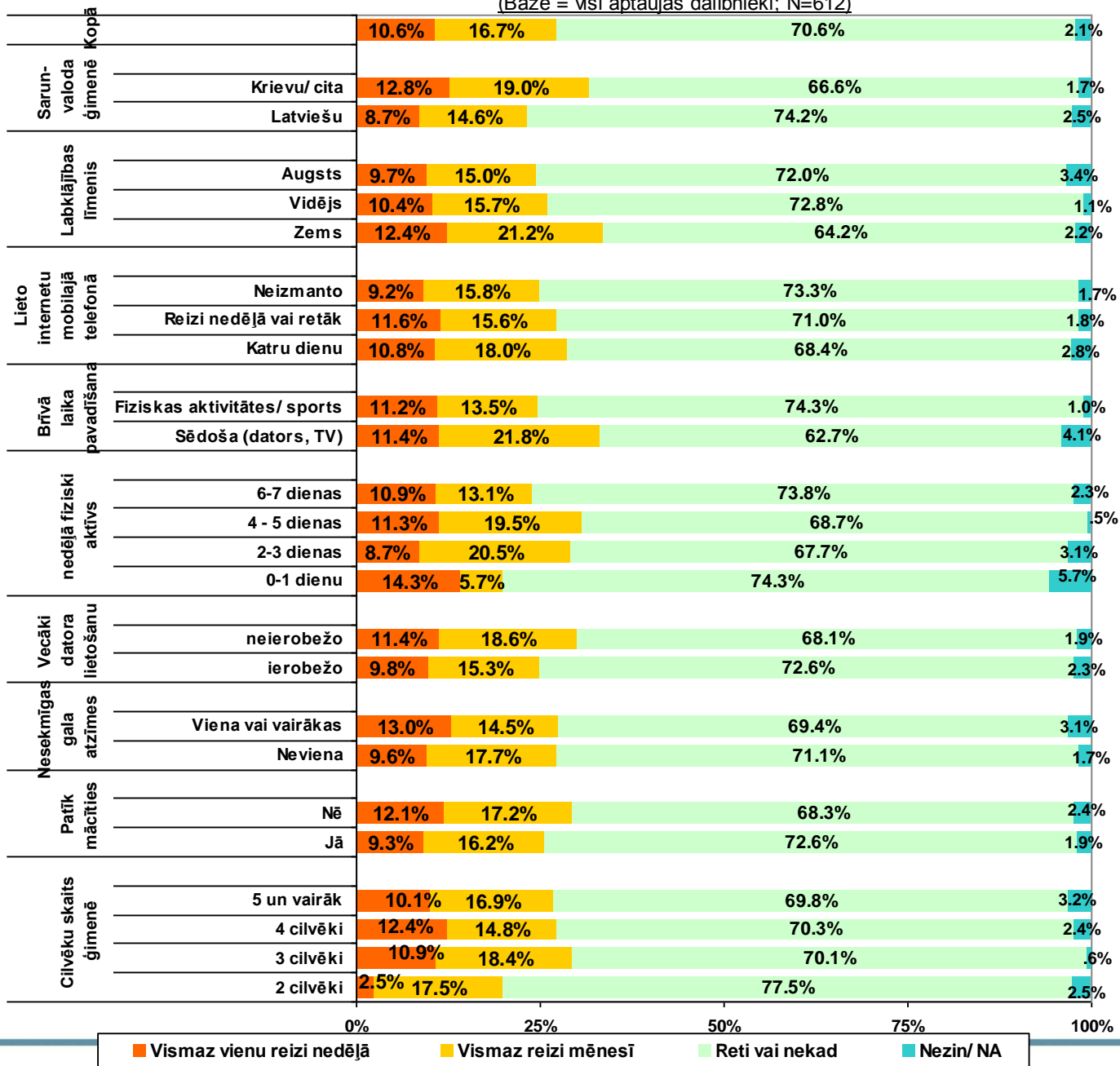
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par **cauru/ trauslu miegu**?

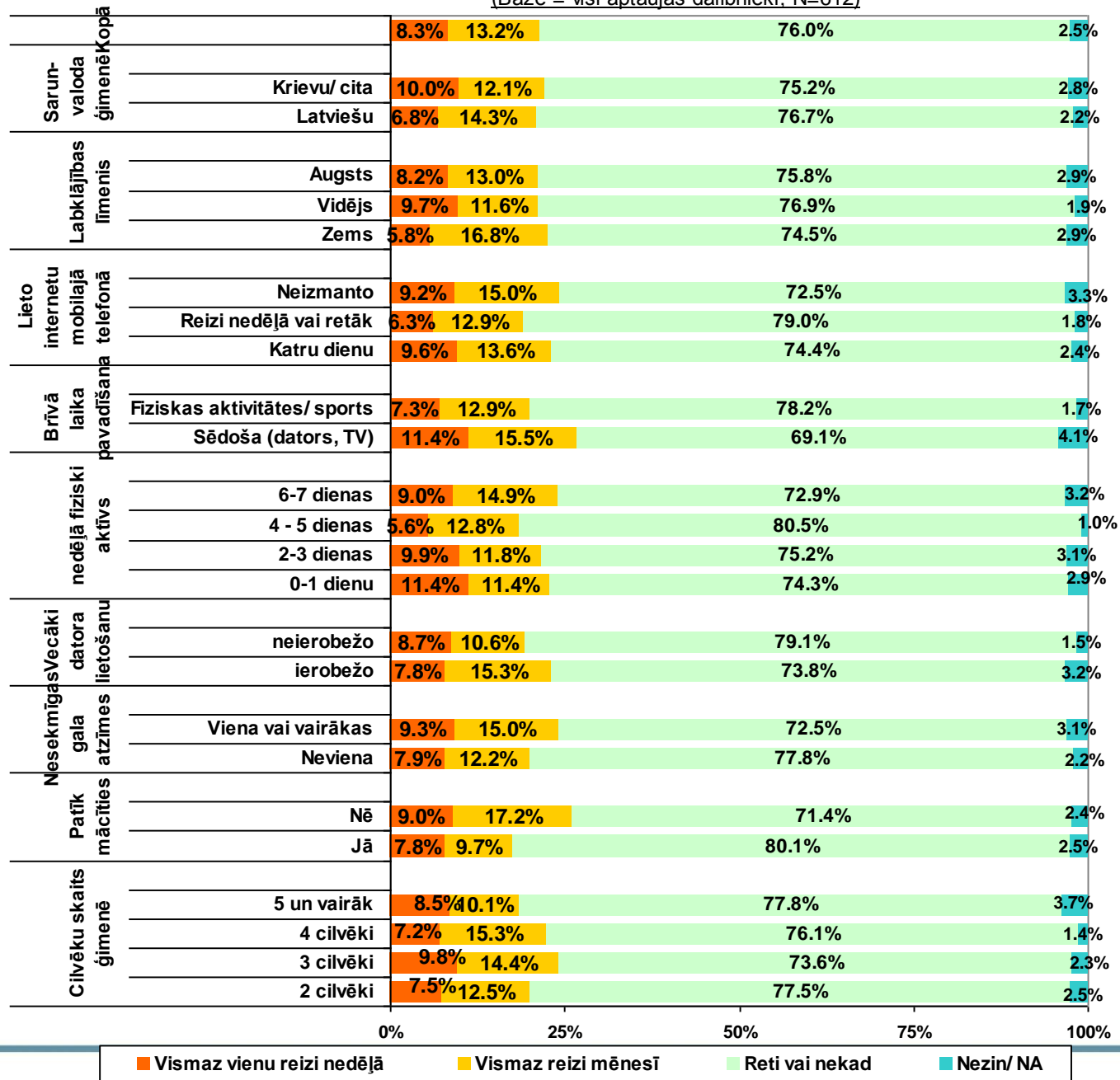
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

Cik bieži pēdējo 30 dienu laikā Tev ir bijušas sūdzības par murgiem?

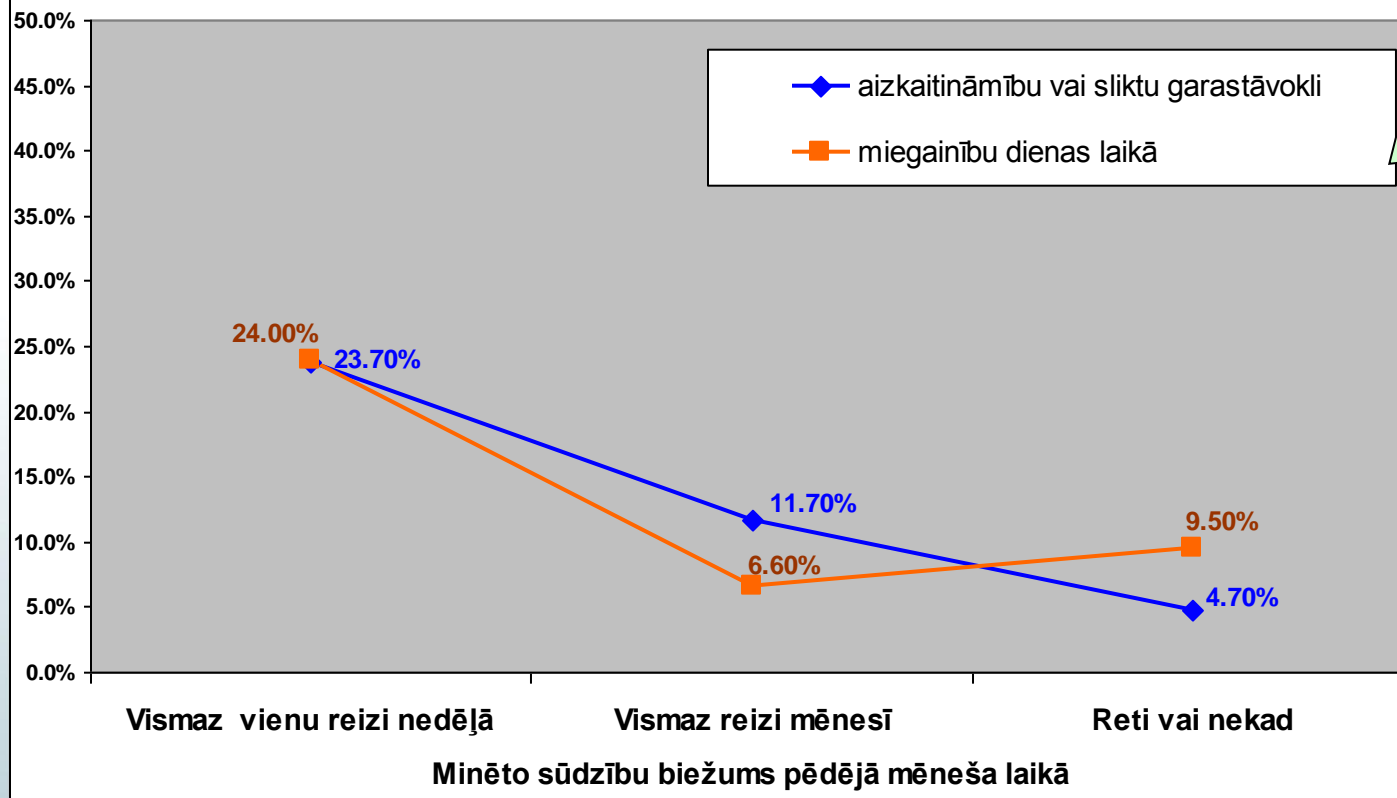
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Vismaz vienu reizi nedēļā
 ■ Vismaz reizi mēnesī
 ■ Reti vai nekad
 ■ Nezin/ NA

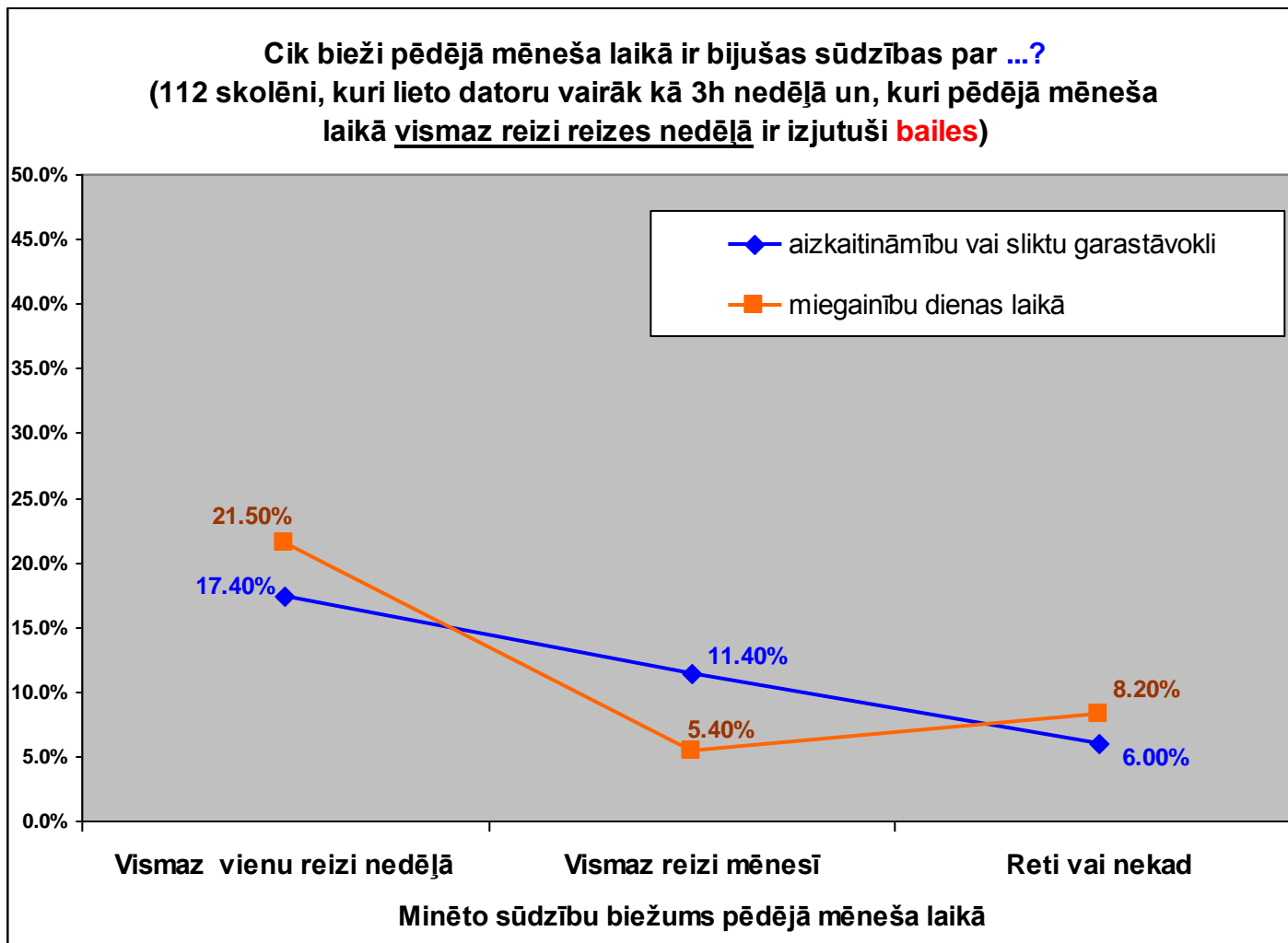
Fiziskās veselības rādītāji atkarībā no datora lietošanas intensitātes un skolēnu emocionālās pašsajūtas

Cik bieži pēdējā mēneša laikā ir bijušas sūdzības par ...?
(Bāze: 127 skolēni, kuri lieto datoru vairāk kā 3h nedēļā un, kuri pēdējā mēneša laikā vairākas reizes nedēļā ir izjutuši **dusmas**)

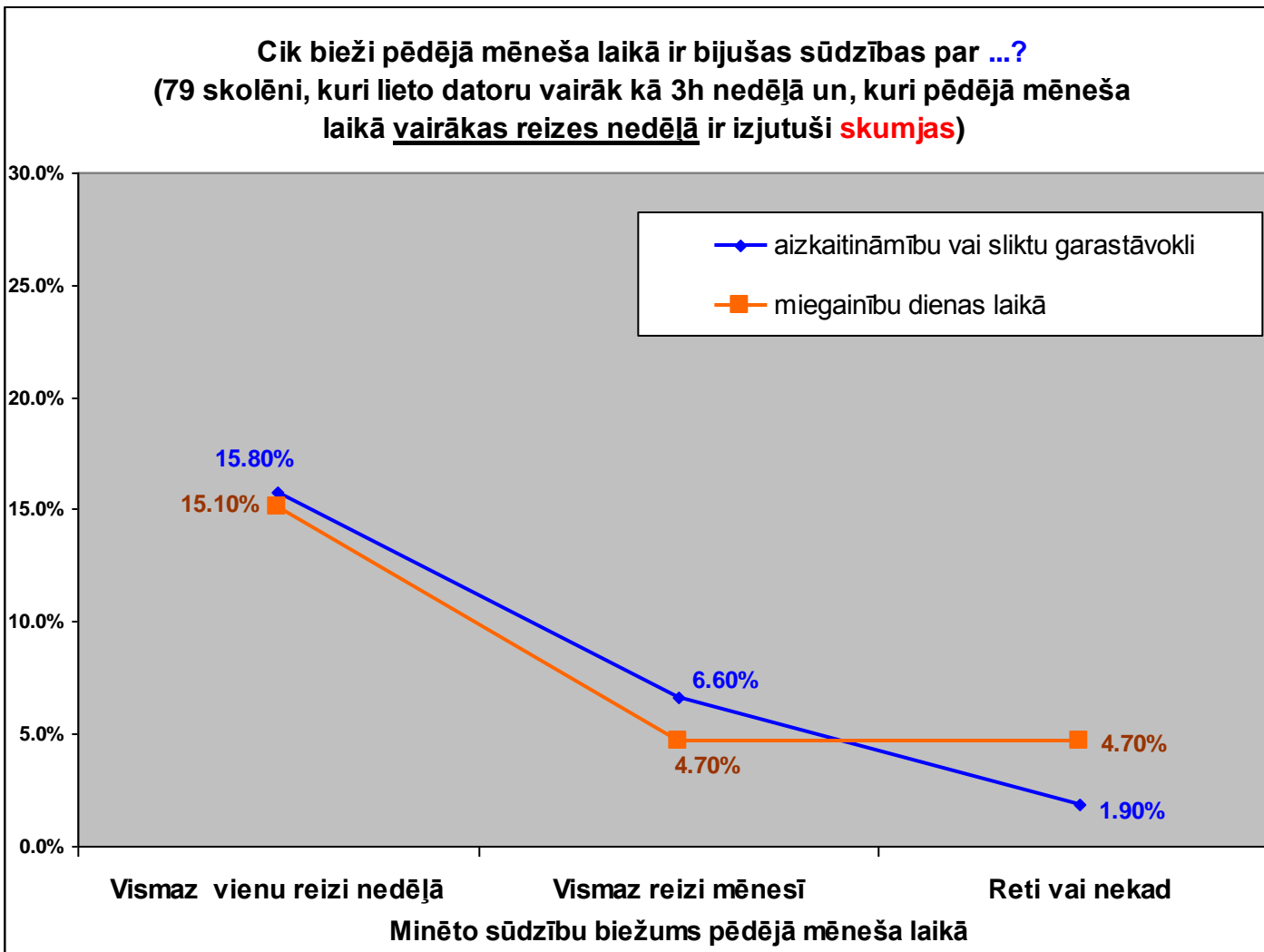


Pusaudži, kuri ikdienā pie datora pavada ilgāku laiku par 3h un kuriem ir bijušas problēmas ar emocionālo pašsajūtu (izjutuši dusmas, bailes, skumjas, vienaldzību), biežāk saskārušies ar tādām problēmām kā miegainība dienas laikā un aizkaitināmība, sliktu garastāvokli (skatīt arī tālāk).

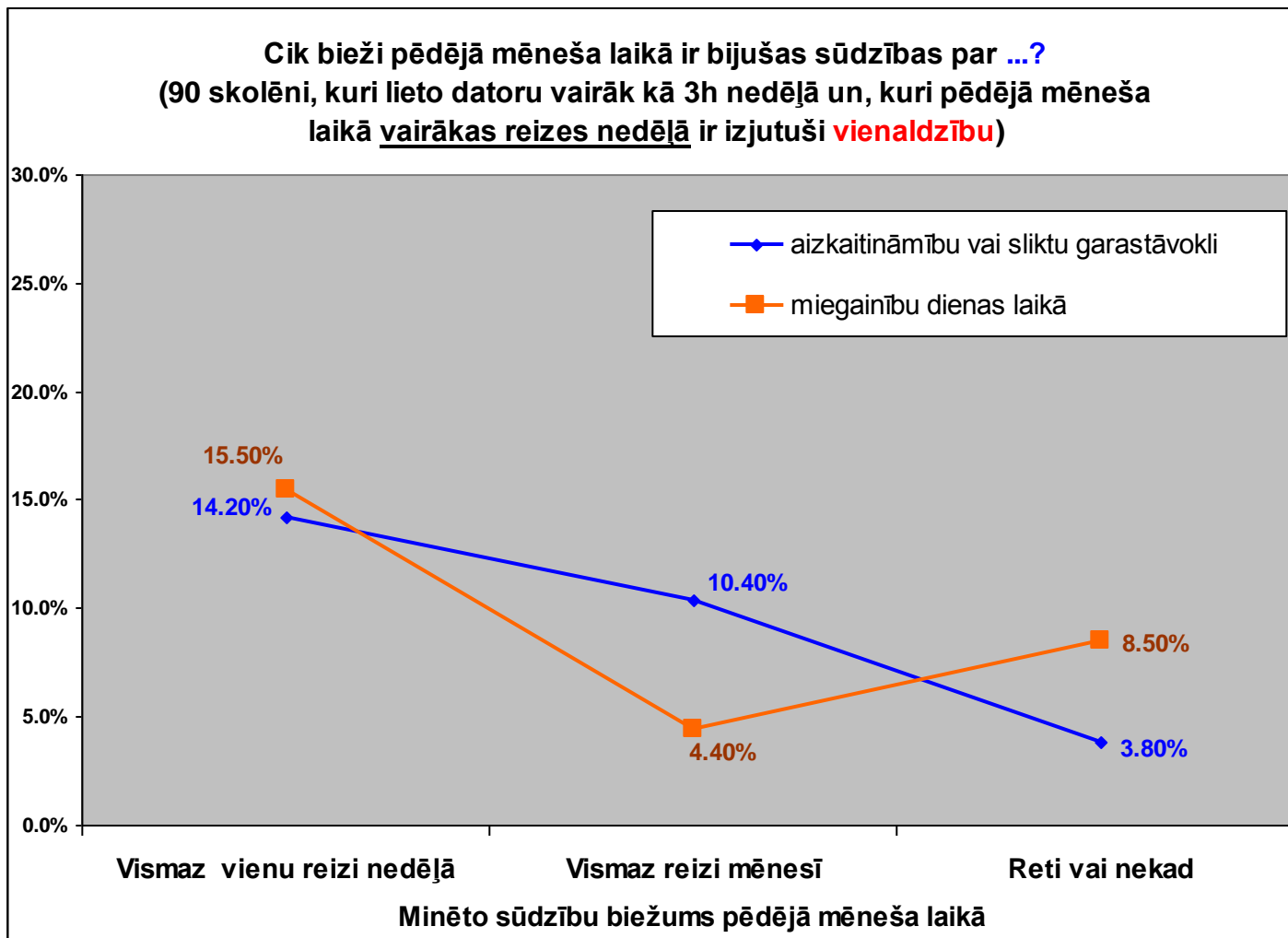
Fiziskās veselības rādītāji atkarībā no datora lietošanas intensitātes un skolēnu emocionālās pašsajūtas



Fiziskās veselības rādītāji atkarībā no datora lietošanas intensitātes un skolēnu emocionālās pašsajūtas

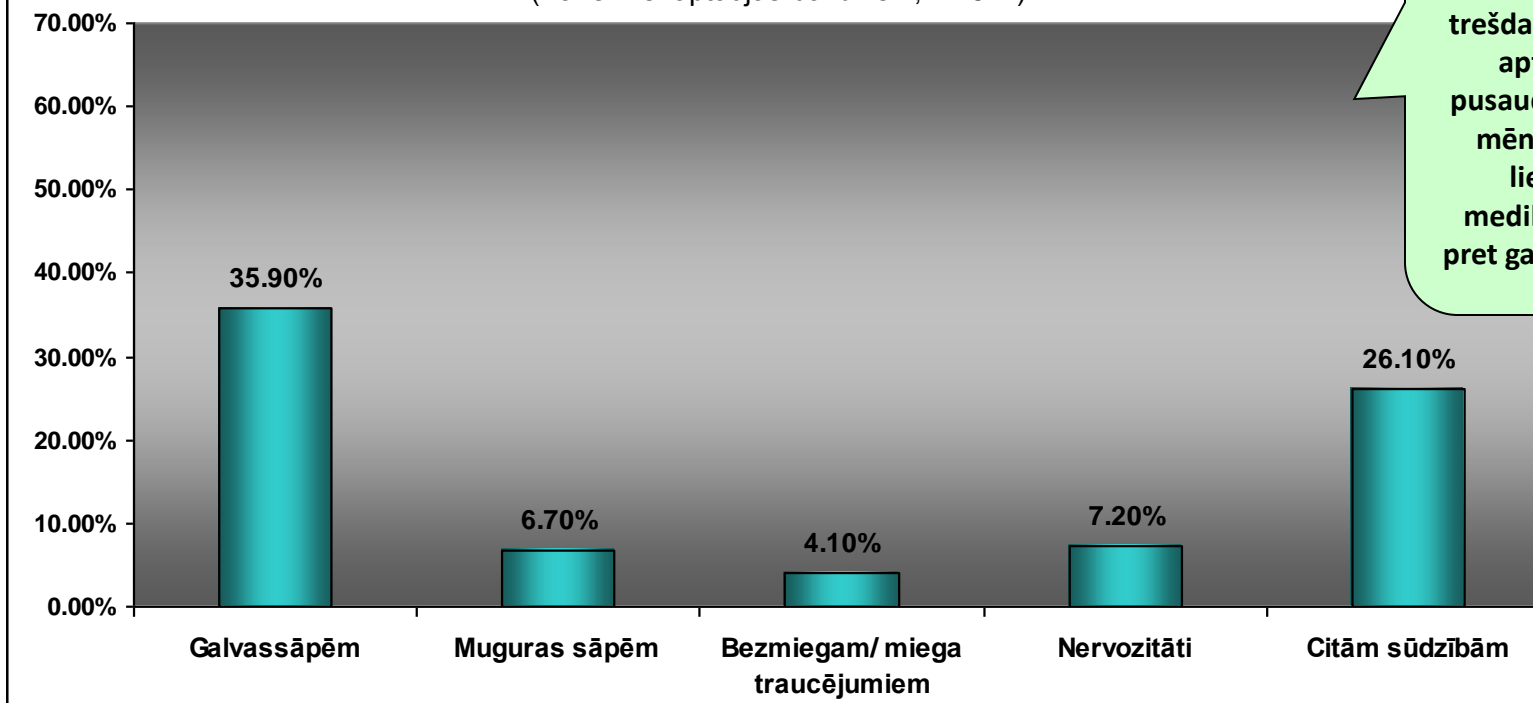


Fiziskās veselības rādītāji atkarībā no datora lietošanas intensitātes un skolēnu emocionālās pašsajūtas



Pēdējo 30 dienu laikā ir lietojis (-usi) kādus medikamentus pret:

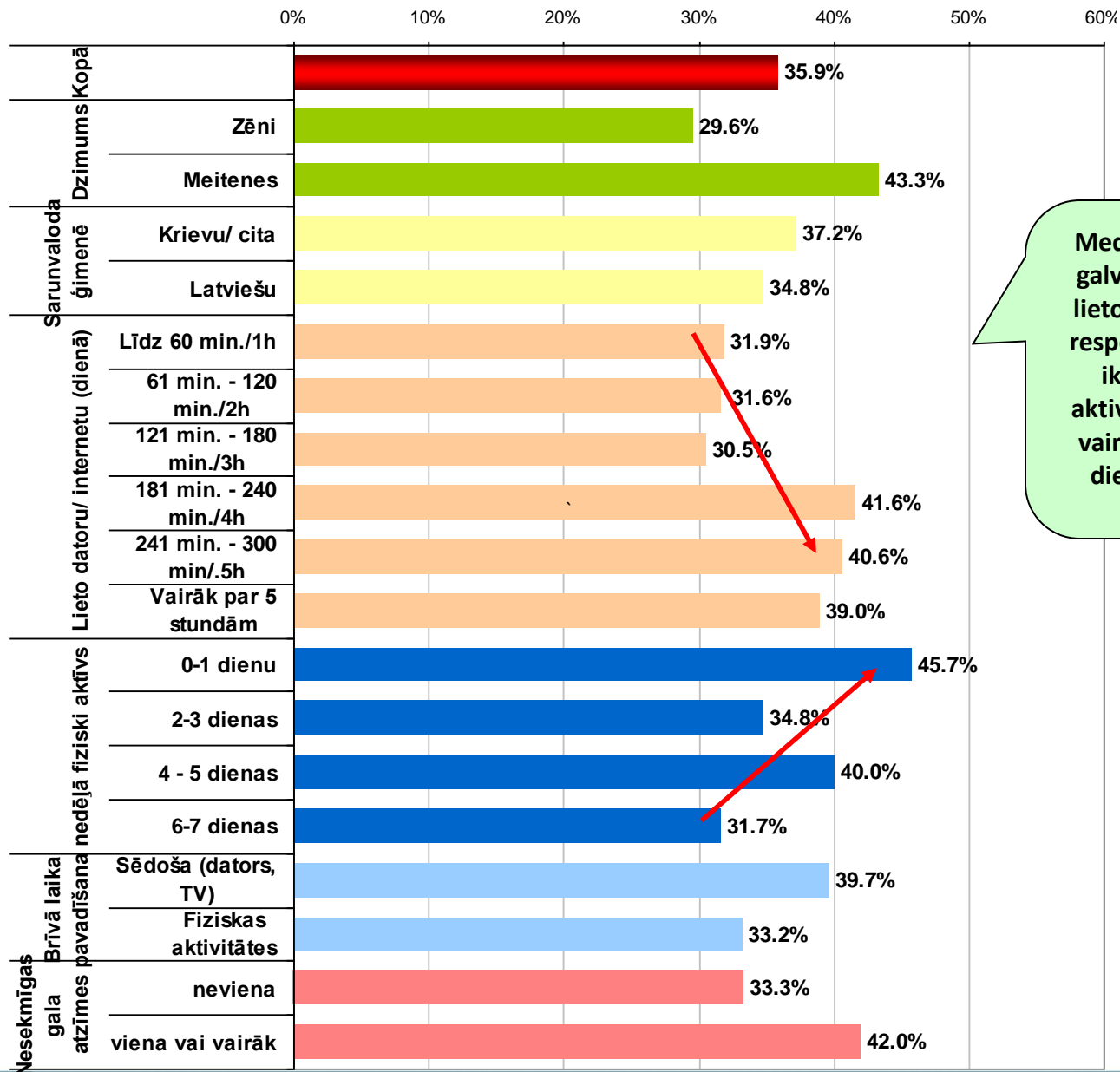
(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Vairāk nekā divas trešdaļas (35,9%) aptaujāto pusaudžu pēdējā mēneša laikā lietojuši medikamentus pret galvassāpēm.

Pēdējo 30 dienu laikā ir lietojuši kādus medikamentus pret galvassāpēm

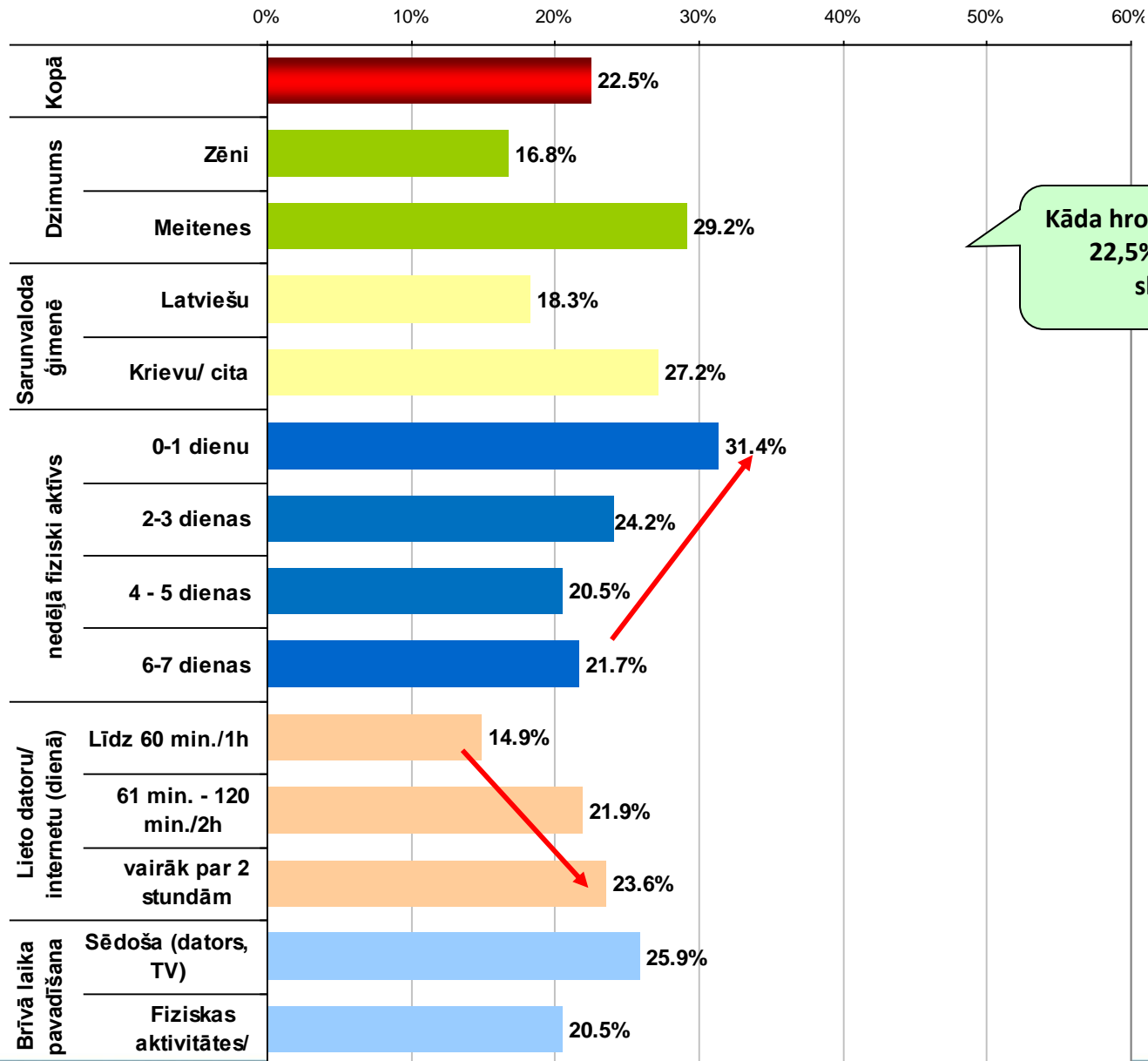
(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Medikamentus pret galvassāpēm vairāk lietojušas meitenes, respondenti ar zemu ikdienas fizisko aktivitāti un tie, kuri vairāk kā 4 stundas dienā pavada pie datora

Ir kāda hroniska slimība, kuras diagnozi ir noteicis ārsts

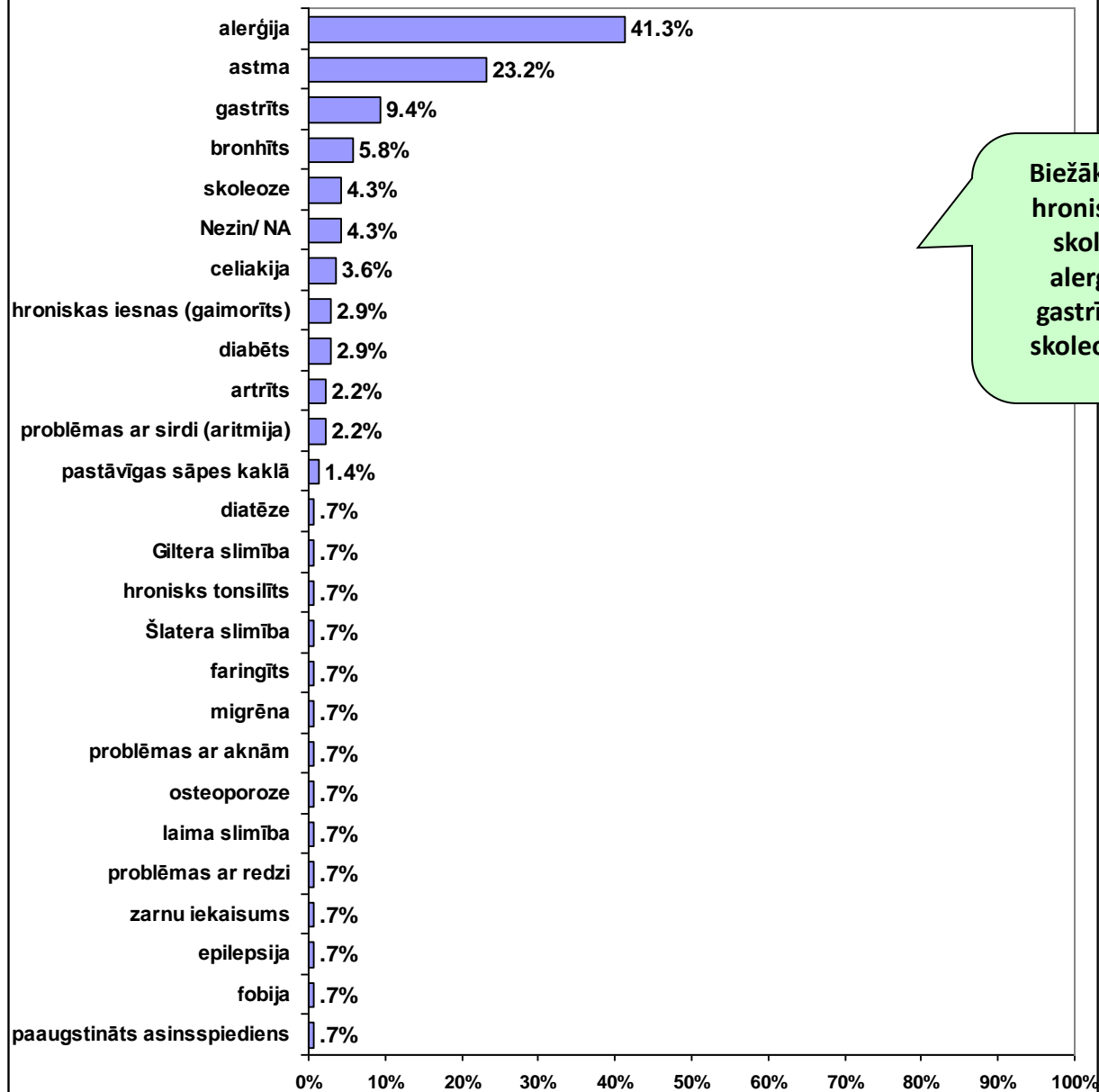
(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kāda hroniska slimība ir 22,5% aptaujāto skolēnu.

Kādu hronisku slimību ir diagnosticējis ārsts?

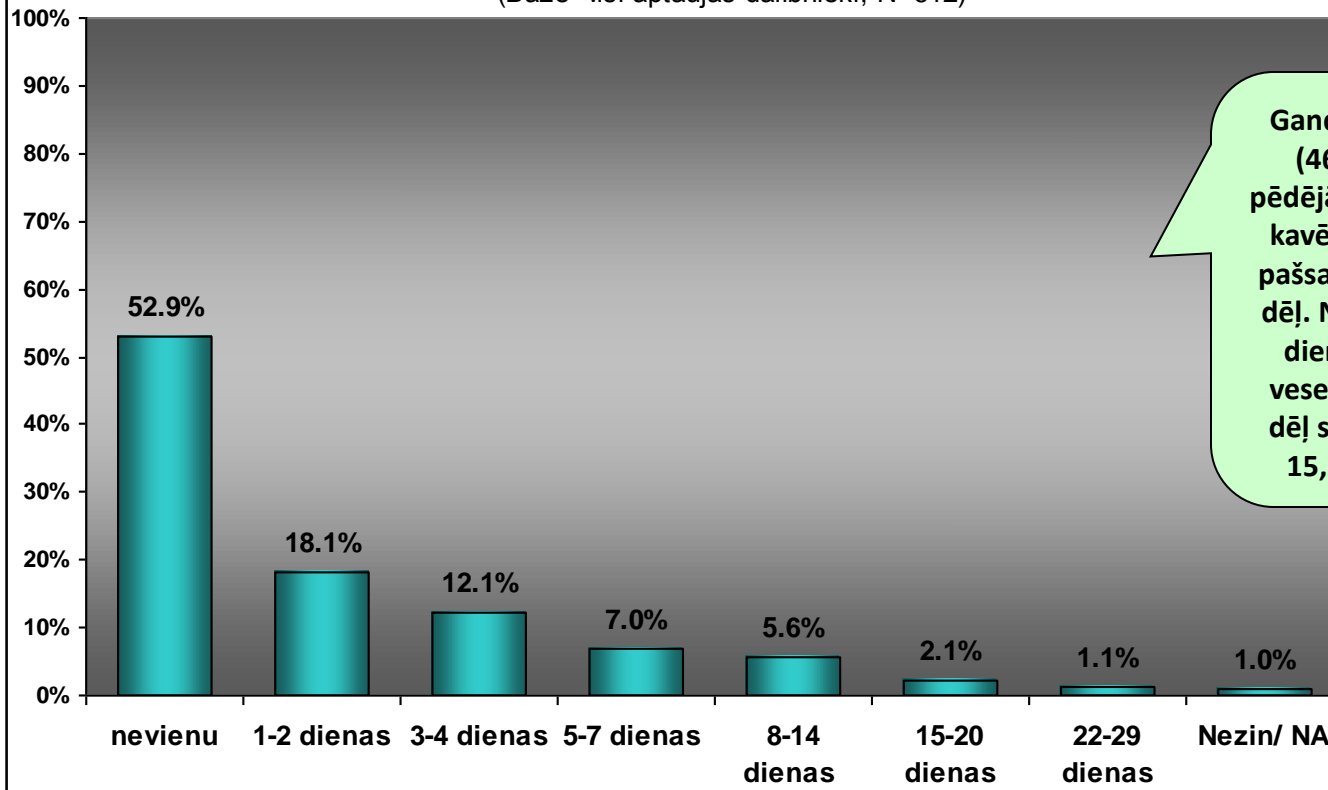
(Bāze = 138 skolēni, kuriem ir ārsta diagnosticēta hroniska slimība)



Biežāk sastopamās hroniskās slimības skolēnu vidū ir alerģija, astma, gastrīts, bronhīts, skoleoze, celiakija.

Cik skolas dienu Tu esi kavējis (-usi) pēdējo 30 dienu laikā sliktas pašsajūtas/ veselības dēļ?

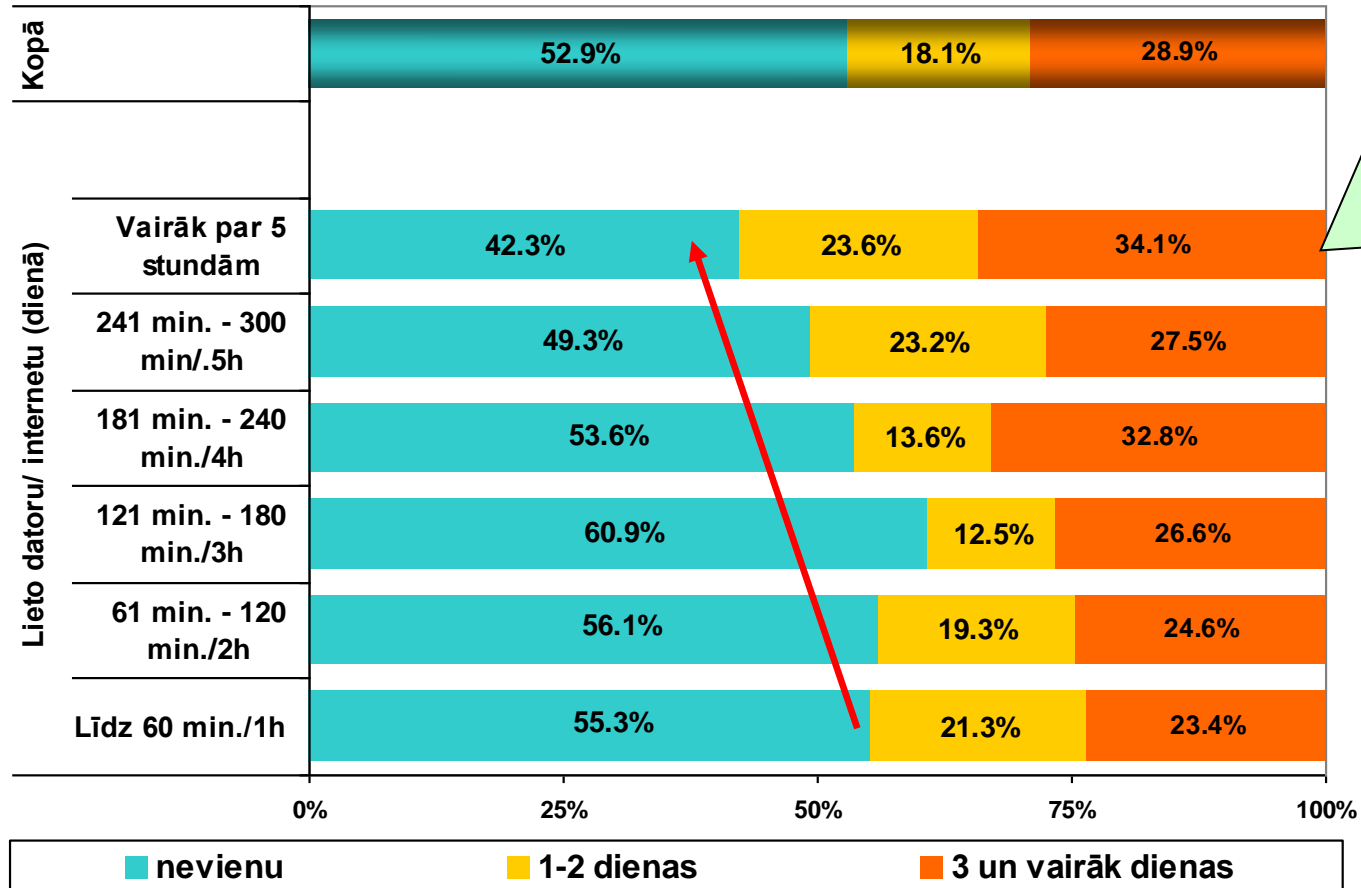
(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Gandrīz katrs otrais (46,1%) skolēns pēdējā mēneša laikā ir kavējis skolu sliktas pašsajūtas/ veselības dēļ. Nedēļu (5 skolas dienas) vai vairāk veselības problēmu dēļ skolu ir kavējuši 15,9% pusaudžu.

Cik skolas dienas ir kavētas sliktas pašsajūta/ veselības dēļ pēdējo 30 dienu laikā?

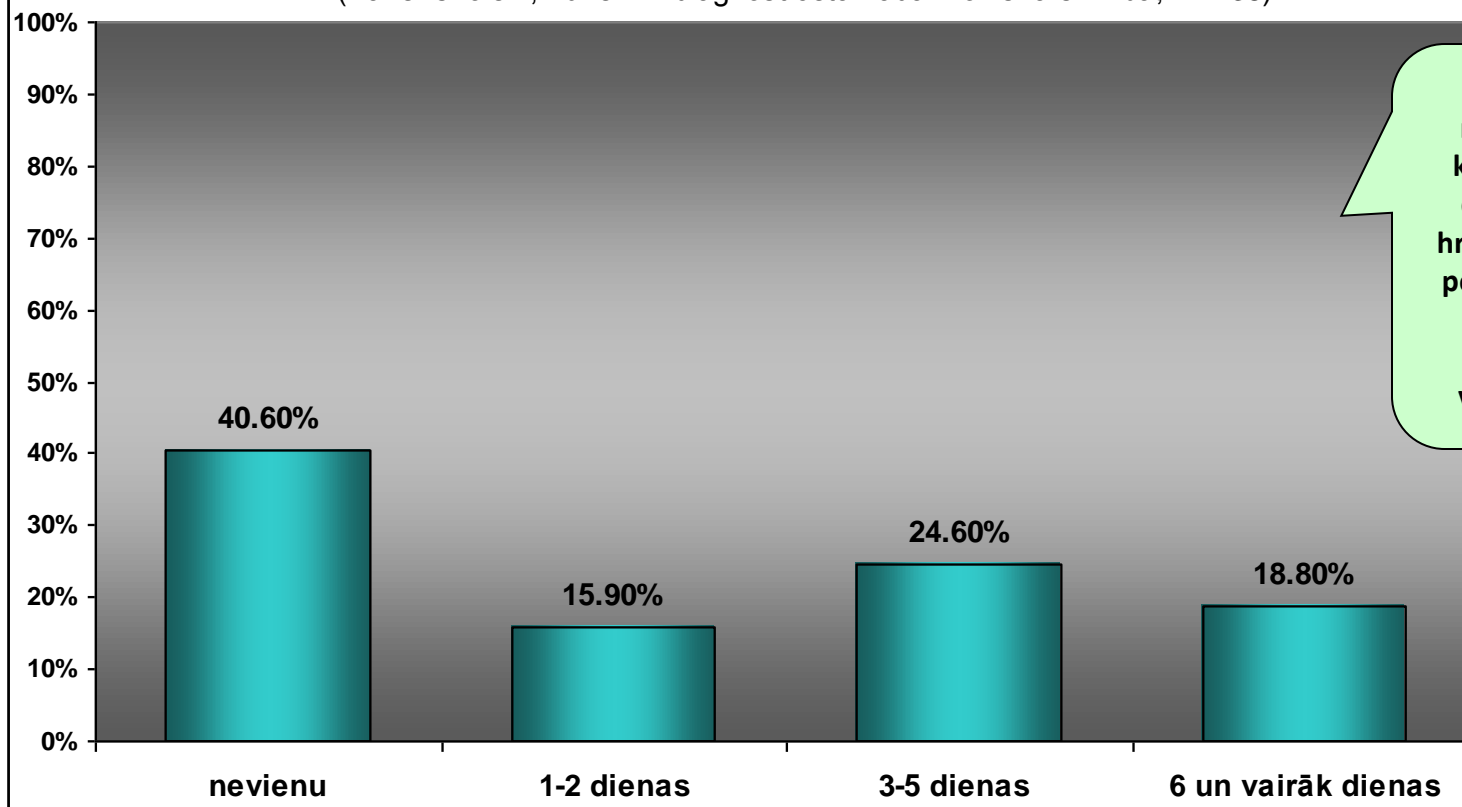
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Biežāk skolu veselības problēmu dēļ kavējuši tie pusaudži, kuri ikdienā pie datora vidēji pavada vairāk par 3 stundām.

Cik skolas dienu Tu esi kavējis (-usi) pēdējo 30 dienu laikā sliktas pašsajūtas/ veselības dēļ?

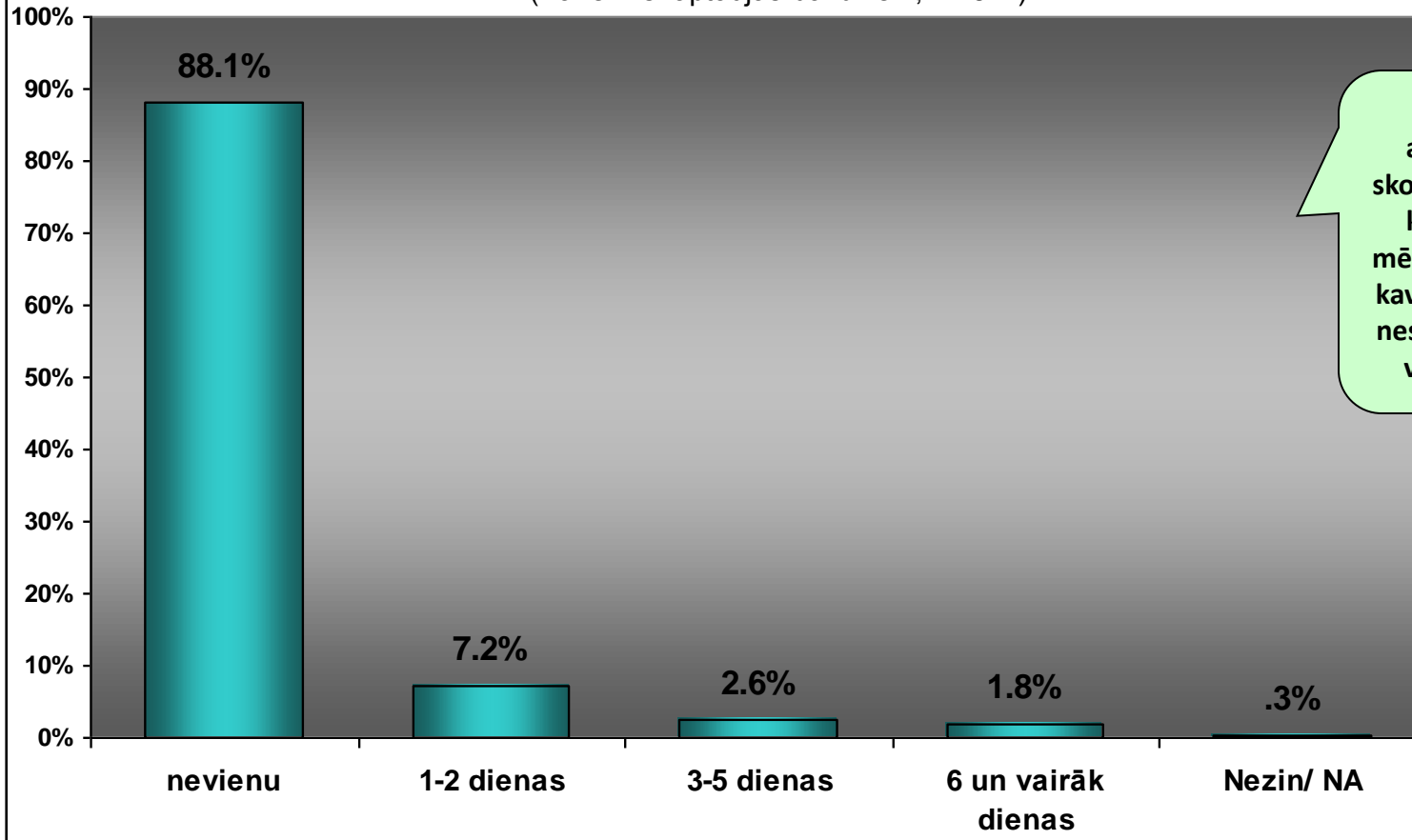
(Bāze=skolēni, kuriem ir diagnosticēta kāda hroniska slimība; N=138)



18,8% respondentu, kuriem ir ārsta diagnosticēta hroniska slimība, pēdējo 30 dienu laikā skolu ir kavējuši 6 un vairāk dienas.

Cik skolas dienu Tu esi kavējis (-usi) pēdējo 30 dienu laikā, nesakot par to vecākiem (aizbildņiem)?

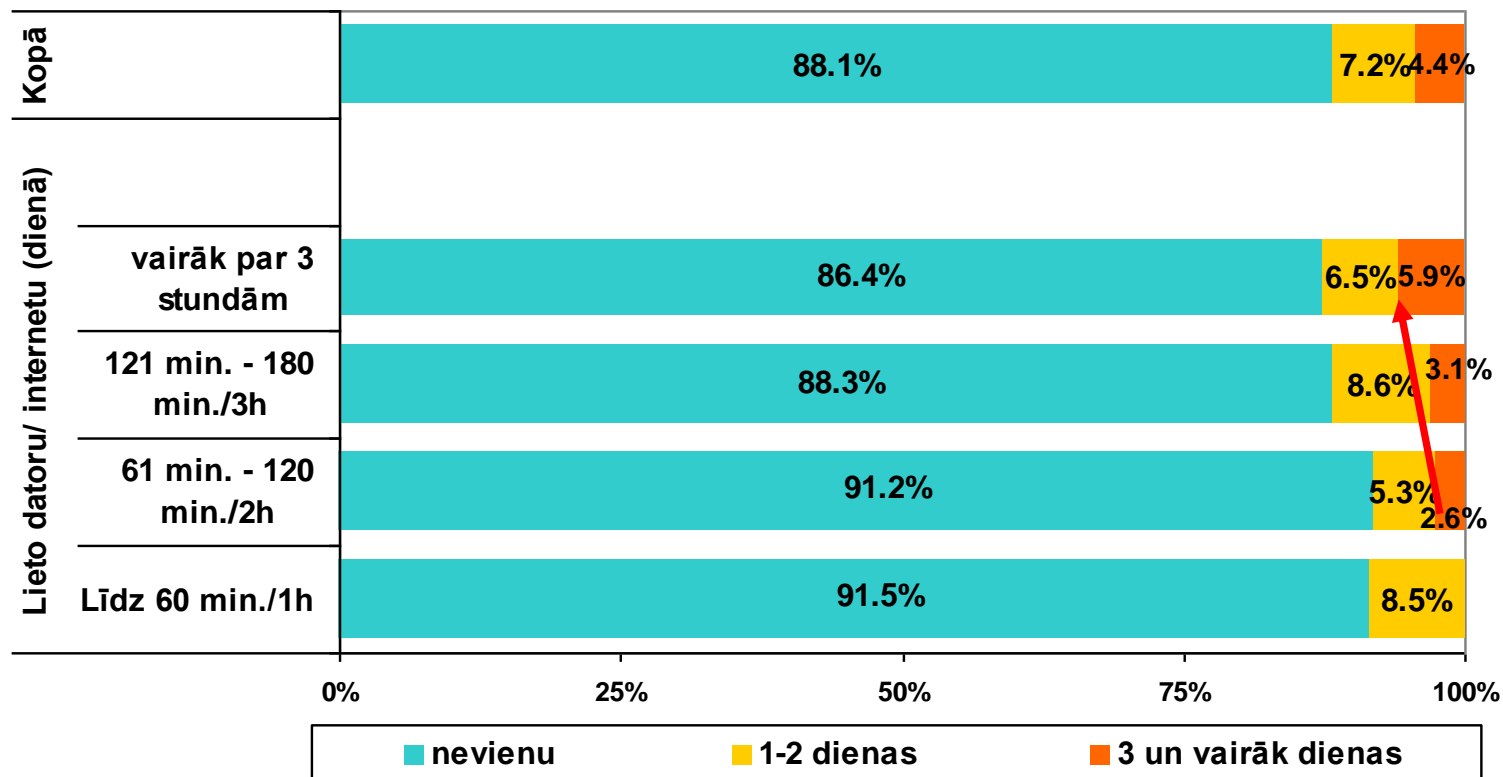
(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



11,6% aptaujāto skolēnu atzina, ka pēdējā mēneša laikā ir kavējuši skolu, nesakot par to vecākiem.

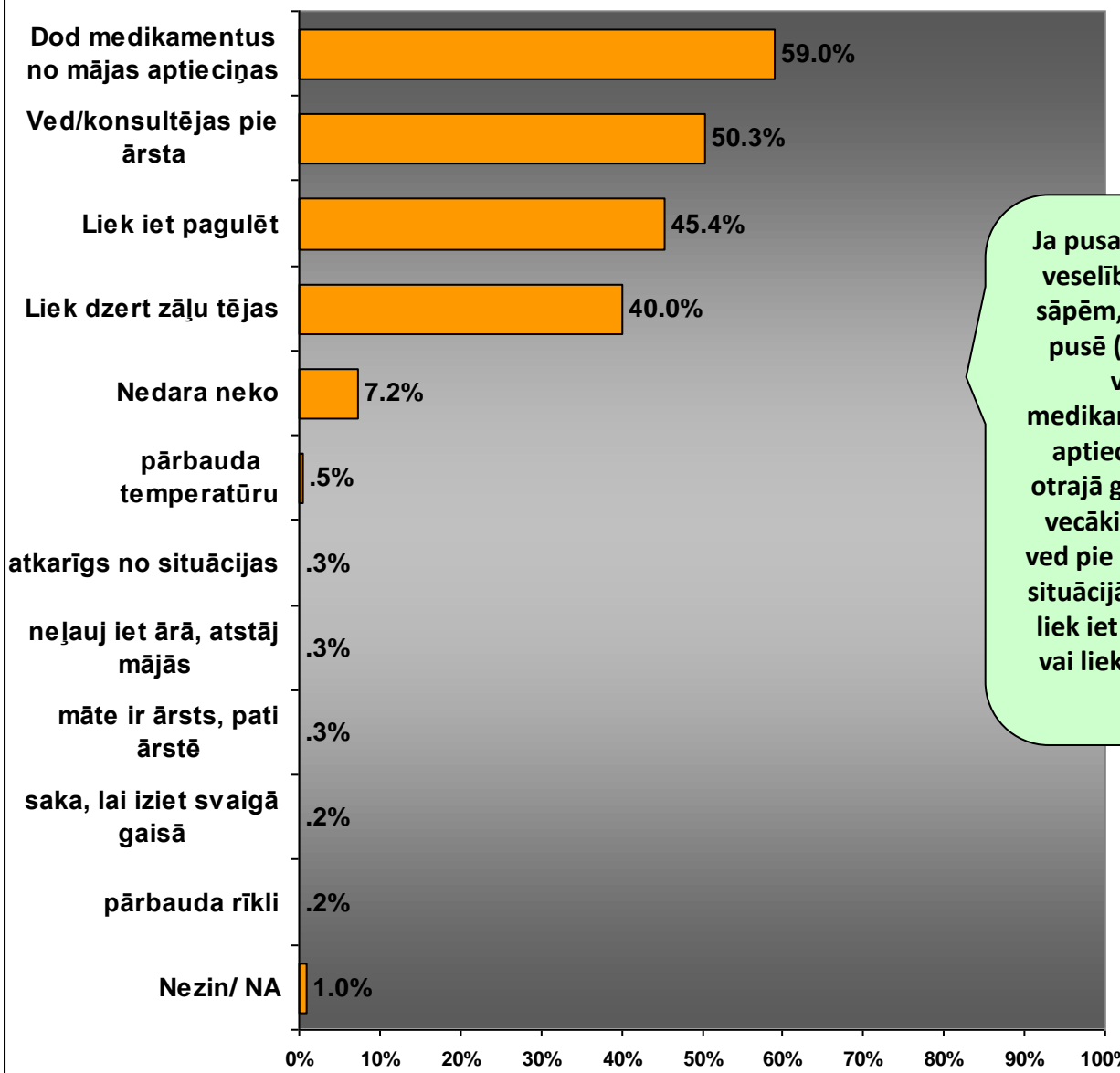
Cik skolas dienas pēdējo 30 dienu laikā ir kavētas nesakot par to vecākiem/ aizbildņiem?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kā Tavi vecāki (aizbildņi) rīkojās pēdējā gada laikā gadījumos, kad Tu sūdzējies par veselības problēmām, sāpēm?

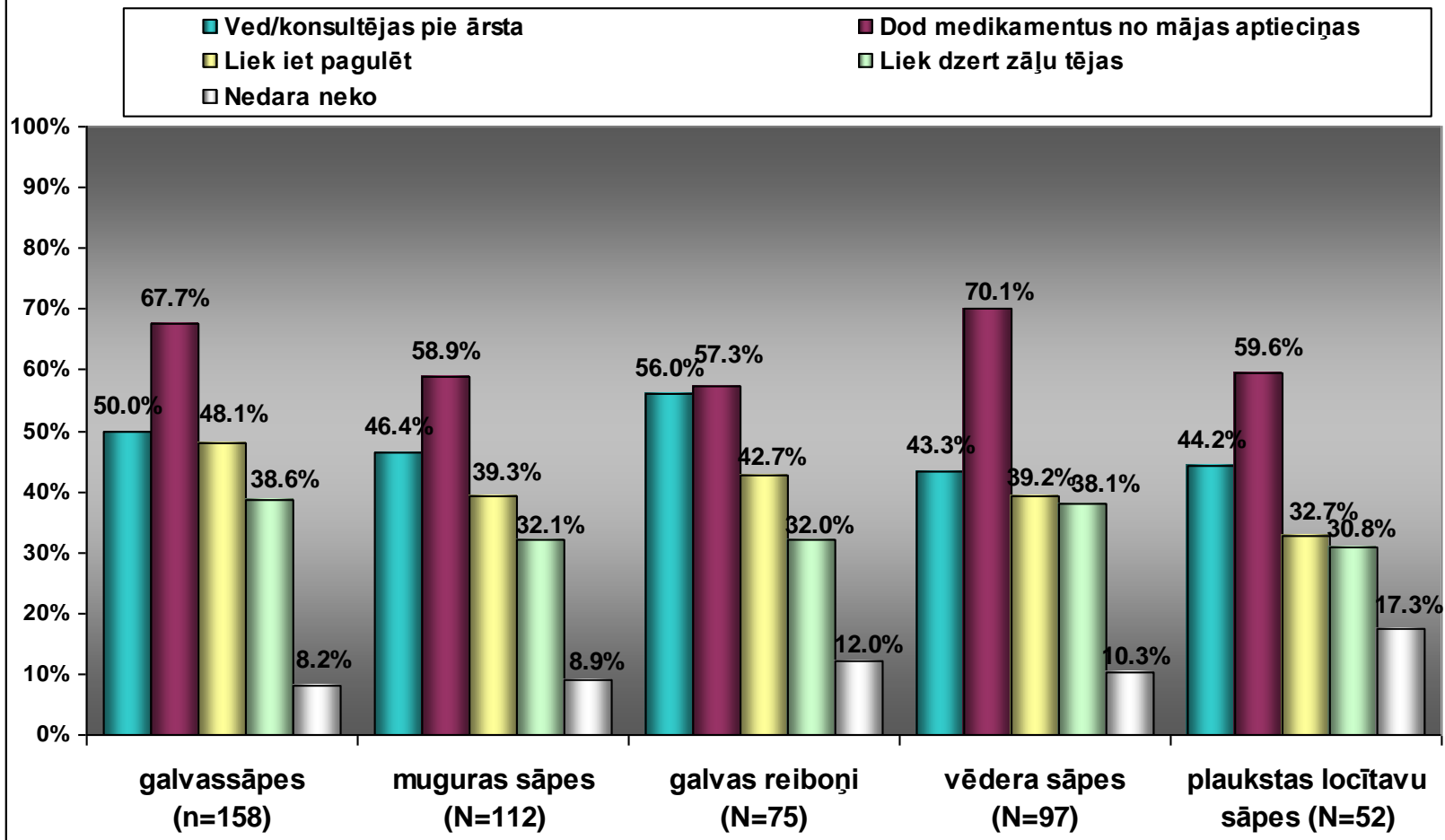
(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Ja pusaudzis sūdzas par veselības problēmām, sāpēm, tad vairāk nekā pusē (59%) gadījumu vecāki dod medikamentus no mājas aptieciņas, bet katrā otrajā gadījumā (50,3%) vecāki konsultējas vai ved pie ārsta. Bieži šādās situācijās vecāki bērnam liek iet pagulēt (45,4%) vai liek dzert zāļu tējas (40%).

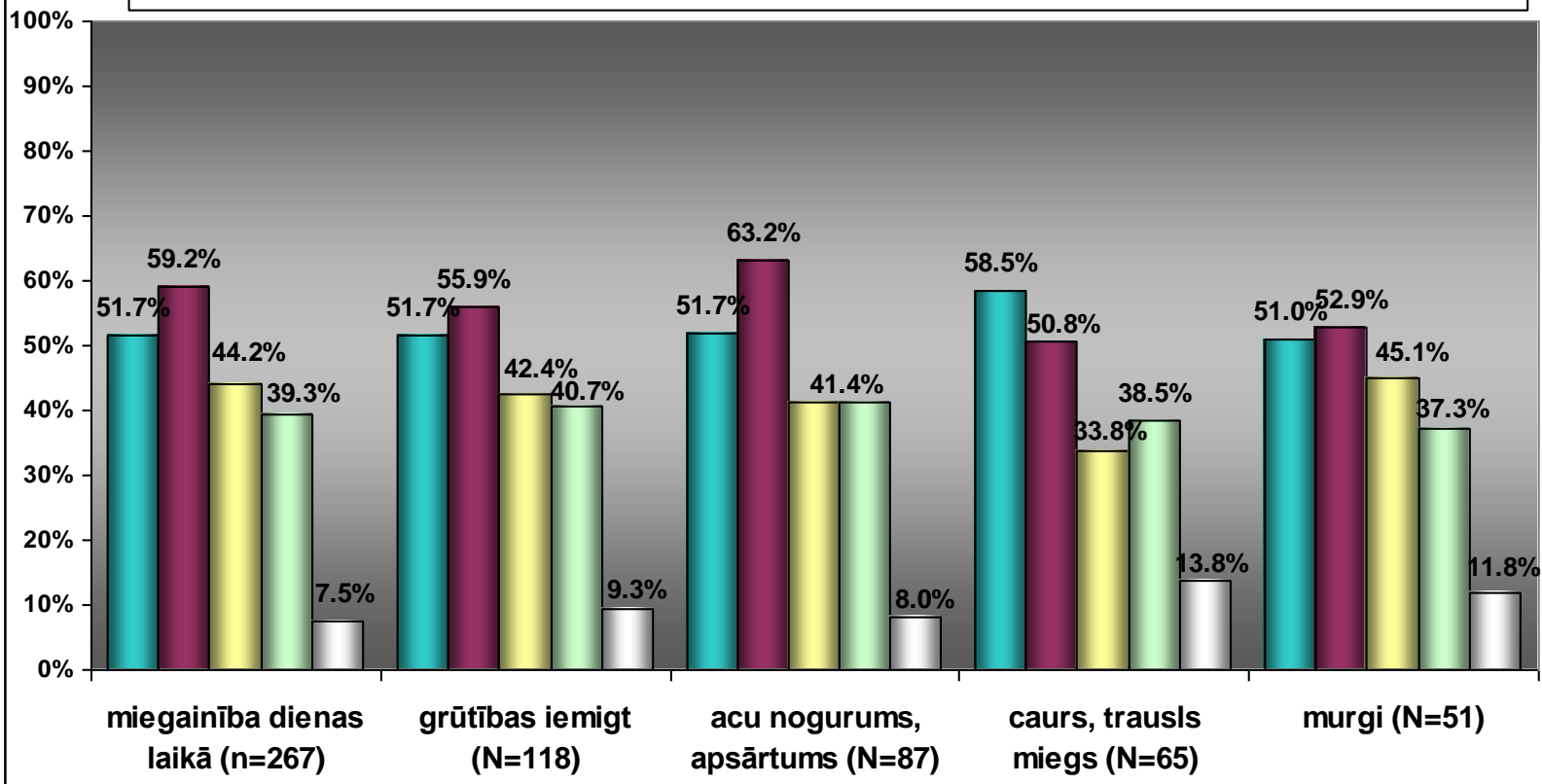
Kā rīkojas vecāki/ aizbildņi gadījumos, kad sūdzas par...?

(Bāze=respondenti, kuriem vismaz reizi nedēļā ir bijušas attiecīgās sūdzības)



Kā rīkojas vecāki/ aizbildņi gadījumos, kad sūdzas par...?

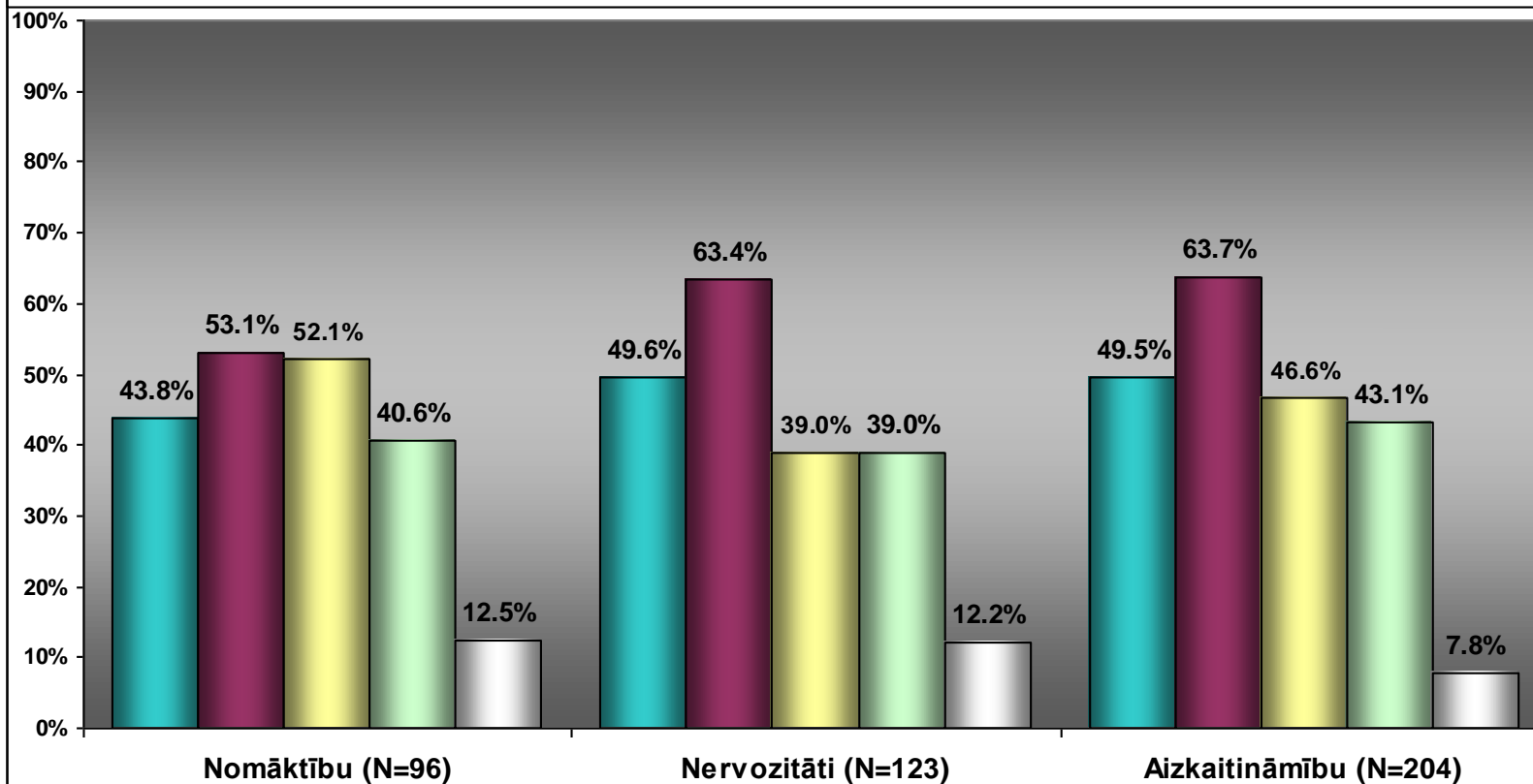
(Bāze=respondenti, kuriem vismaz reizi nedēļā ir bijušas attiecīgās sūdzības)



Kā rīkojas vecāki/ aizbildņi gadījumos, kad sūdzas par...?

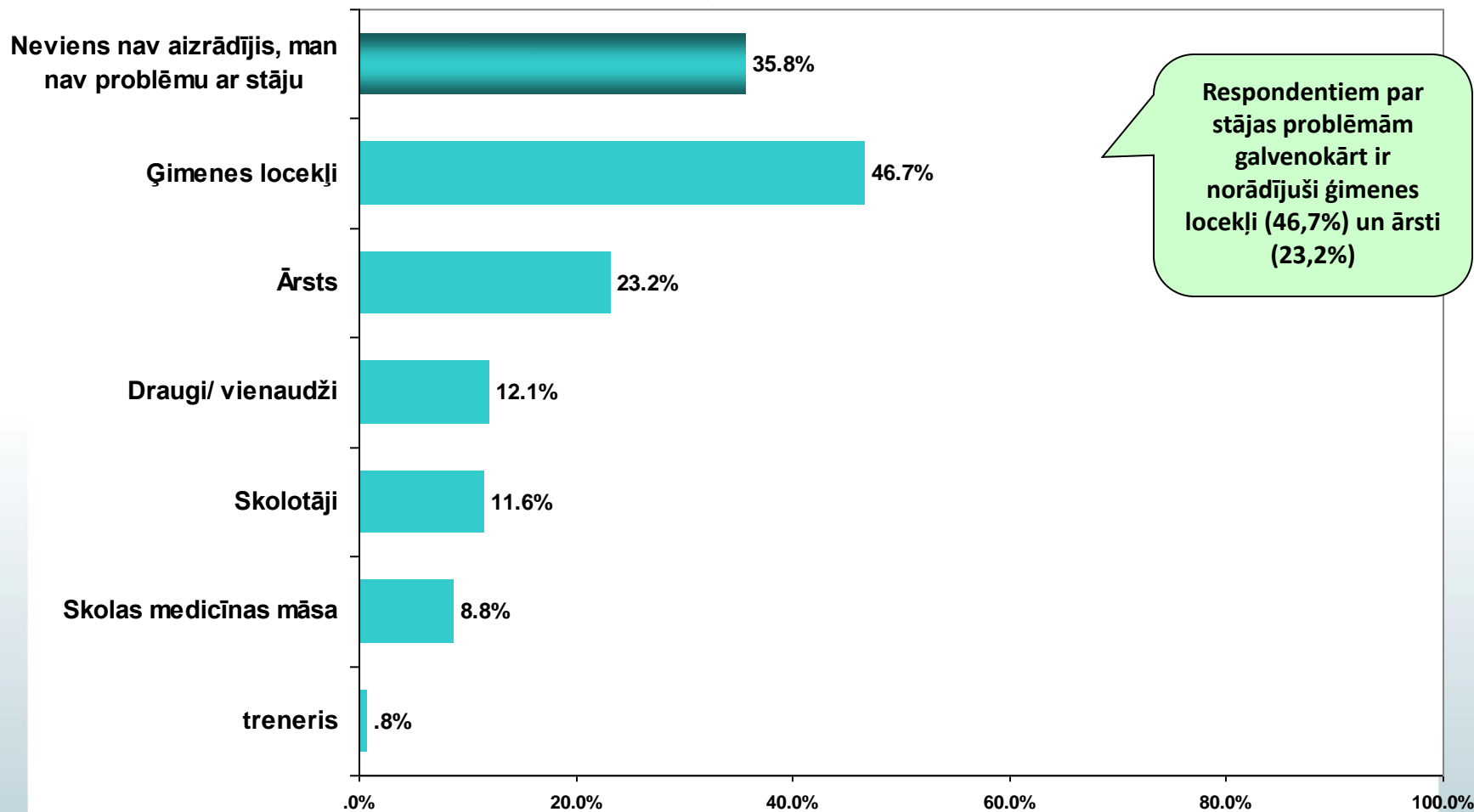
(Bāze=respondenti, kuriem vismaz reizi nedēļā ir bijušas attiecīgās sūdzības)

■ Ved/konsultējas pie ārsta ■ Dod medikamentus no mājas aptieciņas ■ Liek iet pagulēt ■ Liek dzert zāļu tējas ■ Ned:



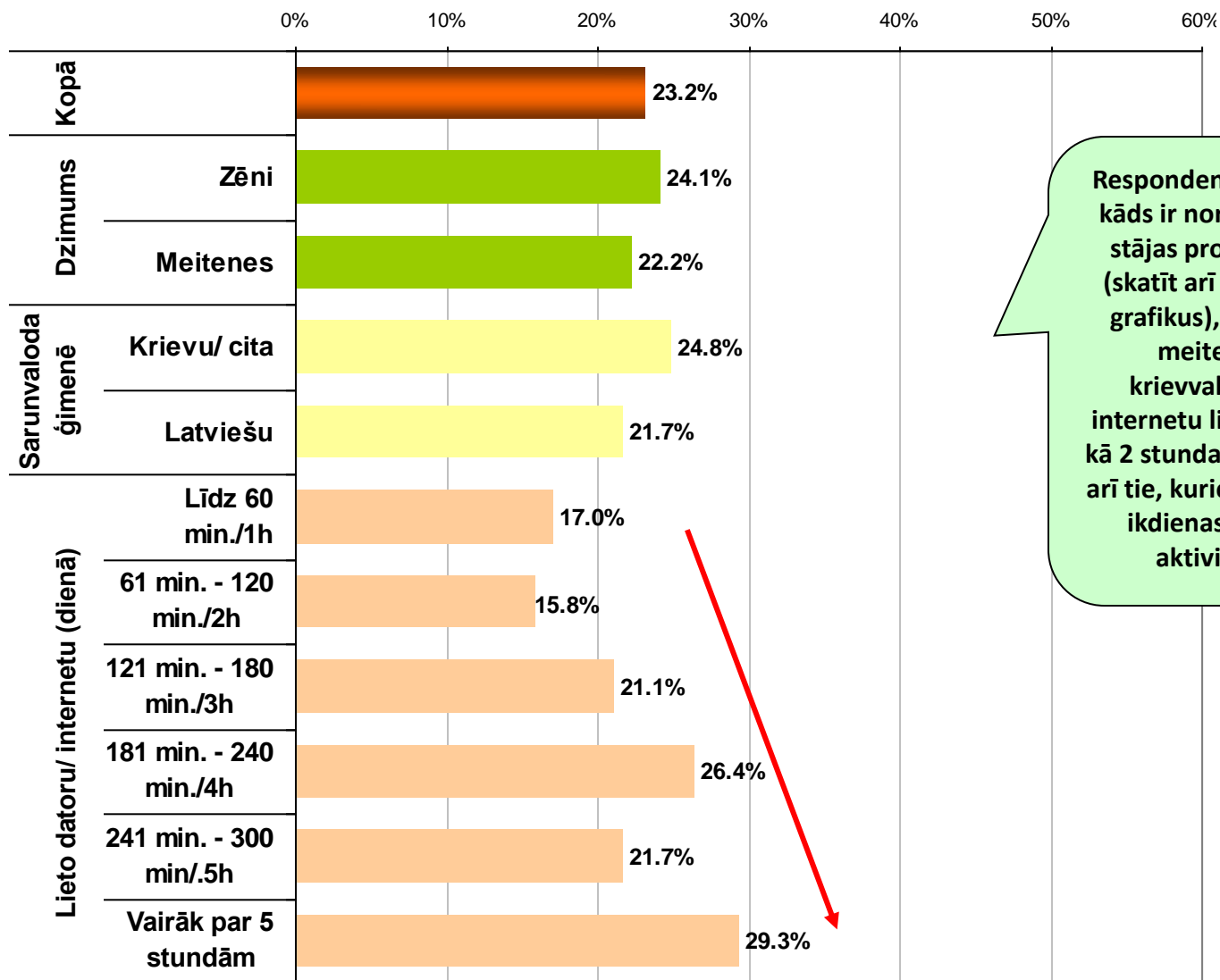
Vai kāds pēdējā gada laikā ir Tev norādījis/ teicis, ka Tev ir stājas problēmas, jātur taisnu muguru?

(Bāze=visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Ārsts ir norādījis, ka man ir stājas problēmas, jātur taisnu muguru

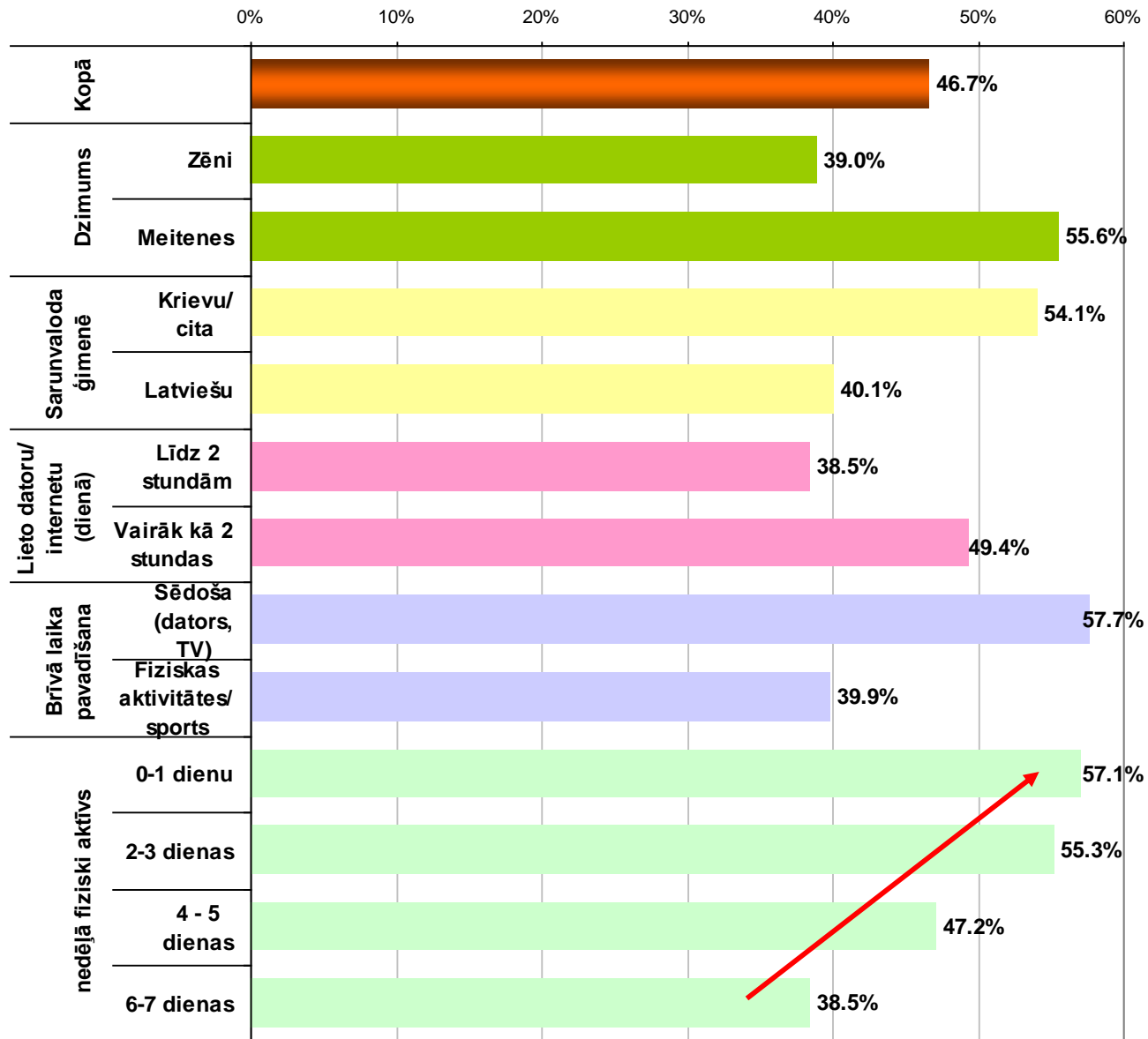
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Respondenti, kuriem kāds ir norādījis par stājas problēmām (skatīt arī nākamos grafikus), vairāk ir meitenes, krievvalodīgie, internetu lieto vairāk kā 2 stundas dienā, kā arī tie, kuriem ir zema ikdienas fiziskā aktivitāte.

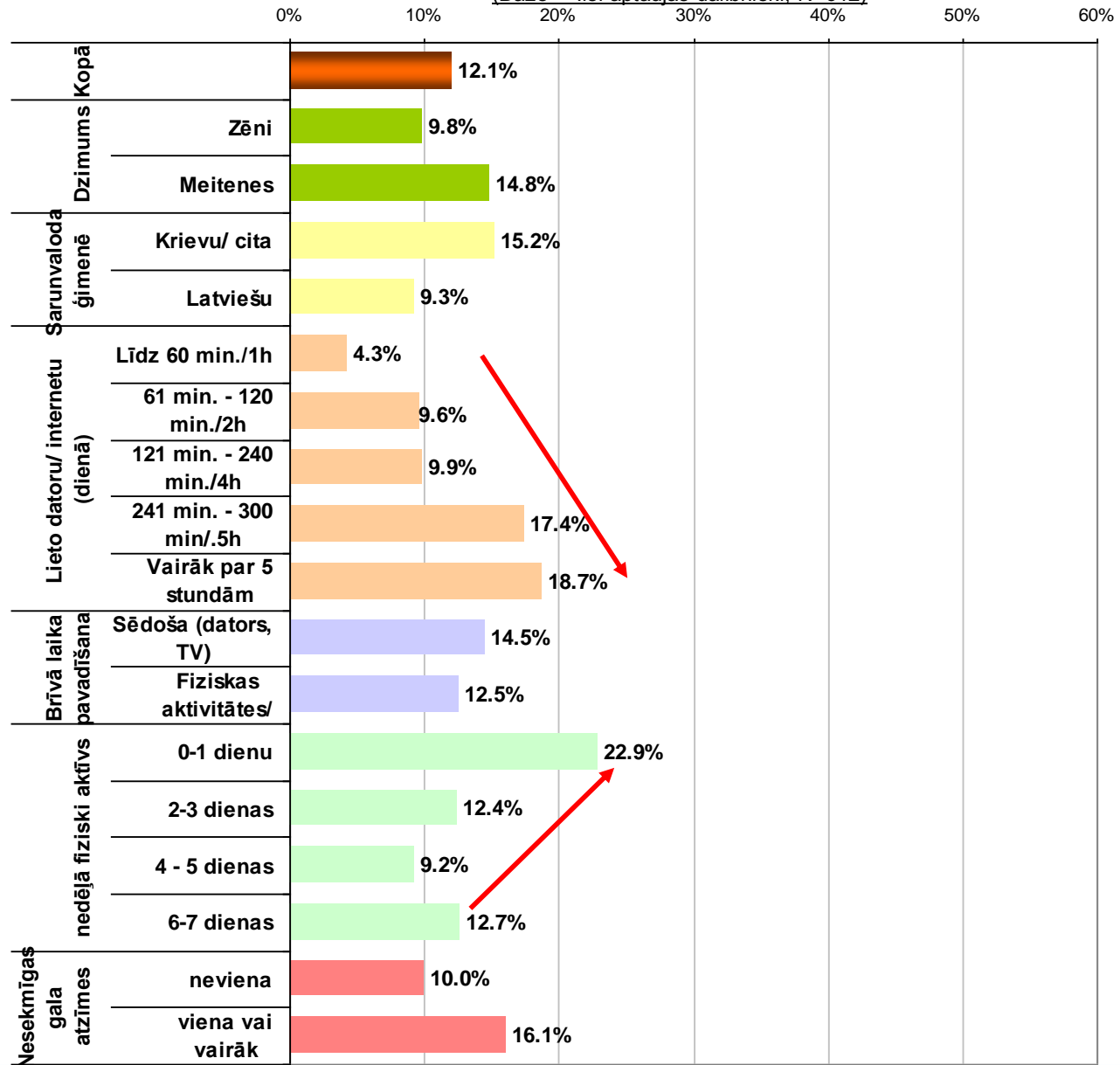
Kāds no ģimenes locekļiem ir norādījis, ka man ir stājas problēmas, jātur taisnu muguru

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



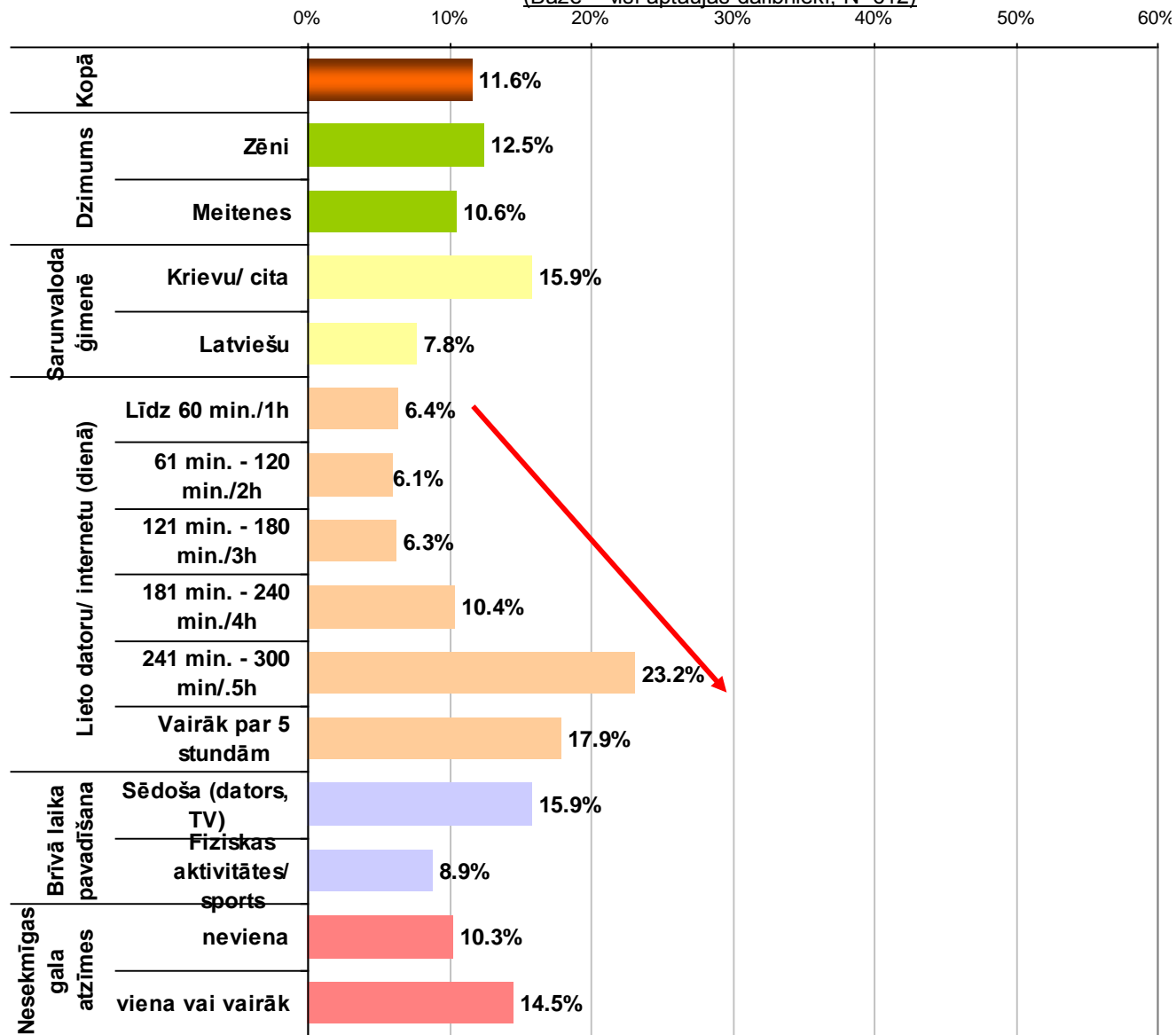
Kāds no draugiem/ vienaudžiem ir norādījis, ka man ir stājas problēmas, jātur taisnu muguru

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



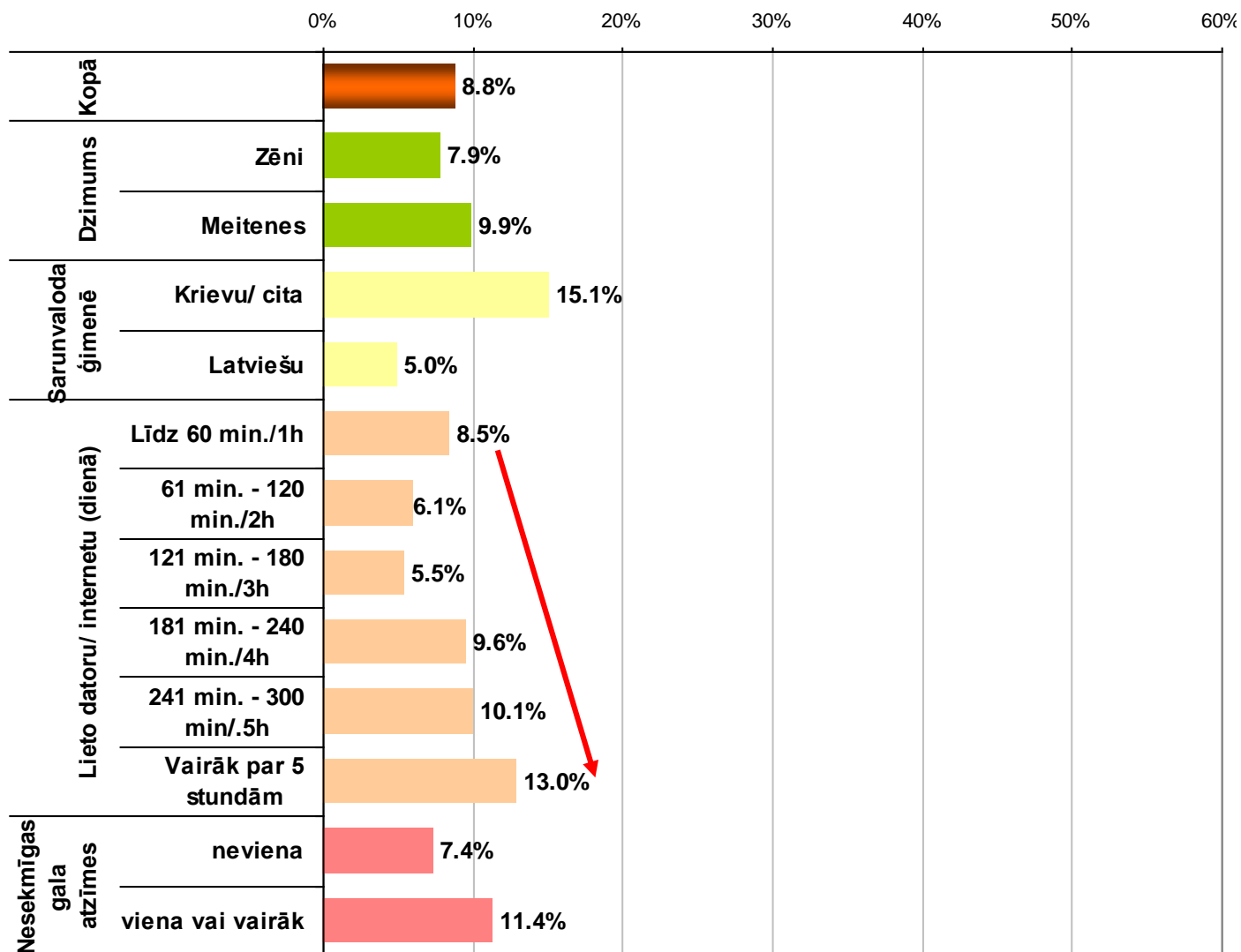
Kāds no skolotājiem ir norādījis/ teicis, ka man ir stājas problēmas, jātur taisnu muguru

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



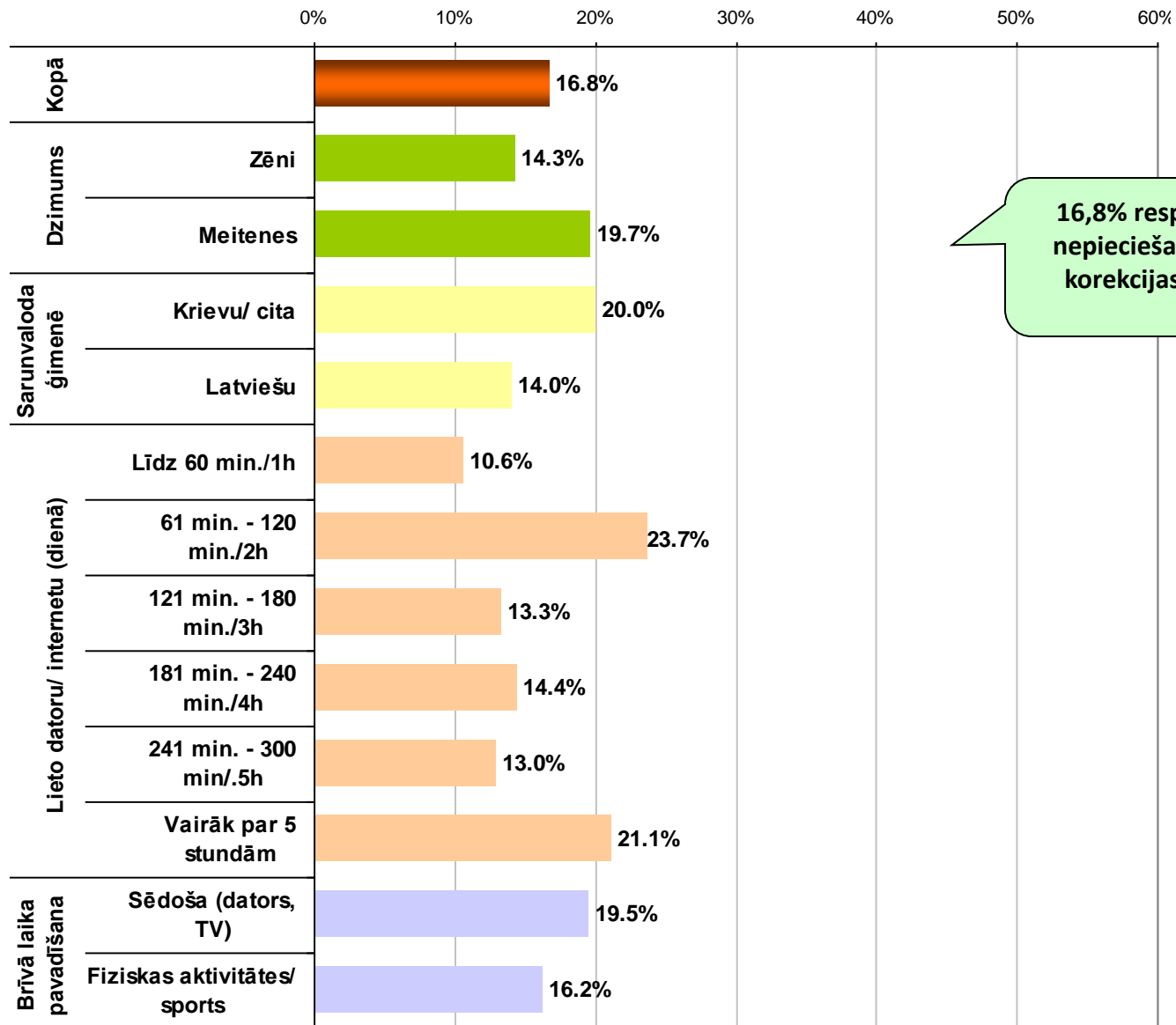
Skolas medmāsa ir norādījusi, ka man ir stājas problēmas, jātur taisnu muguru

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Valkā brilles vai lēcas redzes korekcijai

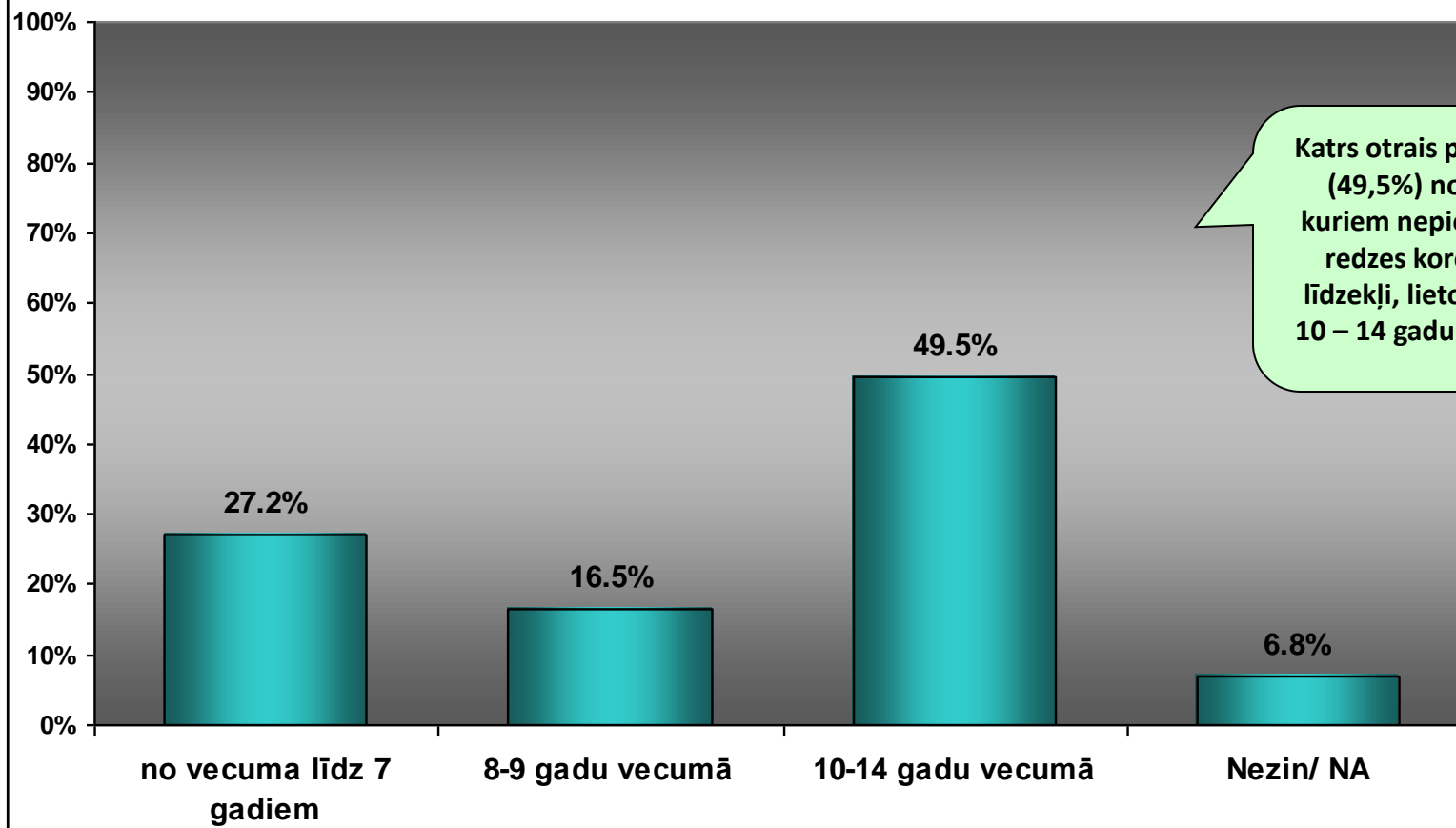
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



16,8% respondentu nepieciešami redzes korekcijas līdzekļi.

No kāda vecuma valkā brilles vai lēcas redzes korekcijai?

(Bāze=skolēni, kuri valkā brilles/ lēcas; N=103)

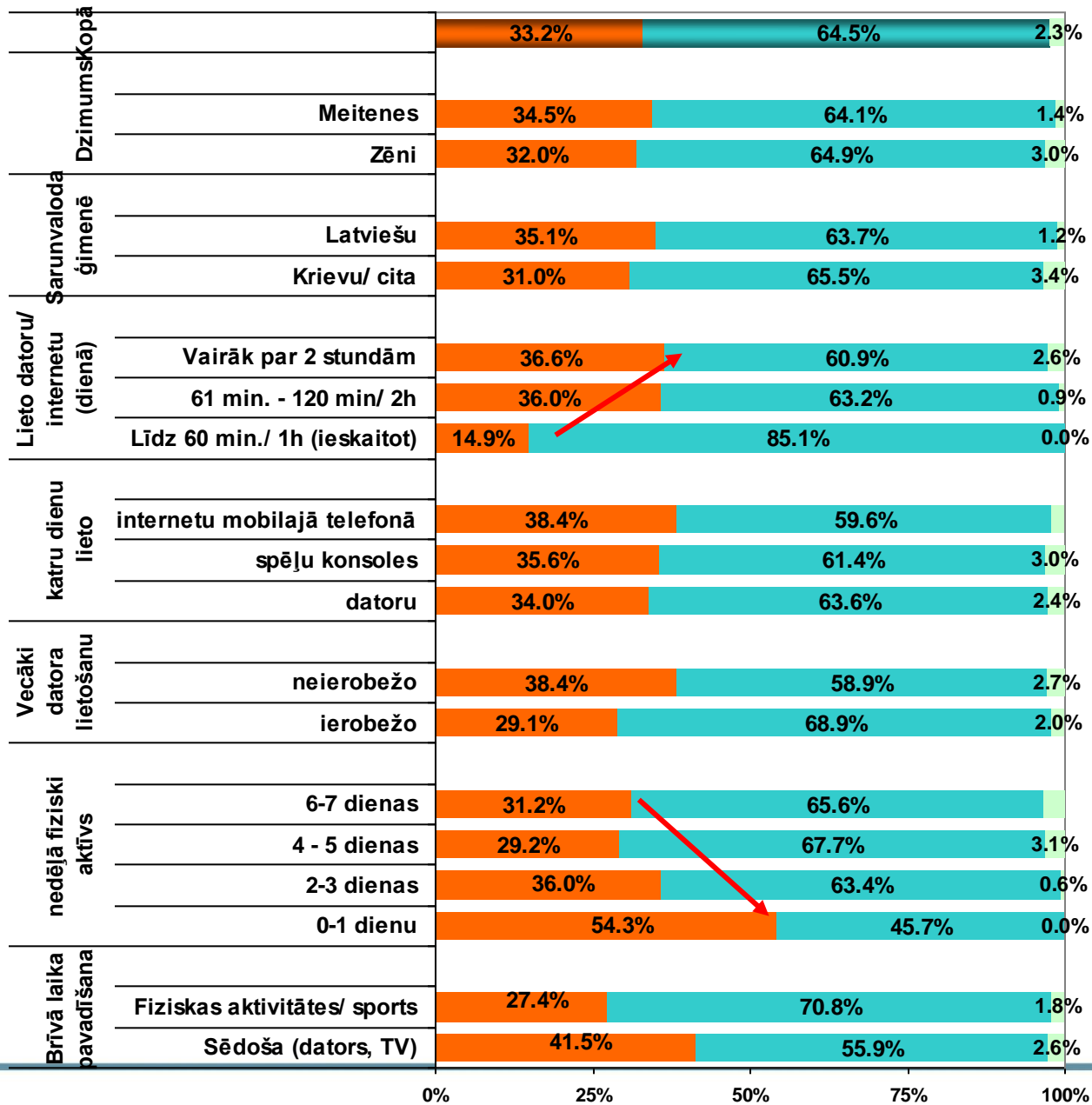


Katrs otrais pusaudzis (49,5%) no tiem, kuriem nepieciešami redzes korekcijas līdzekļi, lietot tos no 10 – 14 gadu vecuma.



Ikdienas miega ilgums

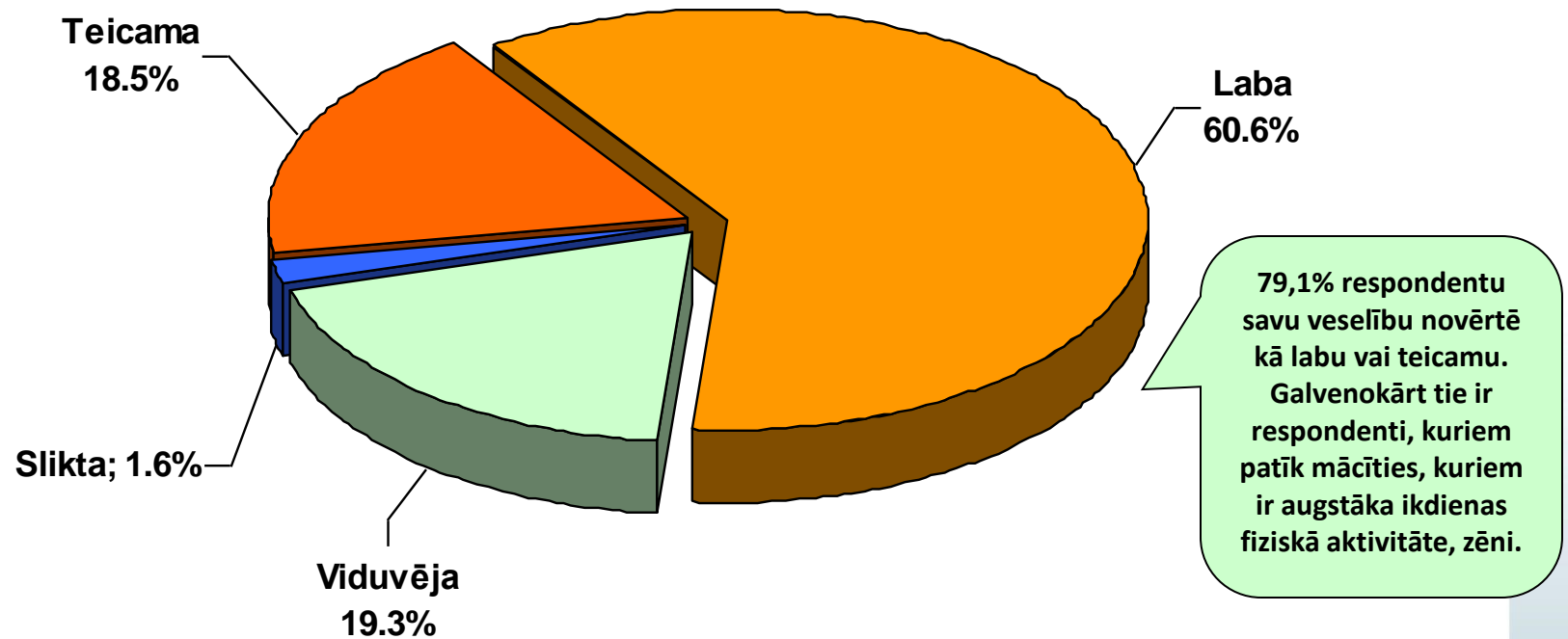
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



0% 25% 50% 75% 100%

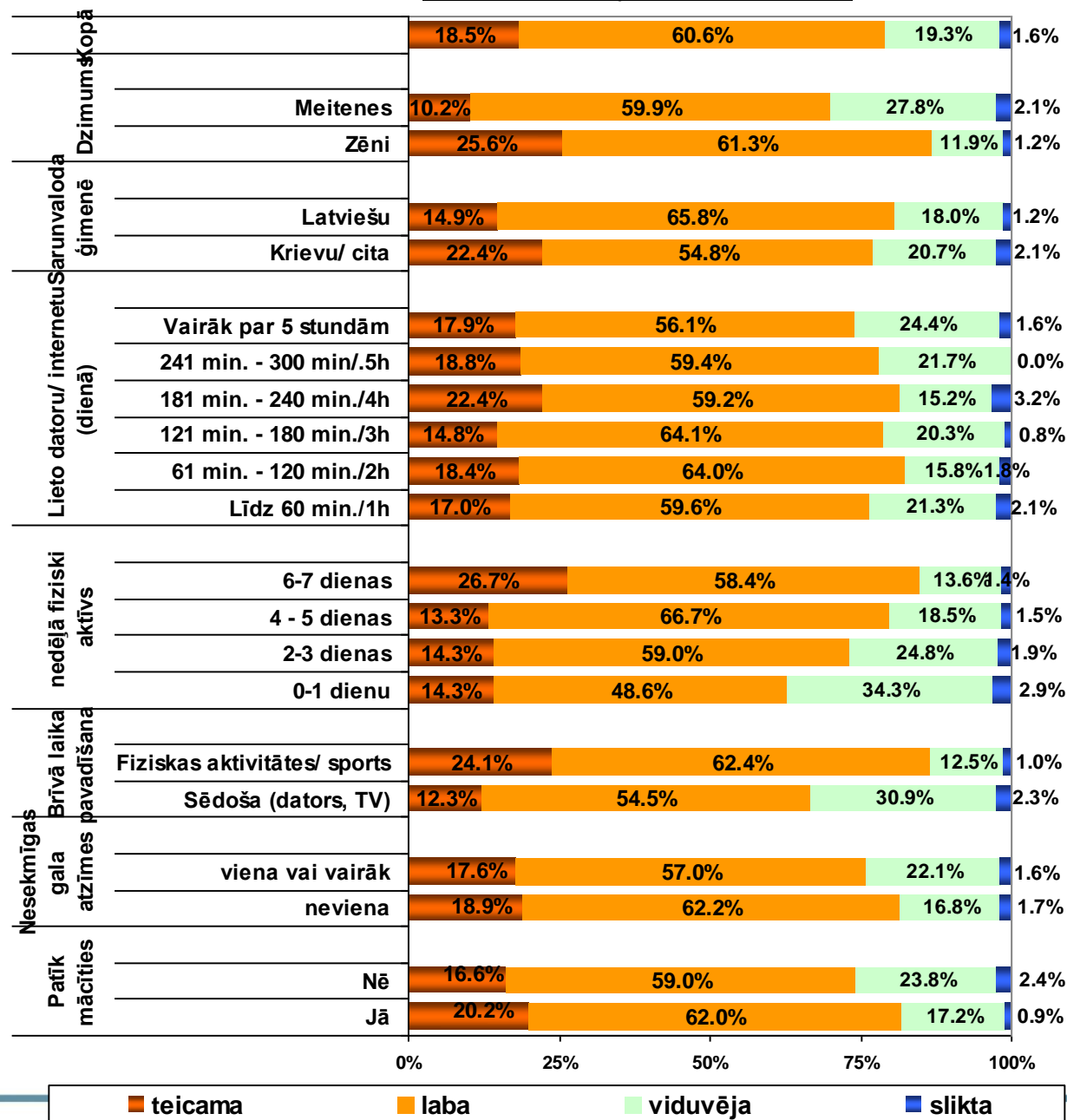
Kā Tu domā, kāda ir Tava veselība?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



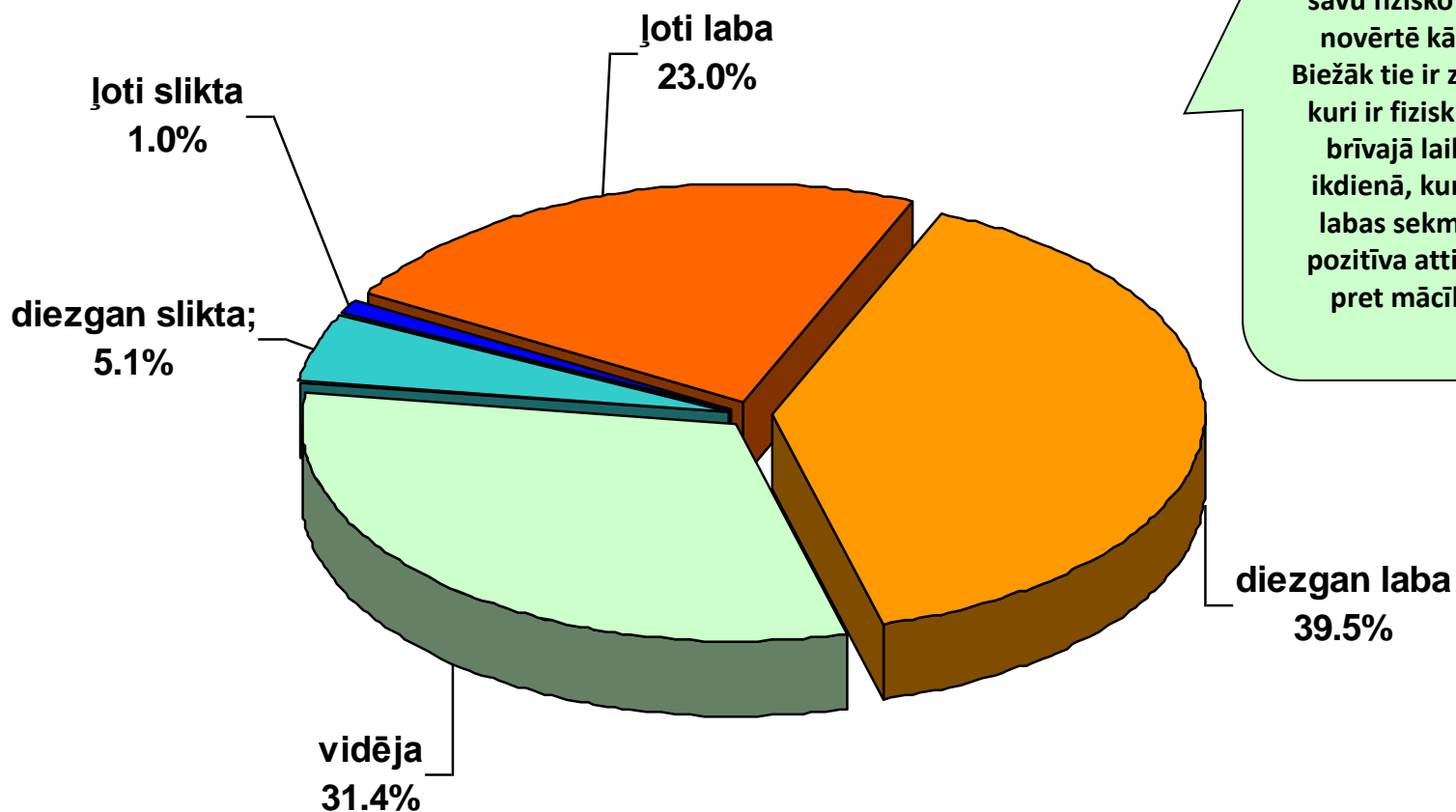
Kā Tu domā, kāda ir tava veselība?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Kā Tu vērtē savu fizisko formu?

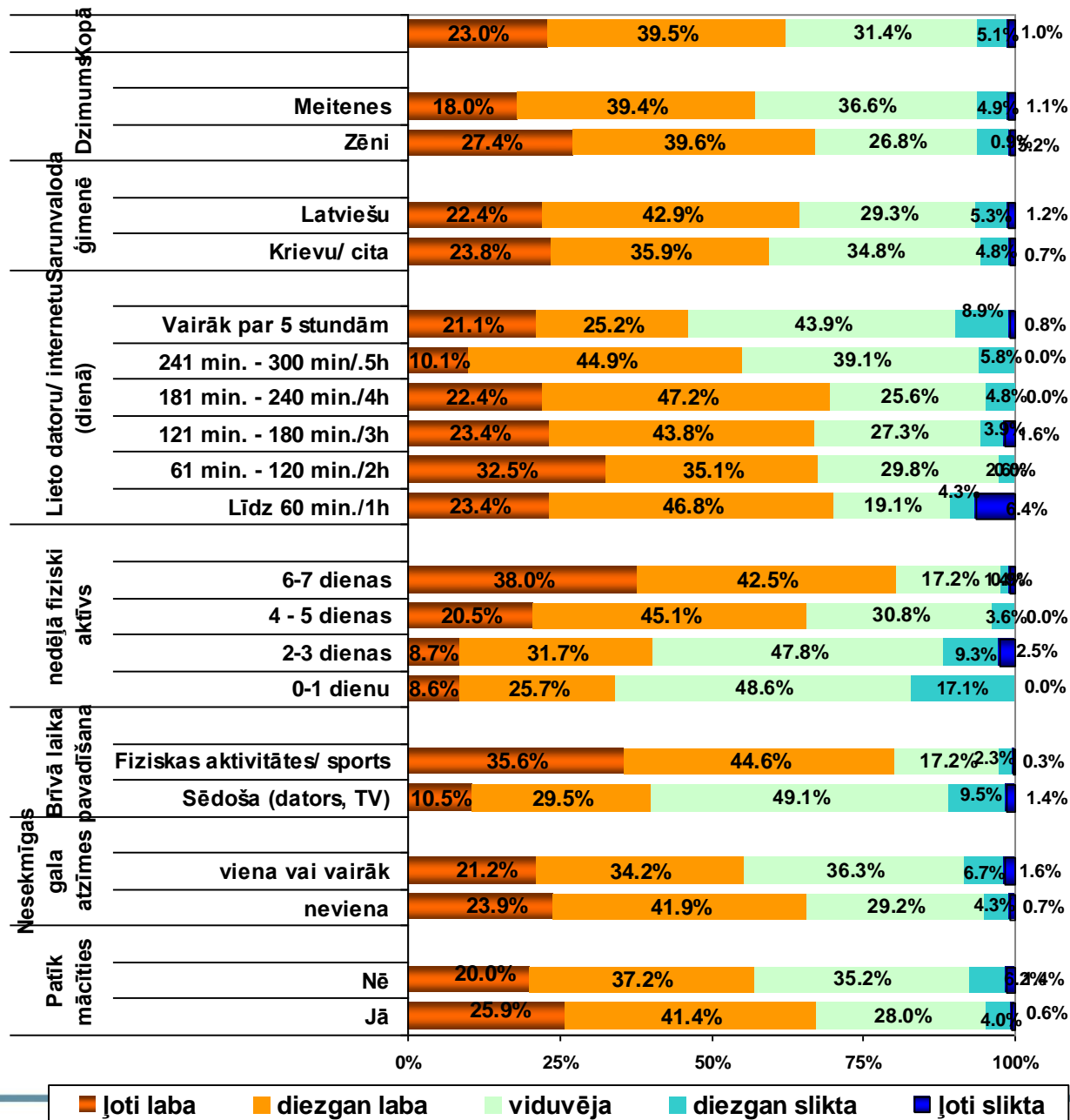
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



62,5% respondentu savu fizisko formu novērtē kā labu. Biežāk tie ir zēni, tie, kuri ir fiziski aktīvi brīvajā laikā un ikdienā, kuriem ir labas sekmes un pozitīva attieksme pret mācībām.

Kā Tu vērtē savu fizisko formu?

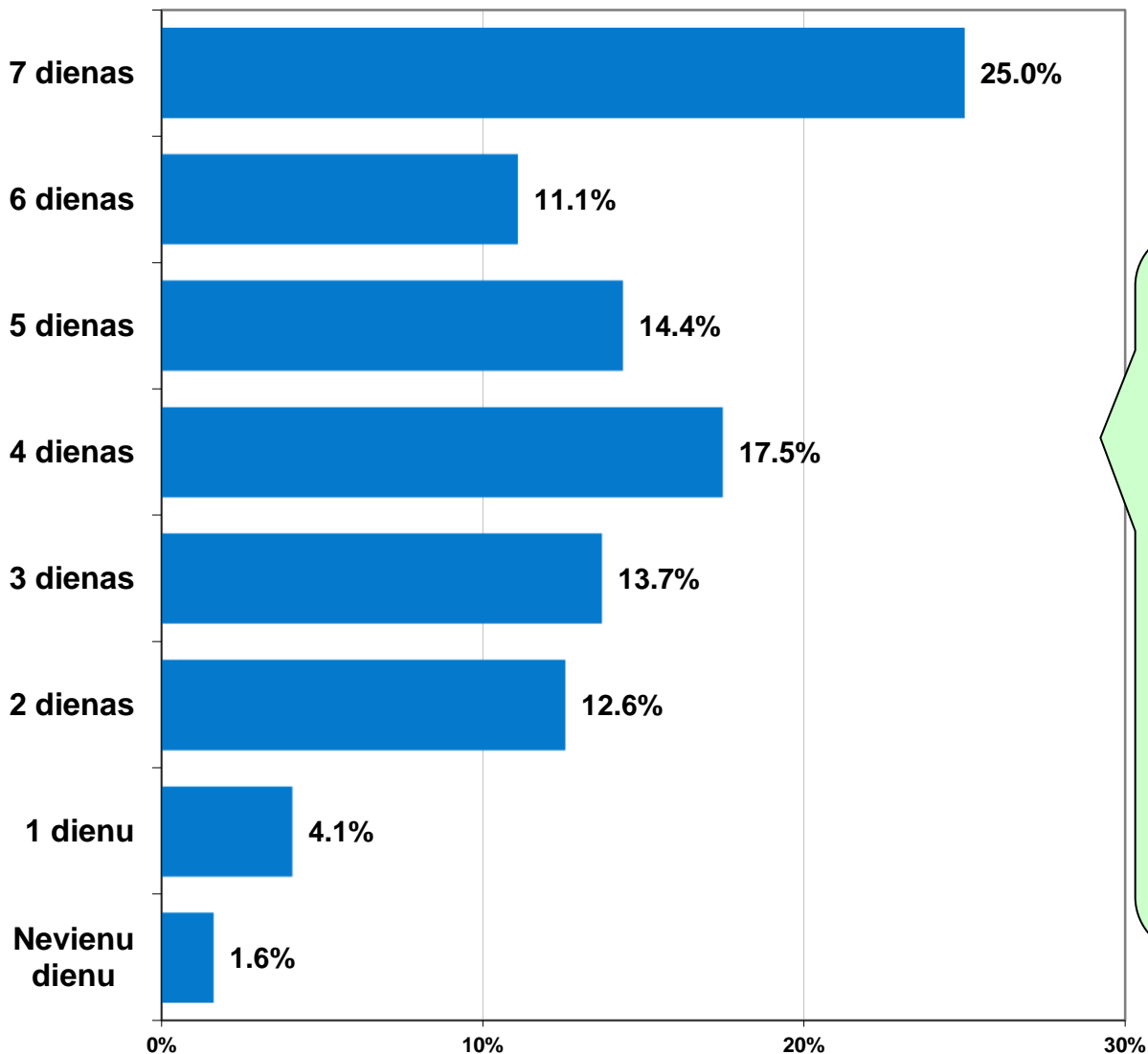
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



■ Īoti laba
 ■ diezgan laba
 ■ viduvēja
 ■ diezgan slikta
 ■ Īoti slikta

Cik dienas pēdējo 7 dienu laikā Tu esi bijis/ -usi fiziski aktīvs vismaz 60 minūtes dienā?

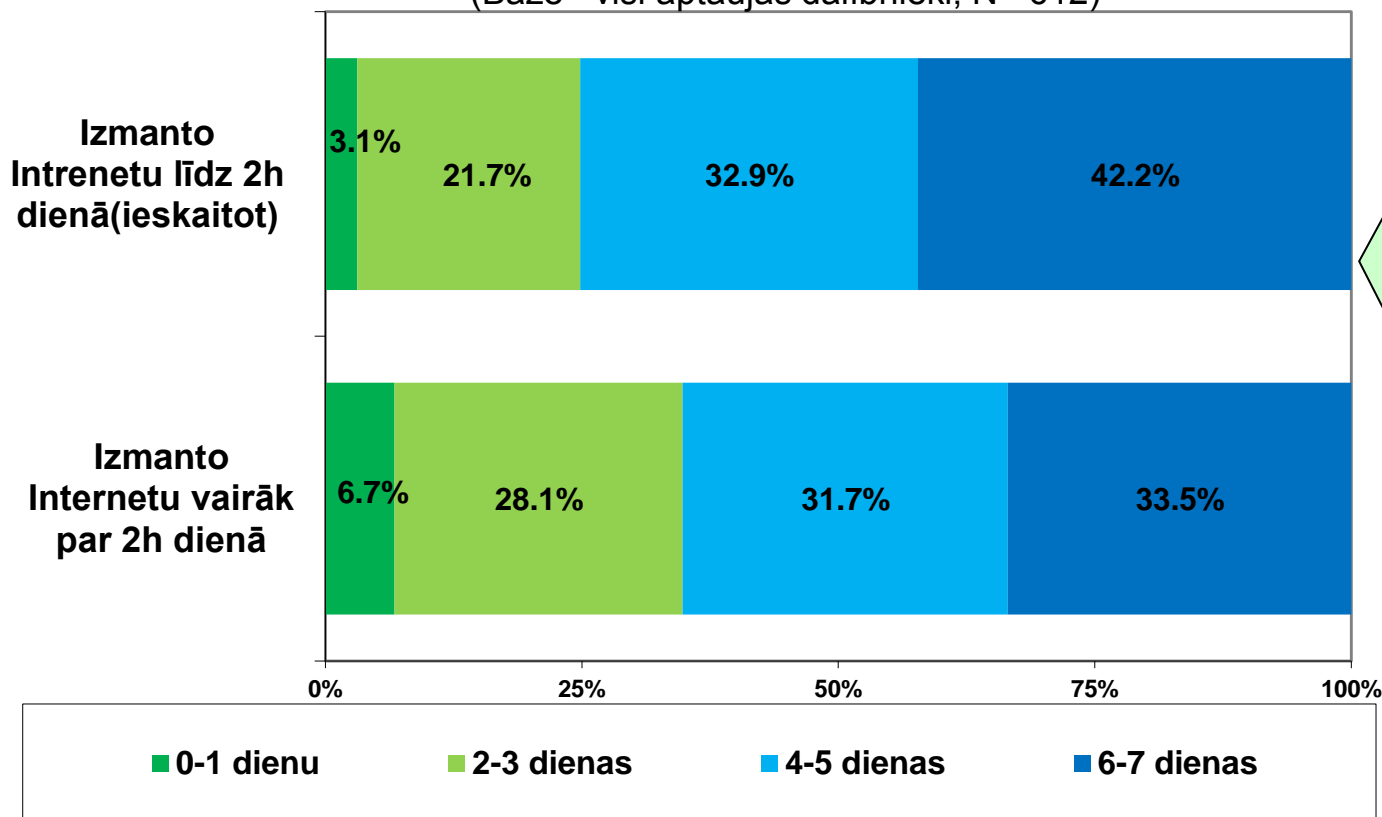
(Visi respondenti; N=612)



➤ Vairāk kā viena trešdaļa skolēnu fiziski aktīvi ir gandrīz katru dienu. Gandrīz katrs ceturtais skolēns fiziski aktīvs ir 4-5 dienas nedēļā. Nedaudz vairāk kā viena piektdaļa ir aktīvi 2-3 dienas nedēļā, savukārt 5,7% skolēnu fiziskā aktivitāte ir ļoti zema.

Cik dienas pēdējo 7 dienu laikā Tu esi bijis/ -usi fiziski aktīvs vismaz 60 minūtes dienā?

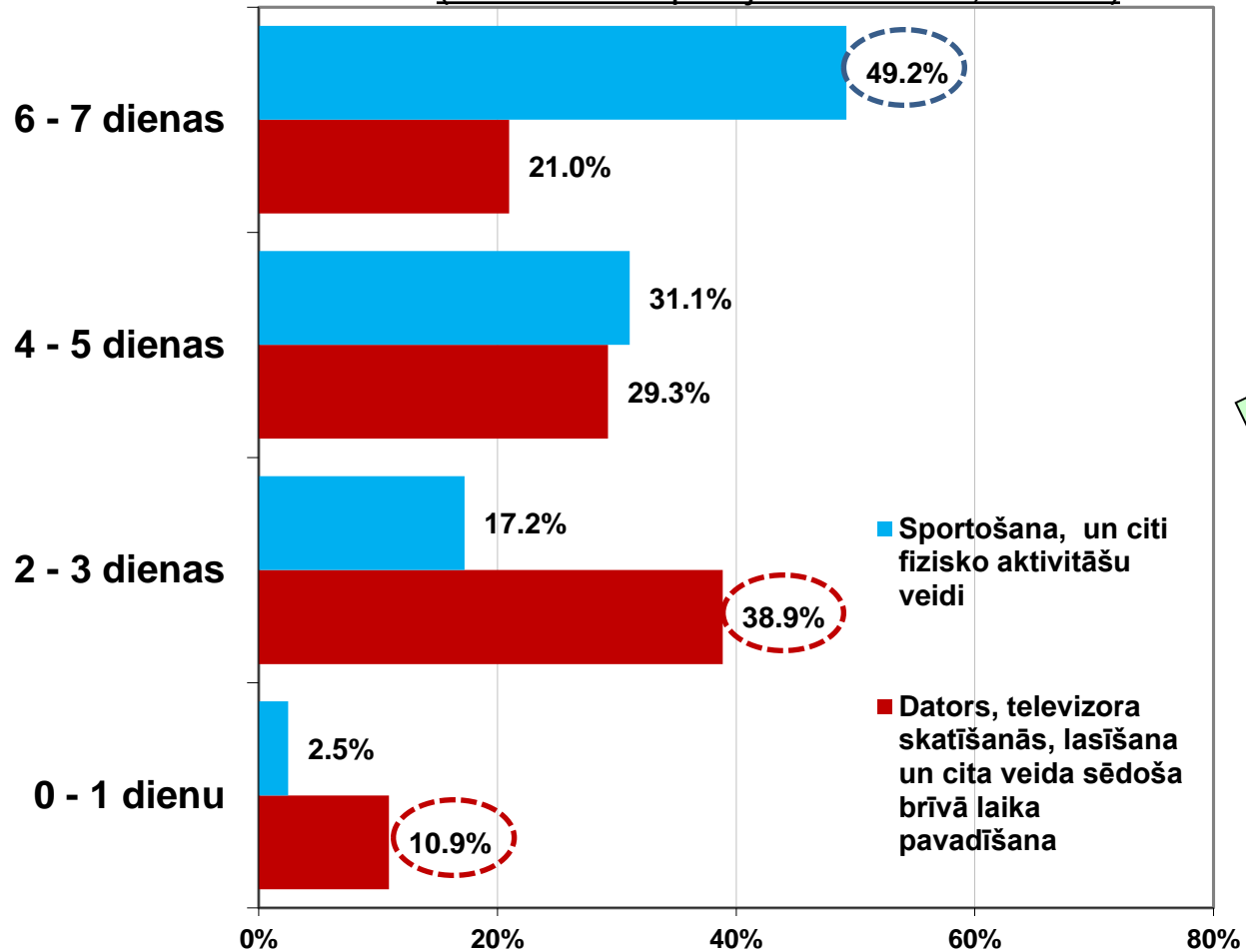
SKOLĒNU FIZISKO AKTIVITĀŠU BIEŽUMS ATKARĪBĀ NO INTERNETA LIETOŠANAS ILGUMA DIENĀ
(Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612)



➤ Tie skolēni, kas izmanto internetu līdz 2 h dienā ir bijuši fiziski aktīvāki vairākas dienas nedēļā, nekā tie jaunieši, kas internetu lieto vairāk par 2h dienā.

Cik dienas pēdējo 7 dienu laikā Tu esi bijis fiziski aktīvs vismaz 60 minūtes dienā?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

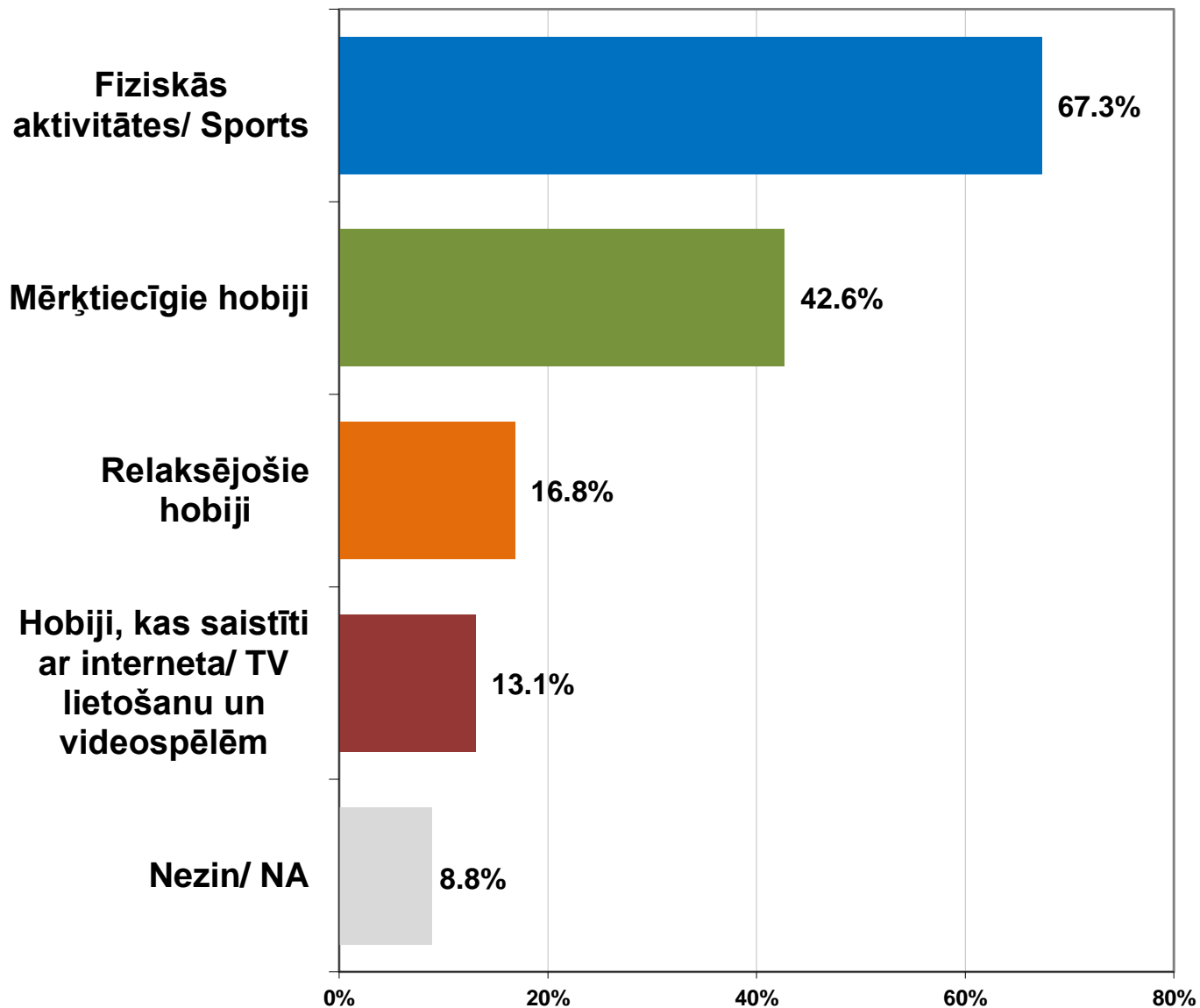


➤ Tie skolēni, kas brīvo laiku pavada pie datora un TV ir mazāk dienas nedēļā fiziski aktīvi .

4. Vaļasprieki/ hobiji

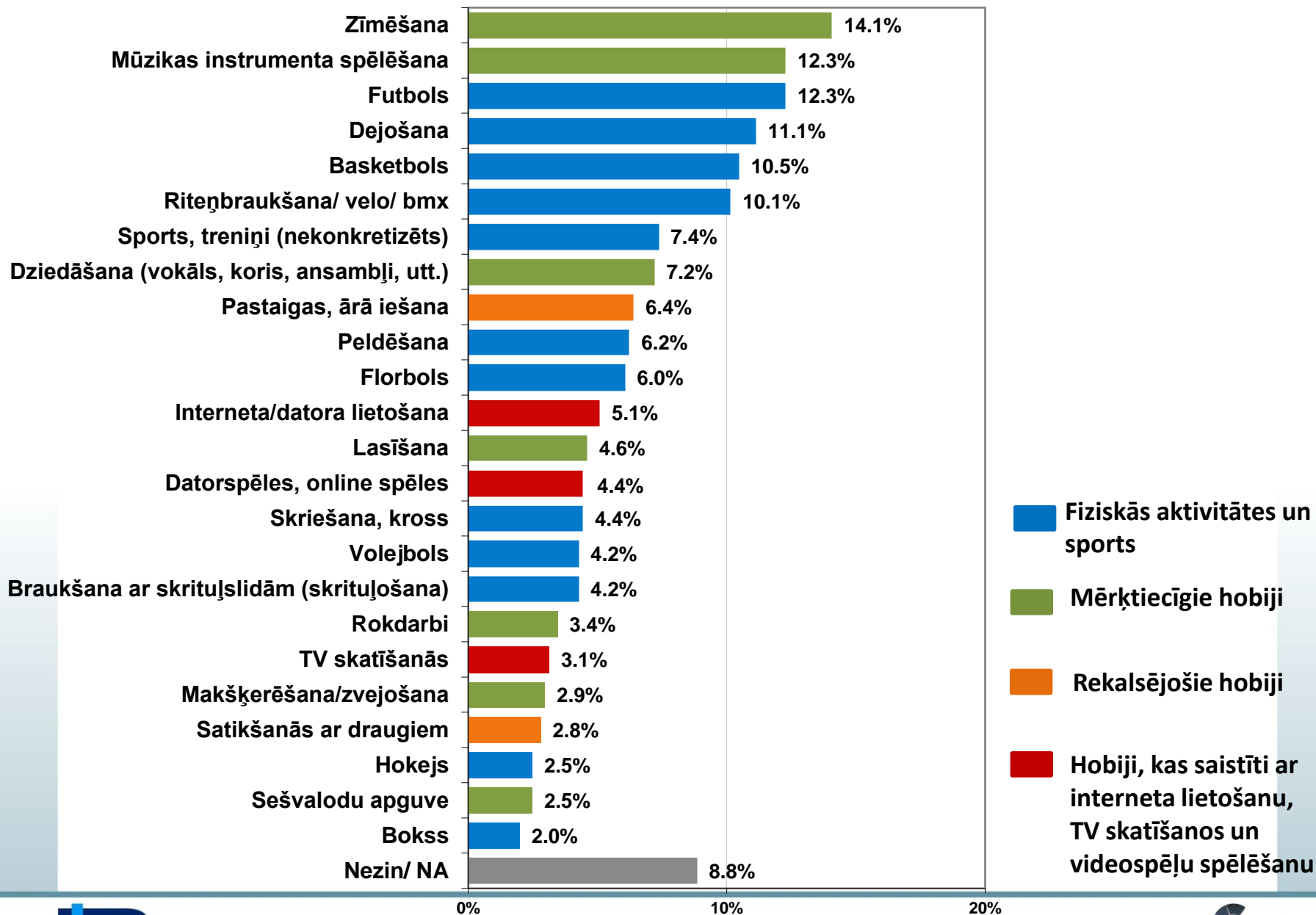
Kādi ir Tavi hobiji ?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Tagad mēs gribētu uzzināt, kādi ir Tavi hobiji?

Biežāk minētie hobiji



❖ Retāk minētie hobiji:

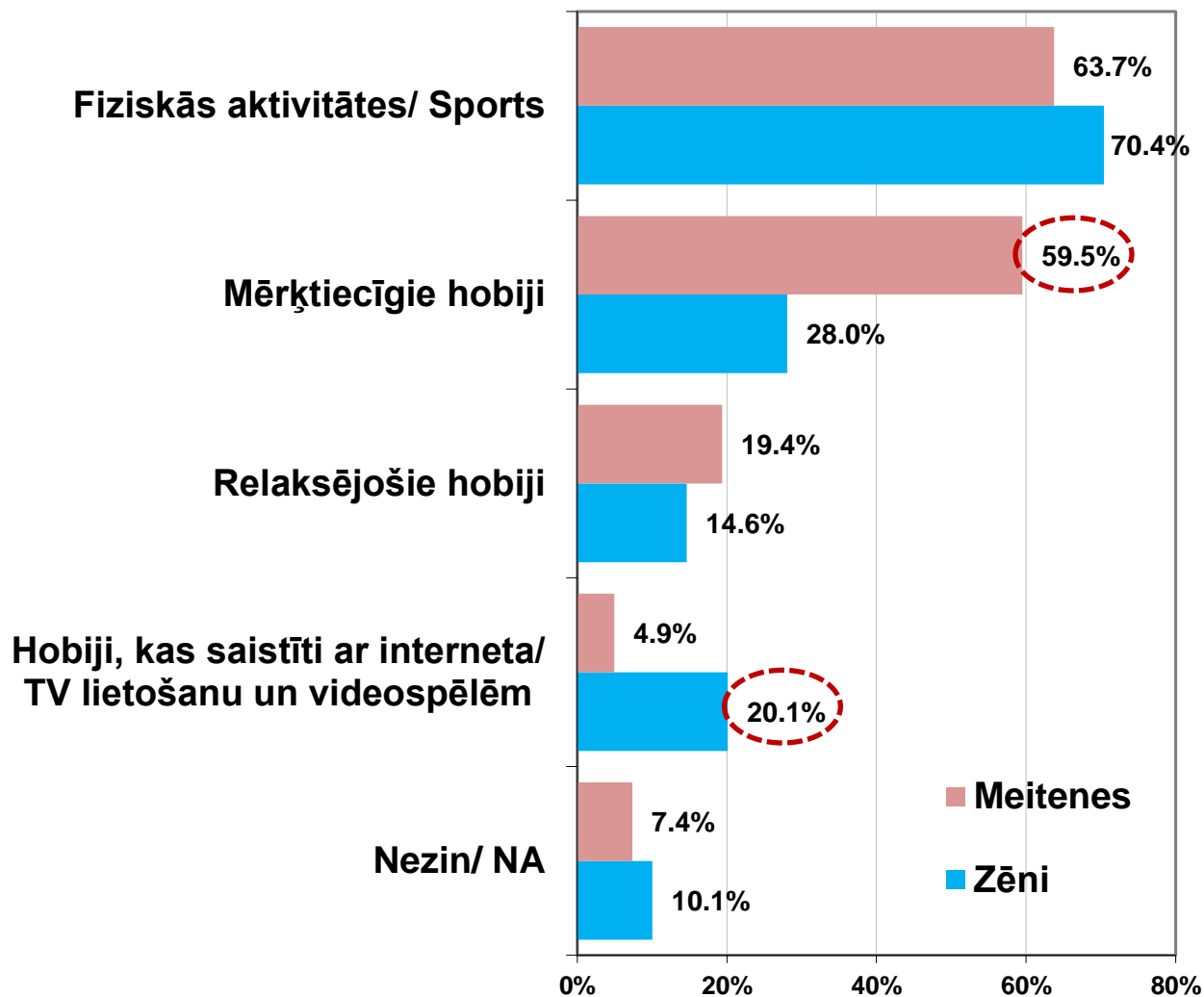
- *Teniss- 1.8%*
- *Cīņu sports- 1.8%*
- *Vingrošana- 1.8%*
- *Programmēšana- 1.6%*
- *Fotogrāfēšana- 1.6%*
- *Džudo cīņas- 1.6%*
- *Dažāda veida spēles, izklaides- 1.6%*
- *Playstation spēlēšana, video spēles- 1.3%*
- *Jāšanas sports- 1.3%*
- *Skeitbords- 1.1%*
- *Trenēties uz stieņiem/ ielu vingrošana- 1.1%*
- *Autodrifts; auto; moto- 1.1%*
- *Alpīnisms/ klinškāpšana- 1.0%*
- *Mācības, mācīšanās, mācību kursi- 1.0%*
- *Teātris, aktiermāksla- 0.8%*
- *Kulinārija, ēst gatavošana- 0.8%*
- *Tehnika, tehnoloģijas, mehānika- 0.8%*
- *Viegatlētika- 0.8%*
- *Video filmēšana- 0.7%*
- *Snovošana- 0.7%*
- *Šahs, dambrete- 0.7%*
- *Fitness, trenāzierzāle, sporta klubs- 0.7%*
- *Joga- 0.7%*
- *Mākslas vingrošana, balets- 0.7%*
- *Karatē- 0.5%*
- *Slidošana, daiļslidošana- 0.5%*
- *Slēpošana- 0.5%*
- *Parkūrs- 0.5%*
- *Svarcelšana- 0.5%*
- *Monētu kolekcionēšana- 0.5%*
- *Dizains- 0.5%*
- *Vizāžisms (make-up)/ nagu dizains- 0.5%*
- *Fotošopa uc. datorgrafiku (paint, gimp,utt.) izmantošana- 0.5%*
- *Rakstīt dzeju- 0.3%*
- *Braukāšana ar motorrolleri- 0.3%*
- *Galda teniss- 0.3%*

❖ Retāk minētie hobiji:

- *Daivings- 0.3%*
- *Keramika- 0.3%*
- *Modeļu skola- 0.3%*
- *Iepirkšanās, šoppings- 0.3%*
- *Fanošana, interesēšanās par slavenībām- 0.3%*
- *Gulēšana- 0.3%*
- *Geochachings- 0.3%*
- *Dzīvnieku kopšana- 0.3%*
- *Sēņošana- 0.3%*
- *Lēkšana pa batutu- 0.3%*
- *Floristika- 0.3%*
- *Šaušana šautuvē- 0.2%*
- *Laika pavadīšana ar ģimeni- 0.2%*
- *Akrobātika- 0.2%*
- *Ēšana- 0.2%*
- *Tūrisms, ceļošana- 0.2%*
- *Psiholoģija- 0.2%*
- *Veikbords- 0.2%*
- *Mode- 0.2%*
- *Vindsērfings- 0.2%*
- *Skvošs- 0.2%*
- *Jaunsardze- 0.2%*
- *Lidmodelisms- 0.2%*
- *Akmeņu kolekcionēšana- 0.2%*
- *Šķēpmešana- 0.2%*
- *Rokasbumba- 0.2%*
- *Astronomija- 0.2%*
- *Burāšana- 0.2%*
- *Beizbols- 0.2%*
- *Palīdzēt vecākiem mājas darbos- 0.2%*
- *Gliemežvāku kolekcionēšana- 0.2%*
- *RC modeļi-0.2%*

Hobiji atkarībā no skolēnu dzimuma

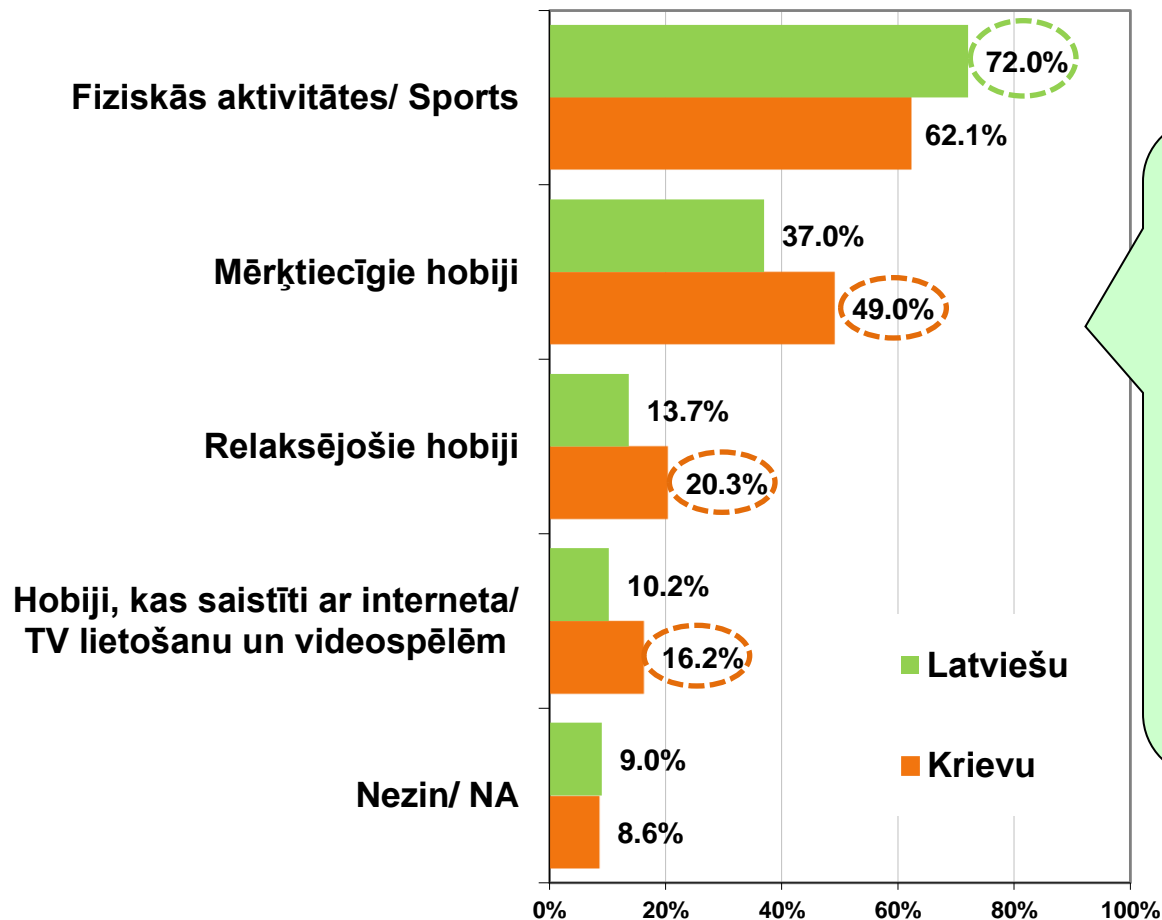
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



➤ Meitenes daudz vairāk nodarbojas ar mērķtiecīgajiem hobijiem, savukārt zēni, vairāk kā meitenes, min hobijus, kas saistīti ar interneta lietošanu, TV skatīšanos un videospēļu spēlēšanu.

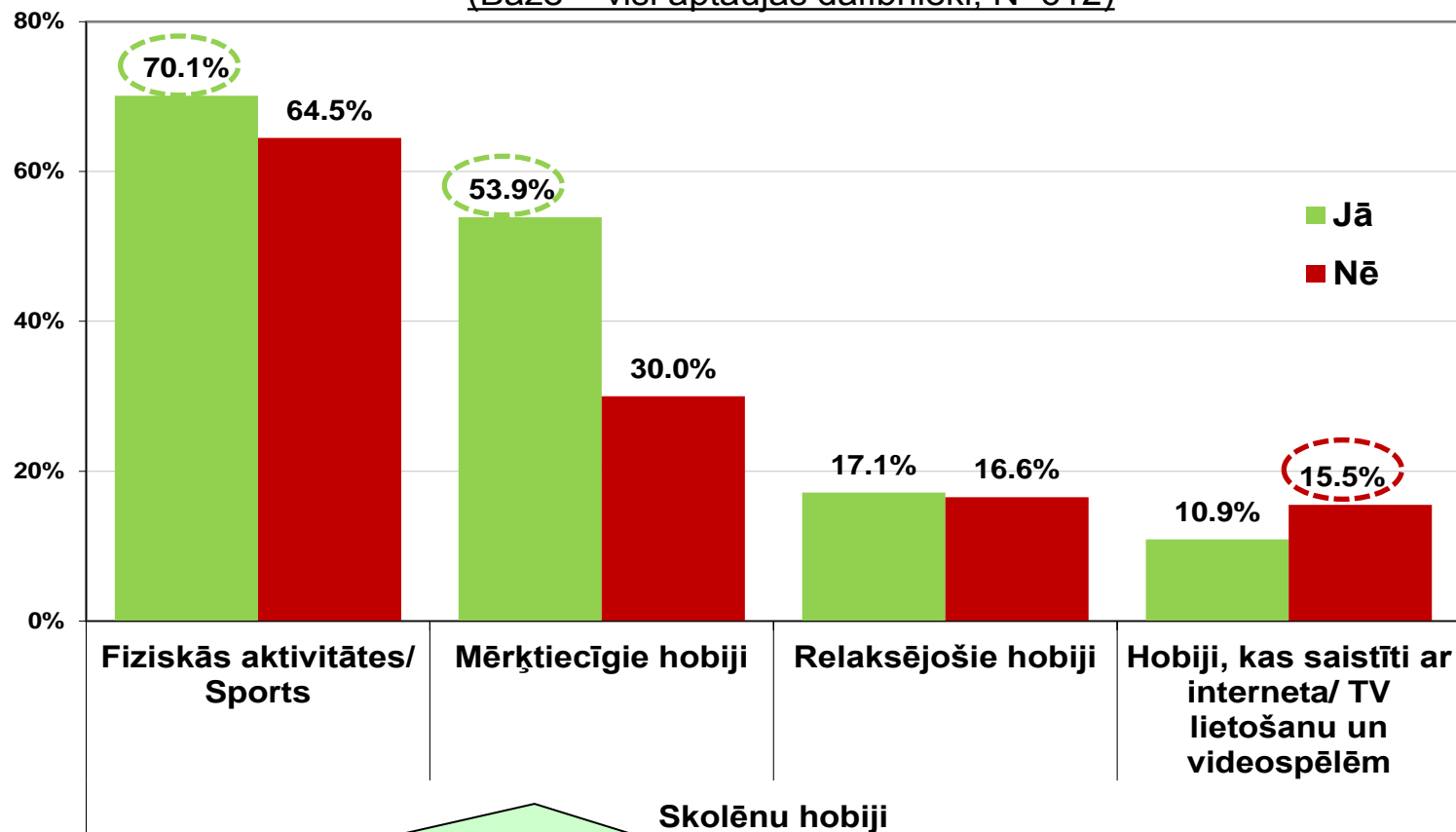
Hobiji atkarībā no sarunvalodas ģimenē

(Visi respondenti, N= 612)



➤ Skolēnu, kuru pamatvaloda ģimenē ir krievu, hobiji vairāk ir saistīti ar rekalsējošām, mērķtiecīgām nodarbēm un hobijiem, kas saistīti ar interneta/ TV lietošanu un videospēļu spēlēšanu.

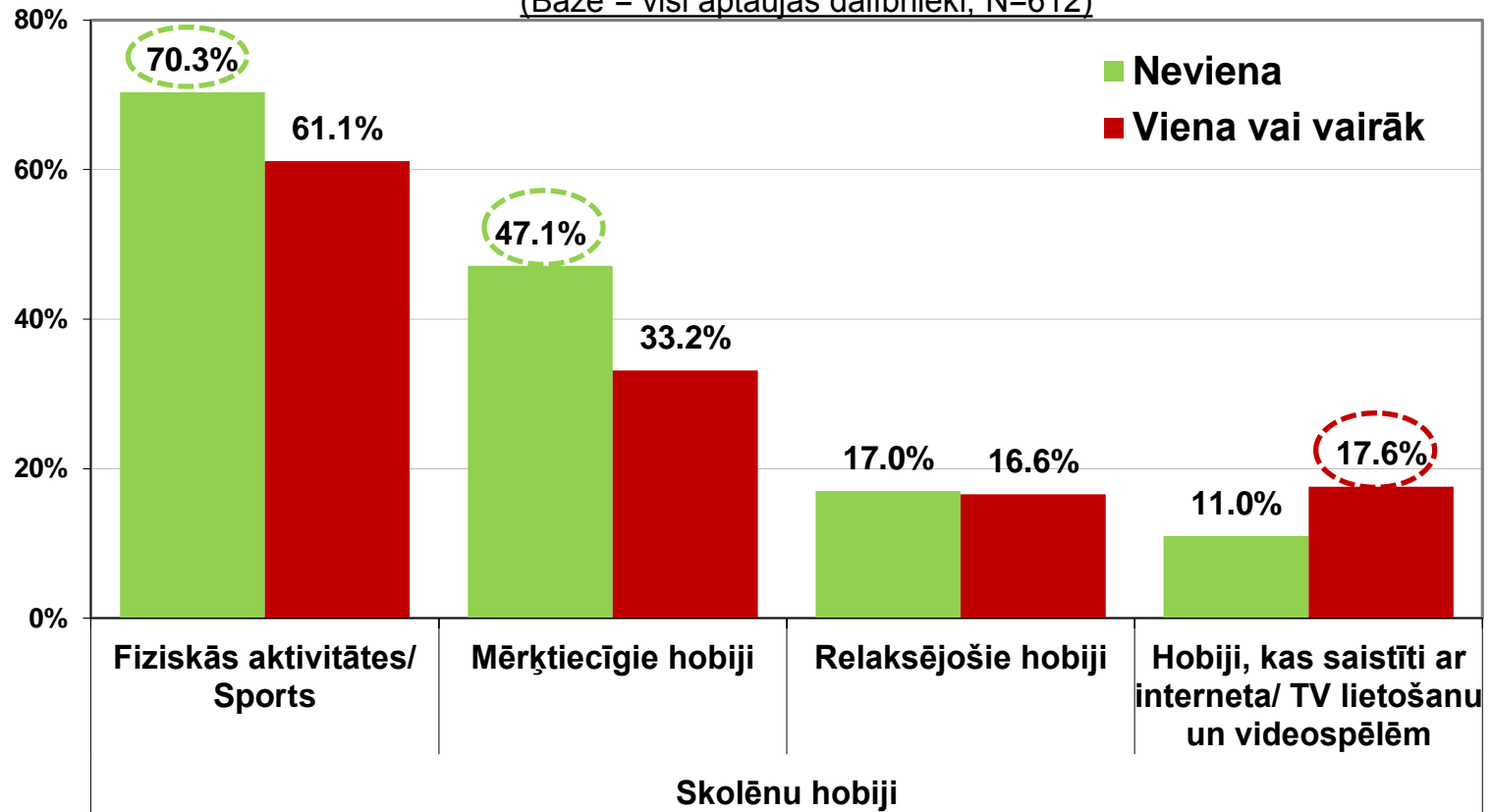
Vai Tev patīk mācīties? (Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



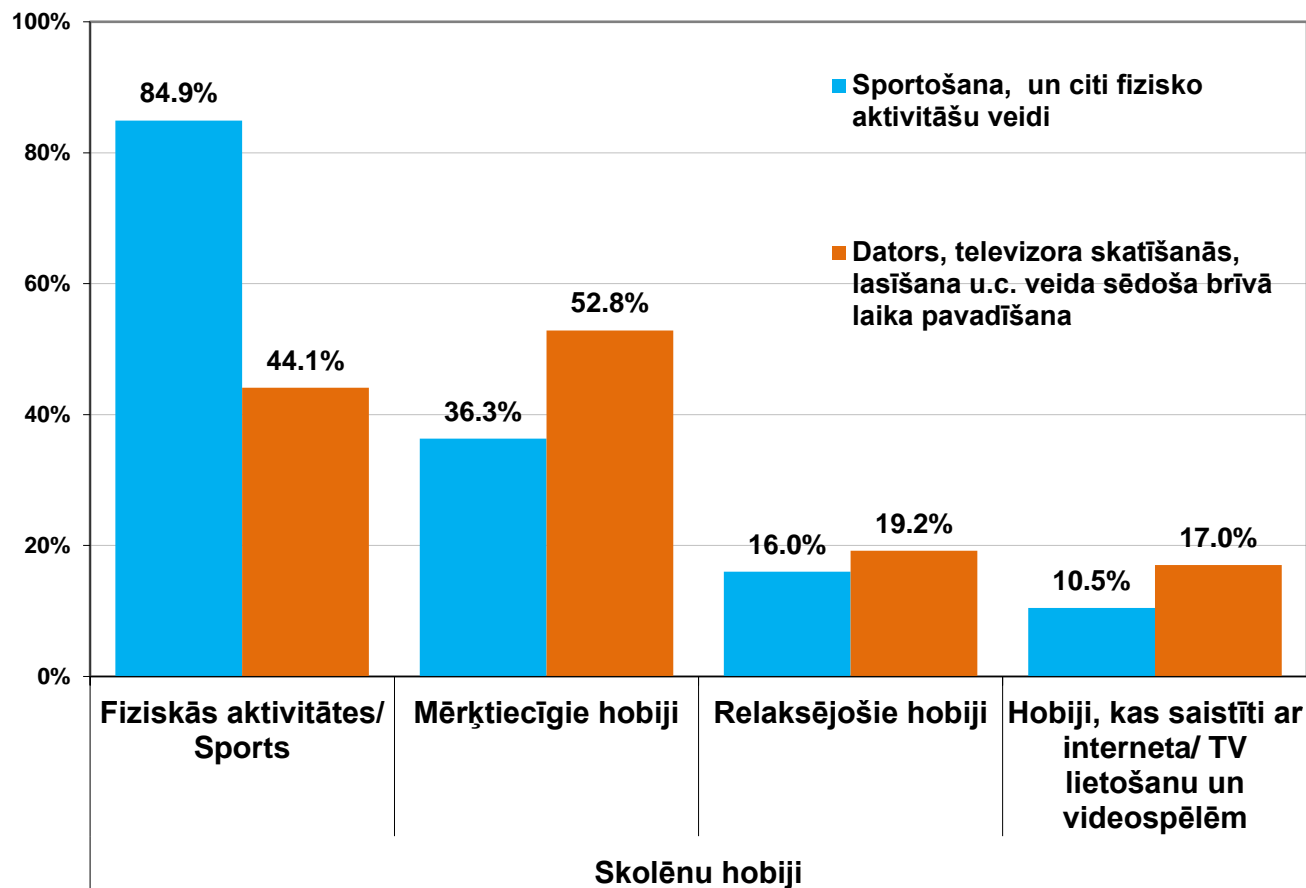
➤ **Skolēni, kuru hobiji saistās ar fiziskajām aktivitātēm un mērķtiecīgajiem hobijiem, salīdzinoši biežāk atbildējuši, ka viņiem patīk mācīties. Savukārt tie, kuru hobiji saistīti ar interneta/ TV lietošanu un videospēlēm, biežāk minējuši, ka mācīties viņiem nepatīk.**

Nesekmīgas atzīmes atkarībā no hobija veida

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

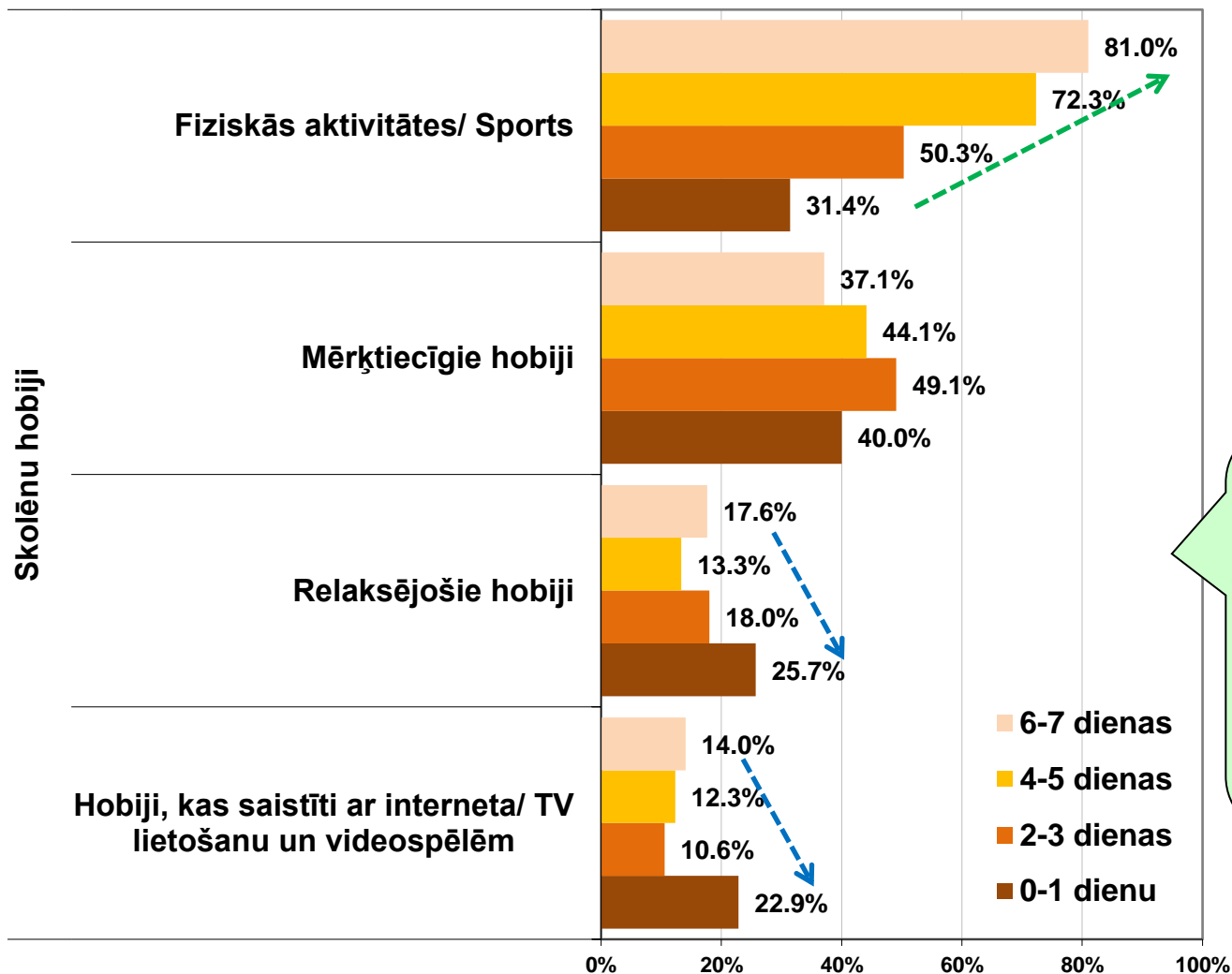


Brīvā laika pavadīšanas prioritātes atkarībā no hobiya veida (Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Cik dienas pēdējo 7 dienu laikā Tu esi bijis/ -usi fiziski aktīvs vismaz 60 minūtes dienā?

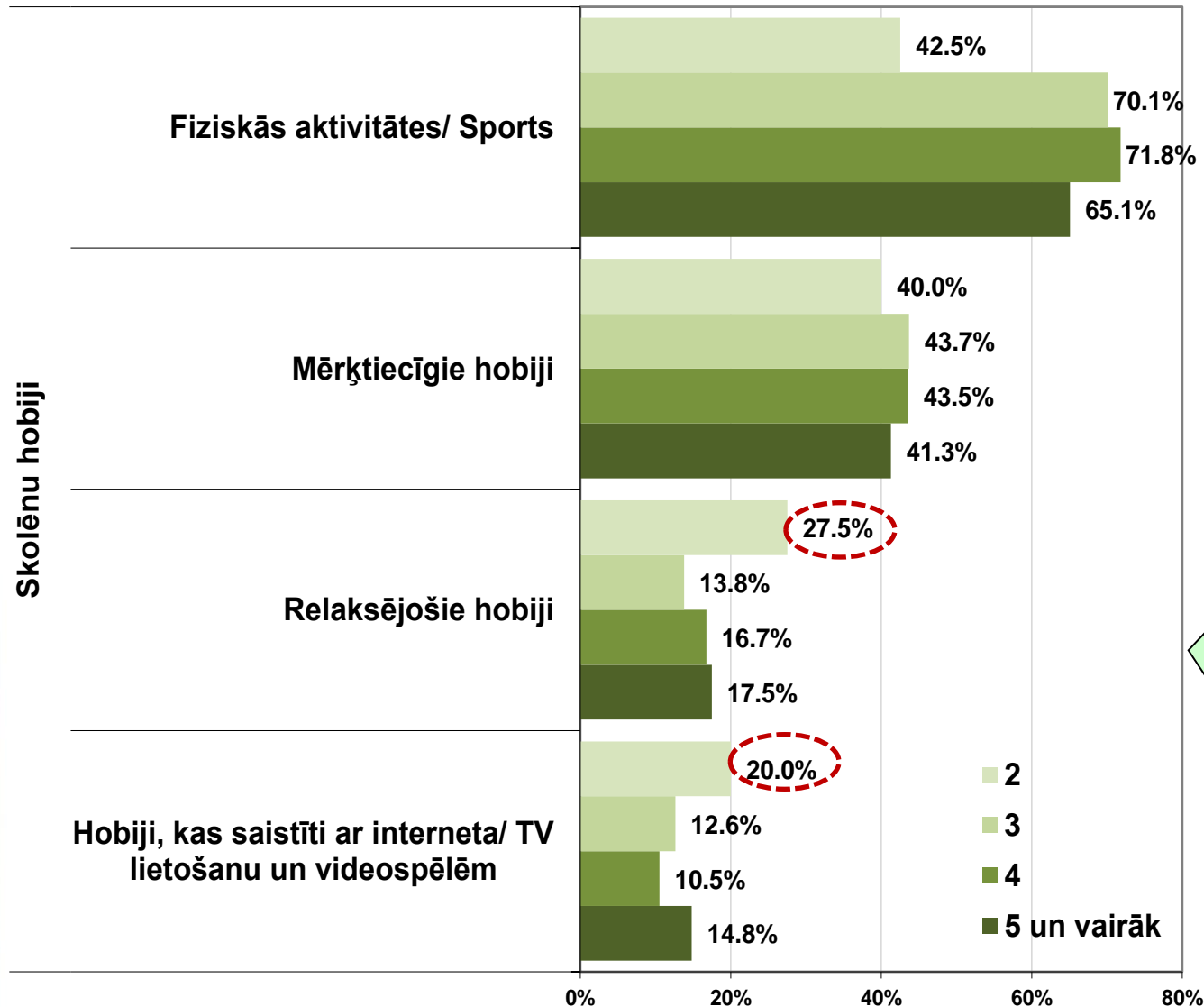
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



➤ Fiziski mazāk aktīvi ir tie skolēni, kuru hobiji saistīti ar interneta/ TV lietošanu, videospēļu spēlēšanu un relaksējošām brīvā laika aktivitātēm.

Cik cilvēku (ieskaitot Tevi) dzīvo Tavā ģimenē?

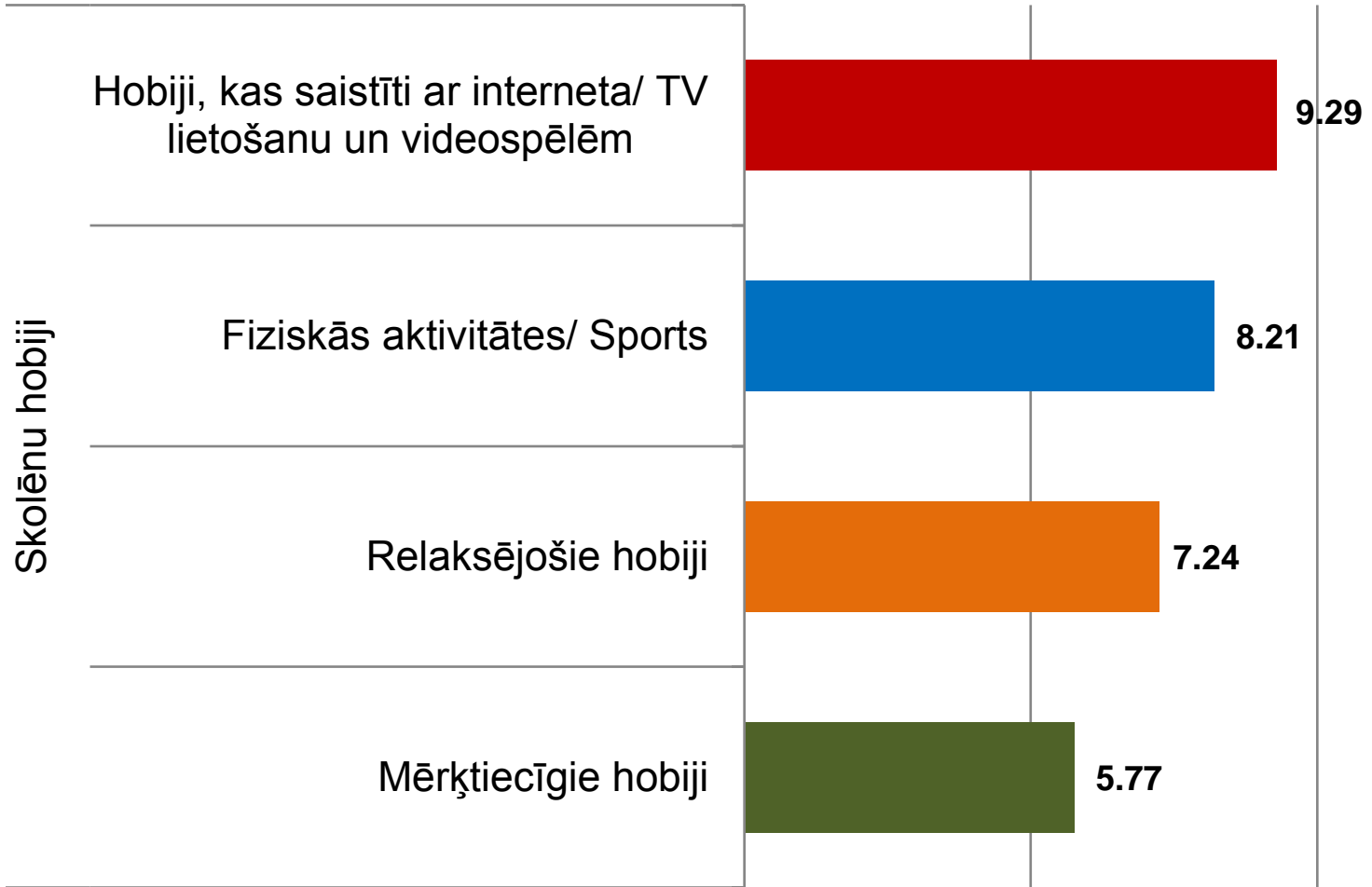
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



➤ To skolēnu hobiji, kuri nāk no nepilnām ģimenēm, biežāk ir saistīti ar interneta/TV lietošanu, videospēļu spēlēšanu un relaksējošiem hobijiem. Viņi mazāk izvēlas fiziskās aktivitātes un sportu.

Cik stundas nedēļā Tu velti savam hobiem?

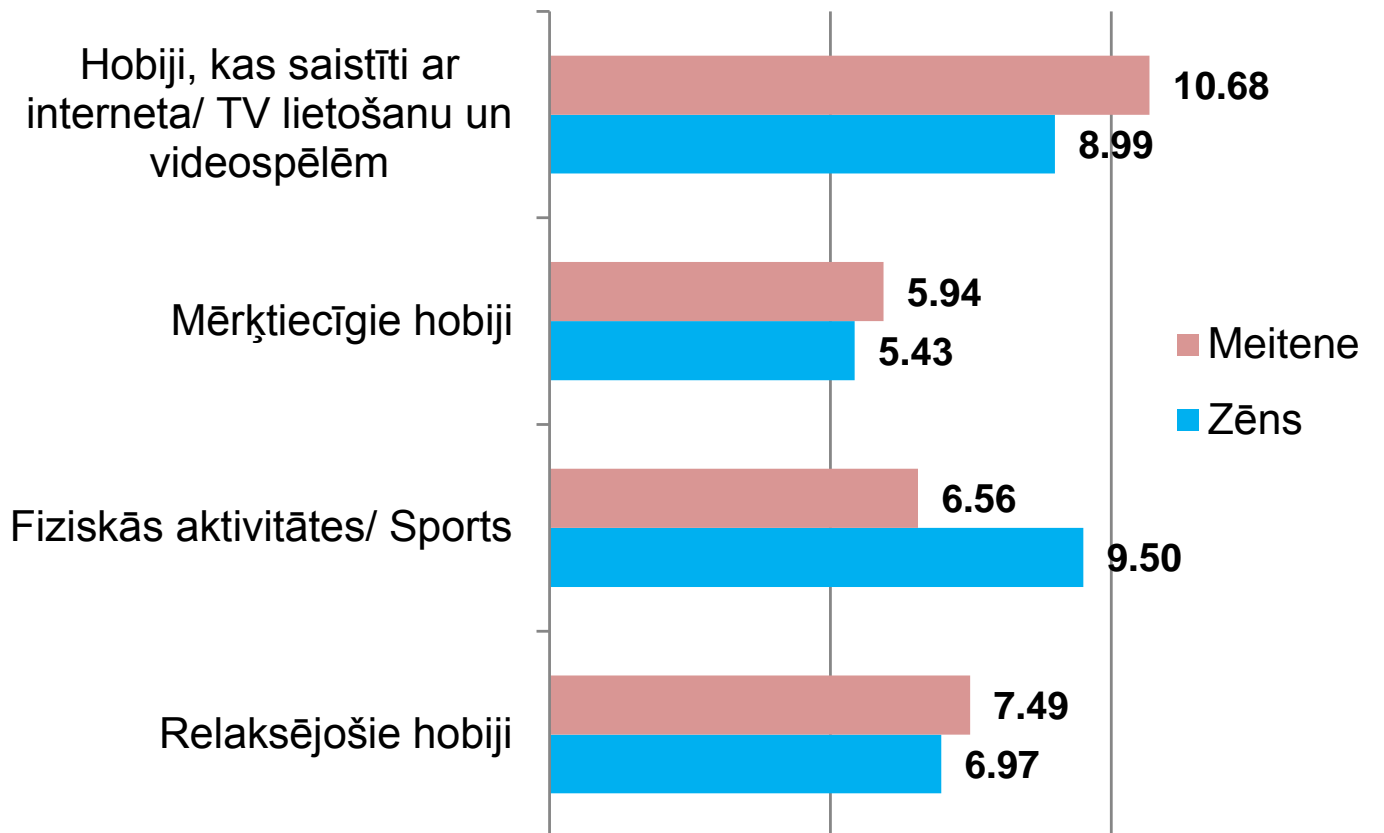
Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612)



Skolēnu hobiji

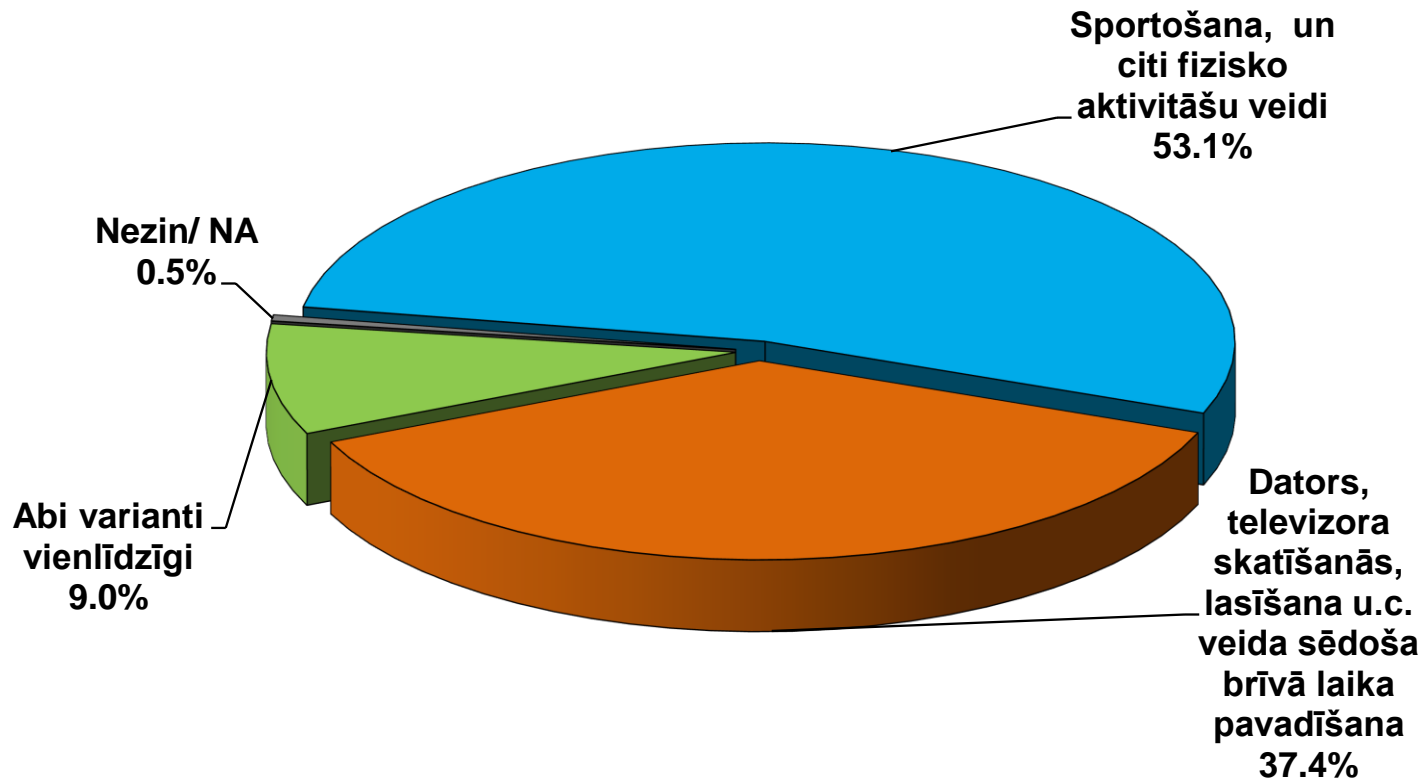
Cik stundas nedēļā Tu velti savam hobiem?

(Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612)



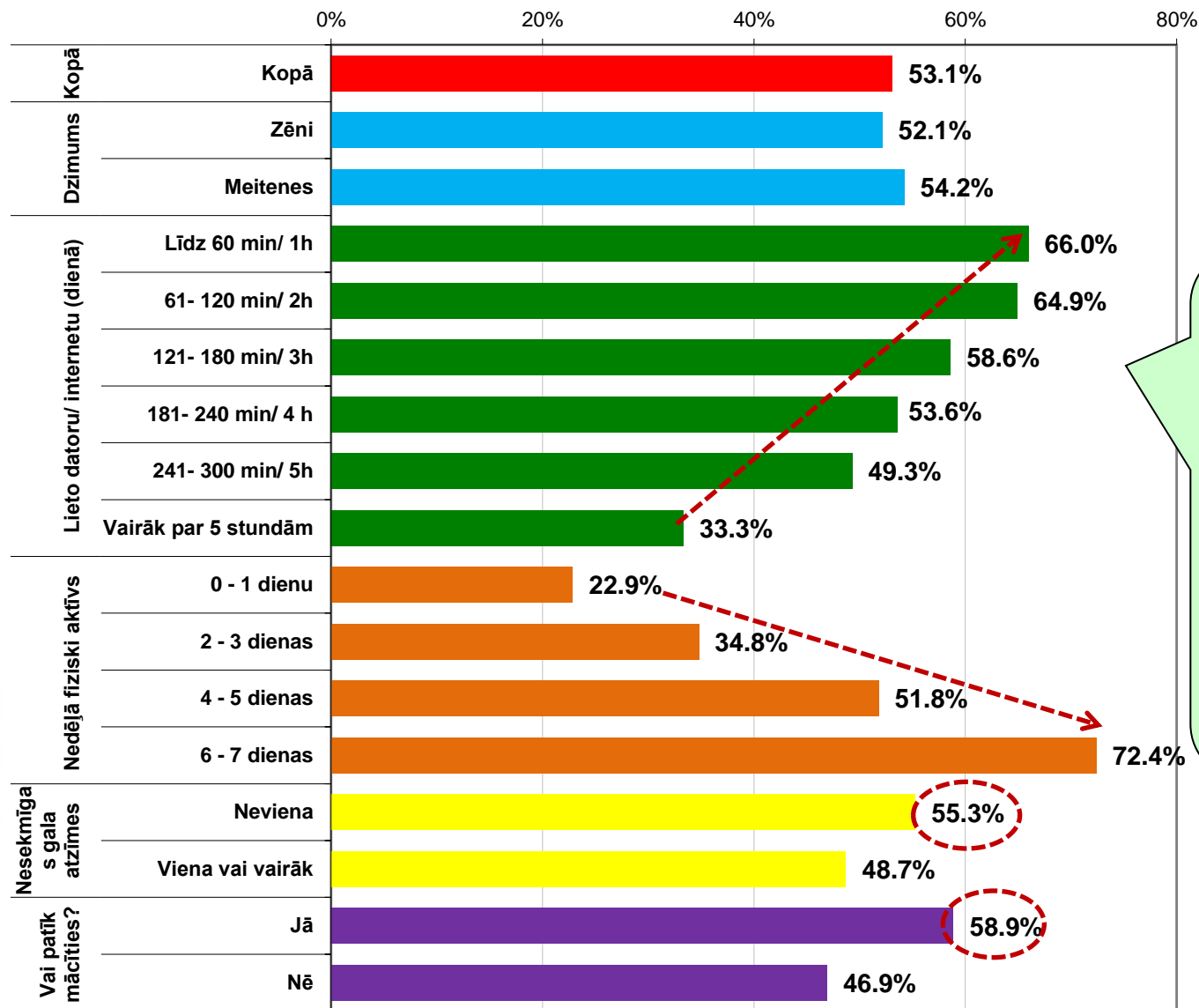
Kurš no sekojošiem aprakstiem visvairāk atbilst Tavām brīvā laika nodarbībām?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Skolēni, kas brīvajā laikā sporto un nodarbojas ar citiem fizisko aktivitāšu veidiem

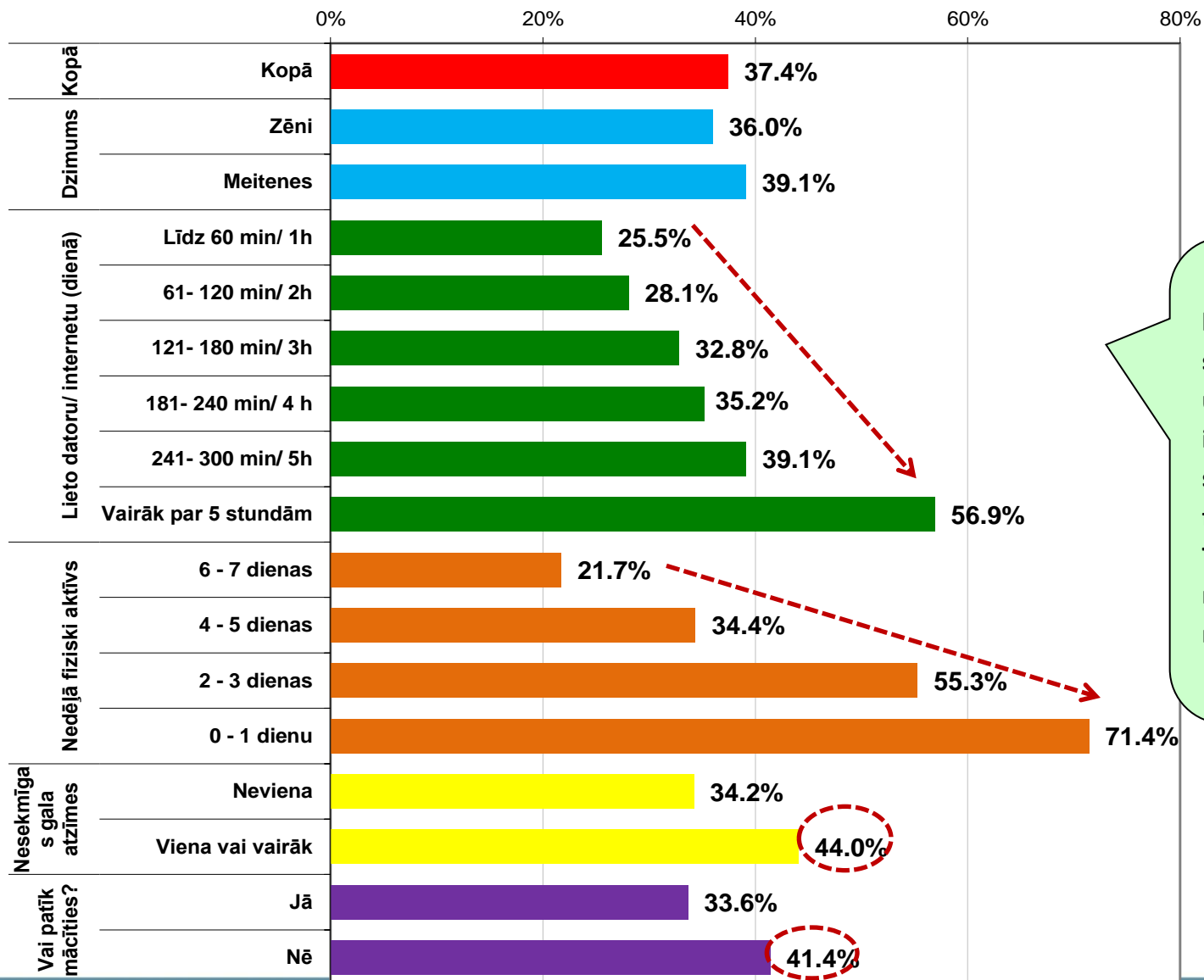
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



➤ Tie skolēni, kuri brīvajā laikā sporto un nodarbojas ar citiem fizisko aktivitāšu veidiem, īsāku laiku brīdi lieto datoru/ internetu un ir vairāk dienas nedēļā fiziski aktīvi. Tāpat viņi biežāk atzīst, ka patīk mācīties un ir mazāk nesekmīgas atzīmes.

Skolēni, kas brīvo laiku vairāk pavada pie datora, TV, lasa vai velta citām sēdošām aktivitātēm

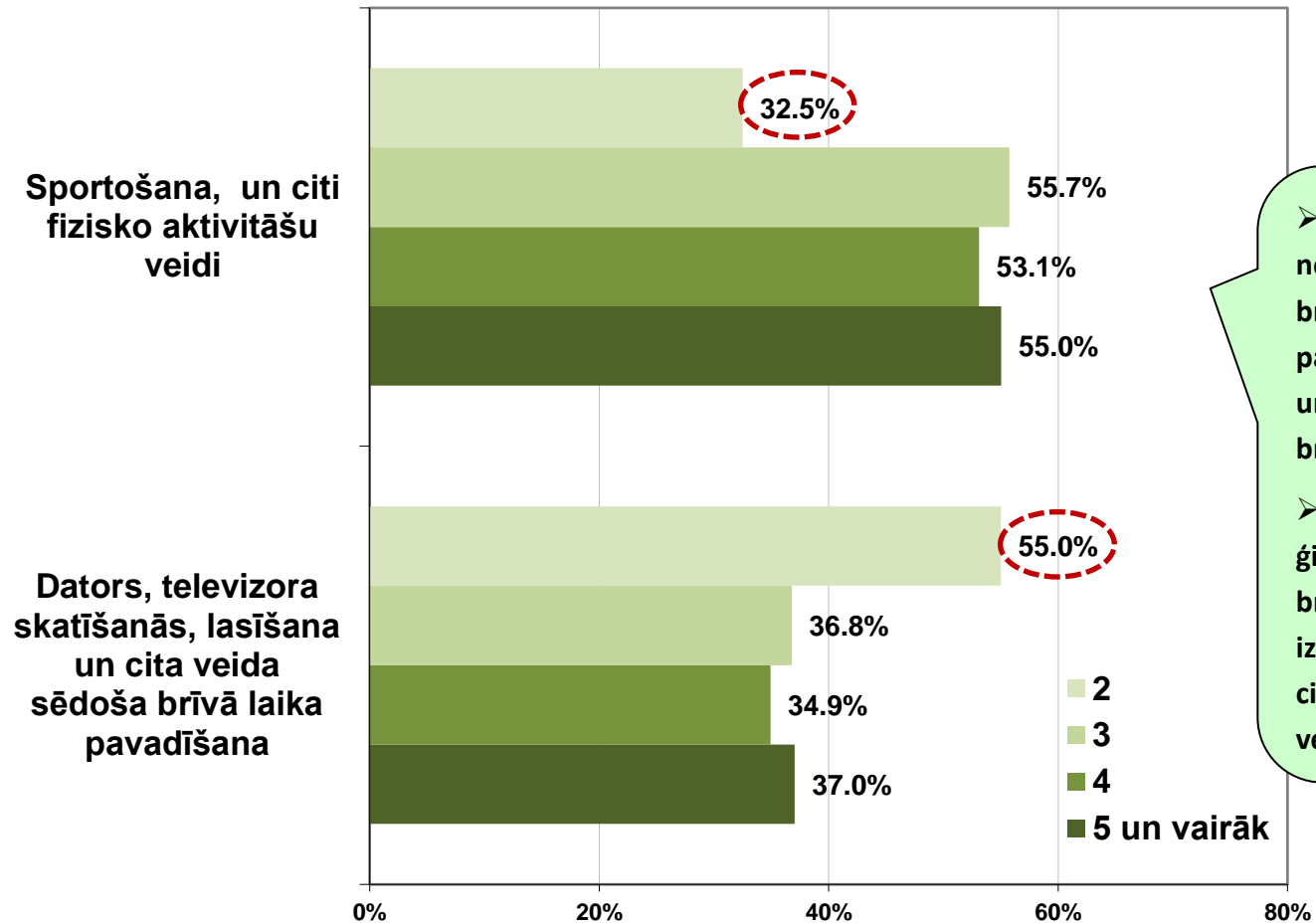
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



➤ Tie skolēni, kuri brīvo laiku velta sēdošām aktivitātēm un TV, datoru un internetu lieto vairāk stundas dienā un ir fiziski mazāk aktīvi. Tāpat viņiem ir vairāk nesekmīgas atzīmes un mazāk patīk mācīties.

Cik cilvēku (ieskaitot Tevi) dzīvo Tavā ģimenē?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

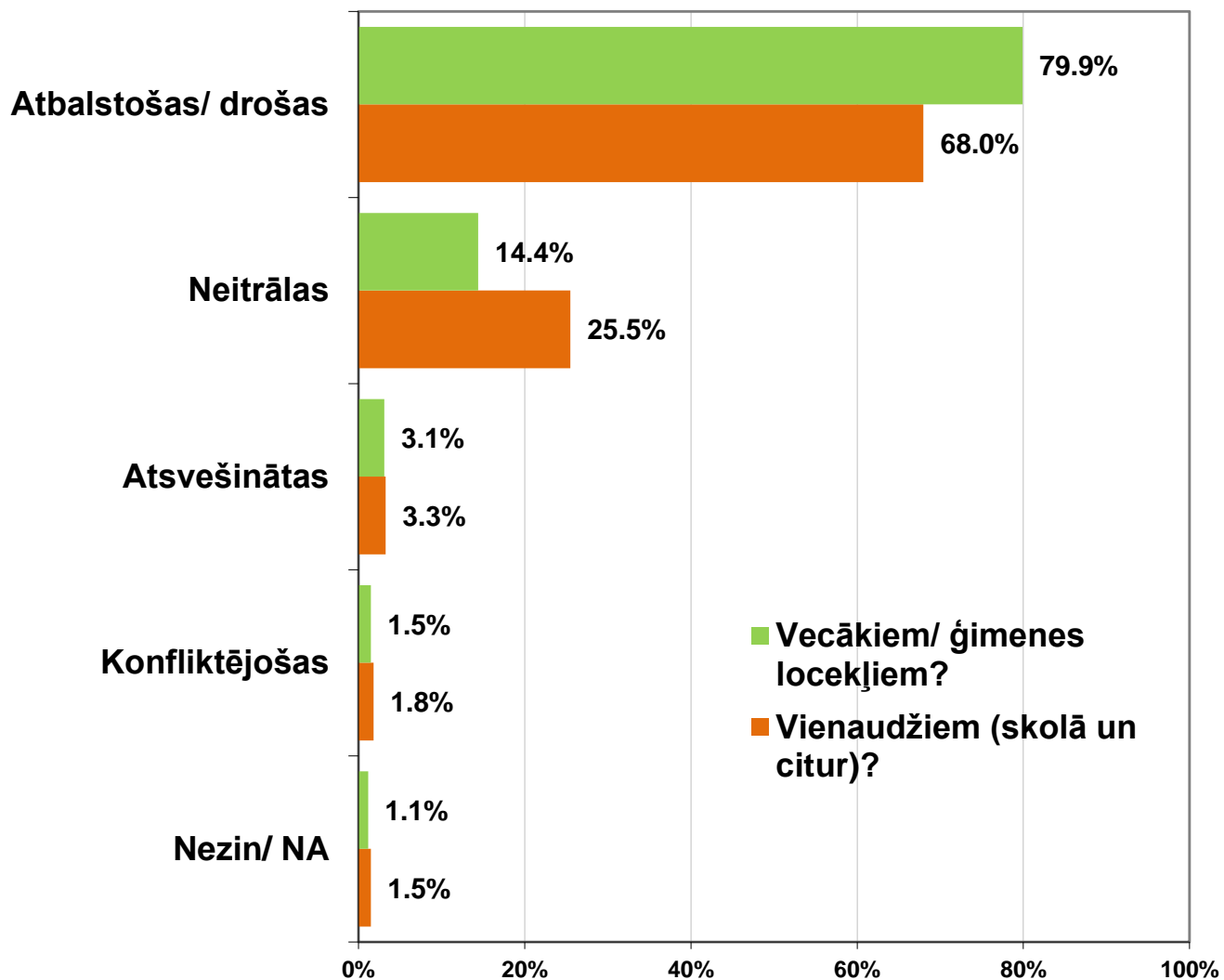


- Jaunieši, kas dzīvo nepilnajās ģimenēs, brīvo laiku biežāk pavada pie datora, TV un cita veida sēdošām brīvā laika aktivitātēm;
- Savukārt plašu ģimeņu pārstāvji brīvajā laikā biežāk izvēlas sportšanu un citus fizisko aktivitāšu veidus.

5. Attiecības ar vienaudžiem un ģimenes locekļiem

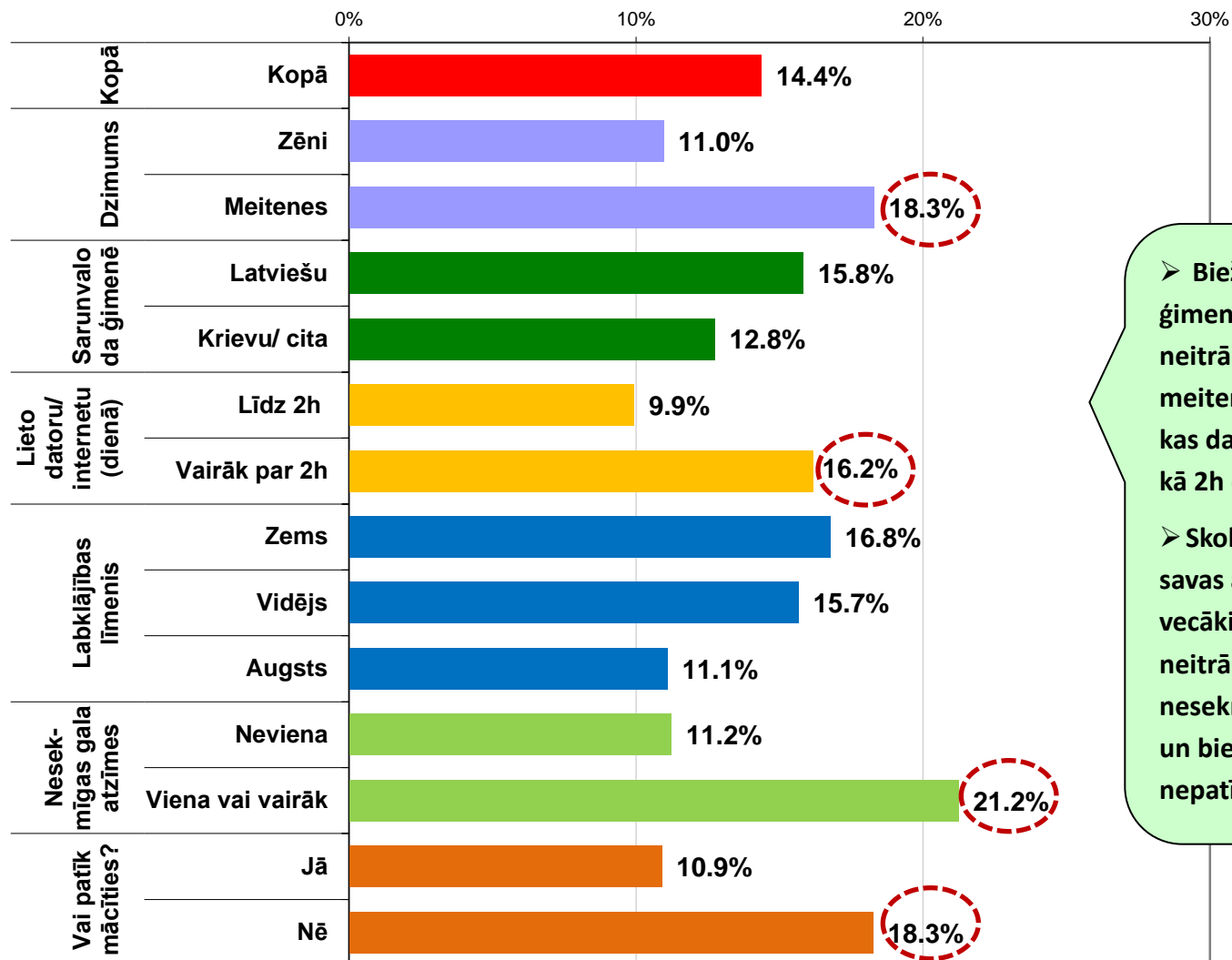
Kā Tu vērtē savas attiecības ar...?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Skolēni, kas savas attiecības ar vecākiem/ ģimenes locekļiem vērtē kā neitrālas (I)

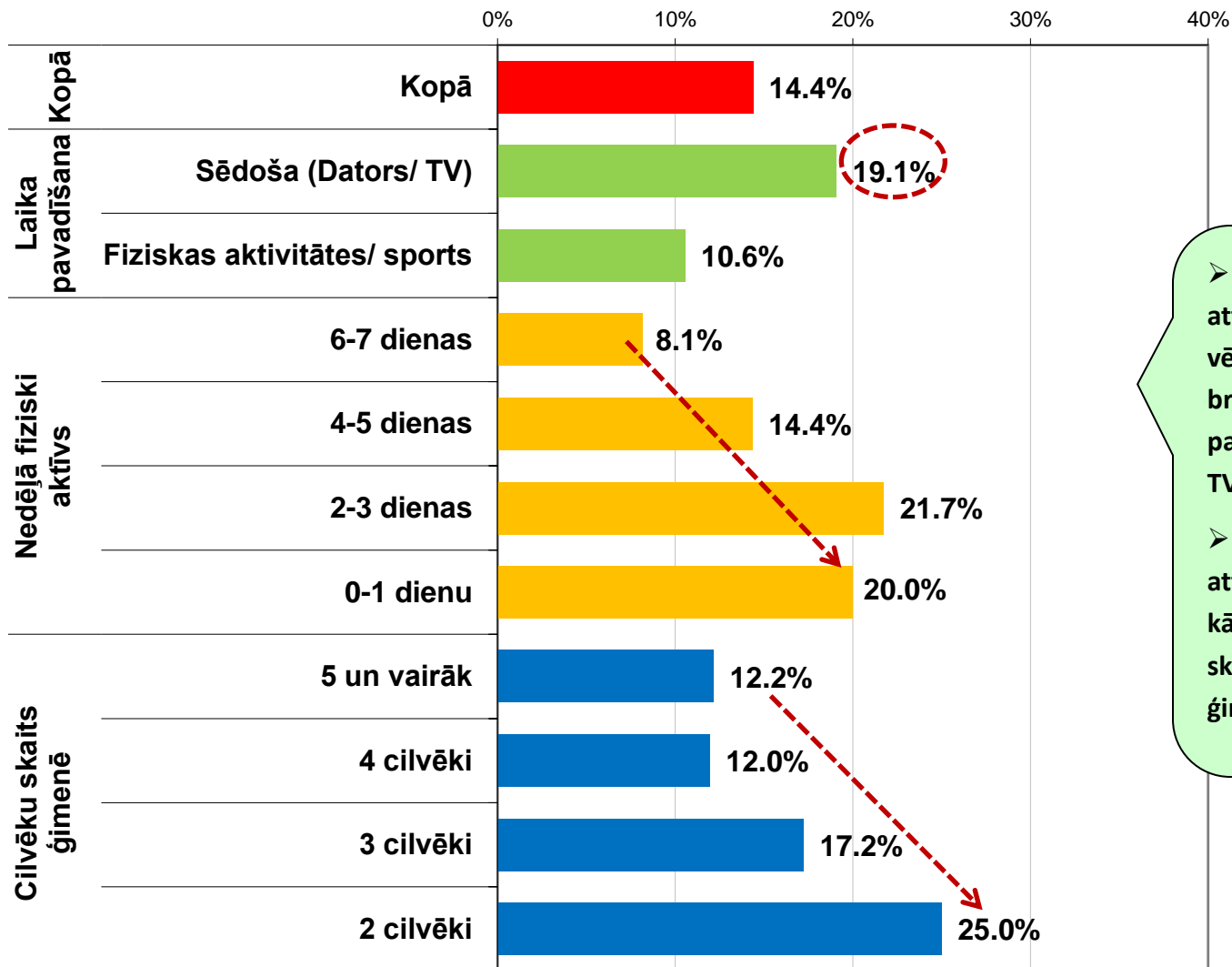
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



- Biežāk attiecības ar ģimenes locekļiem kā neitrālas min meitenes un skolēni, kas datoru lieto vairāk kā 2h dienā;
- Skolēniem, kas savas attiecības ar vecākiem vērtē kā neitrālas biežāk ir nesekmīgas atzīmes un biežāk atzīst, ka nepatīk mācīties.

Skolēni, kas savas attiecības ar vecākiem/ ģimenes locekļiem vērtē kā neitrālas (II)

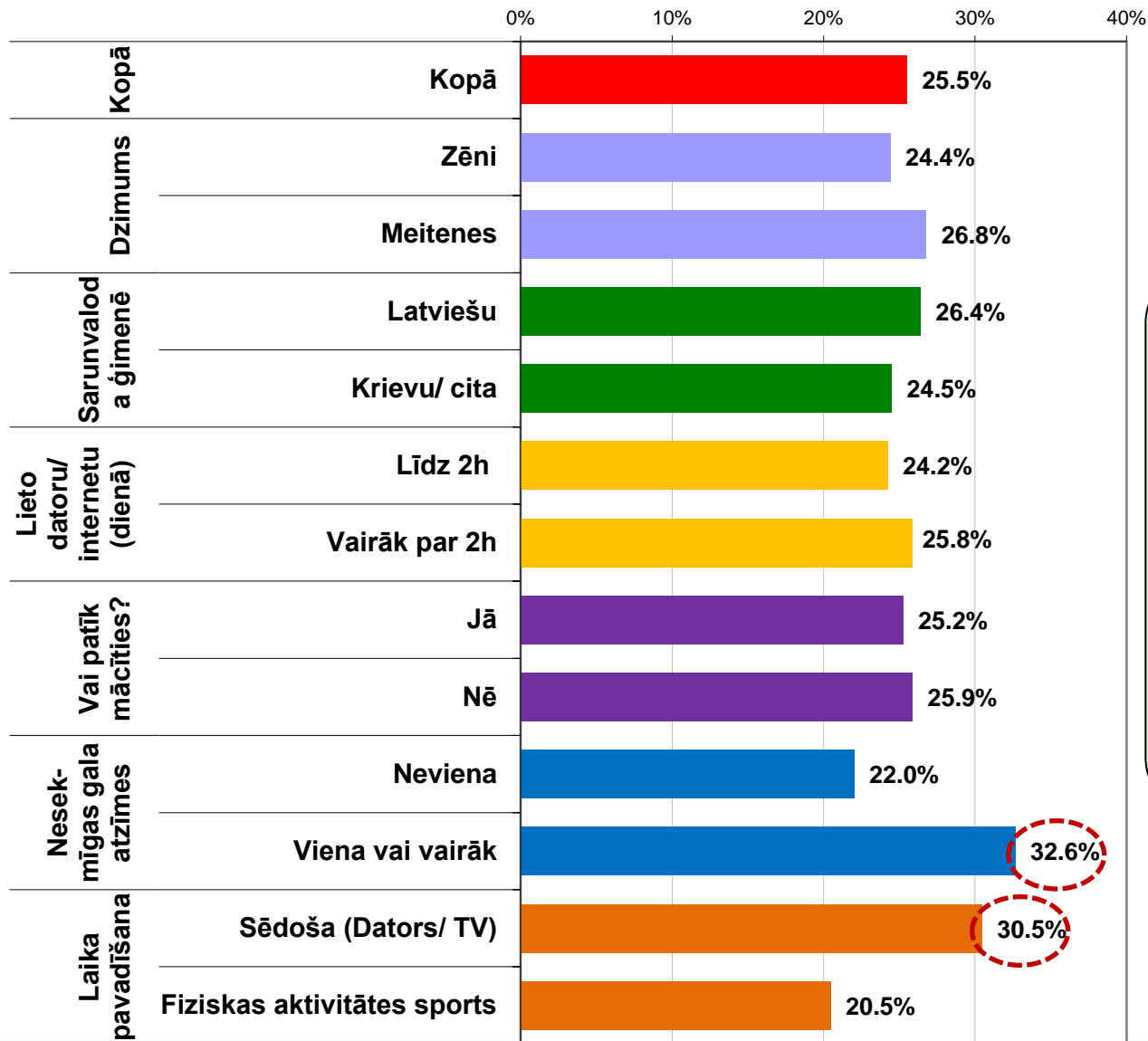
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



- Skolēni, kas savas attiecības ar vecākiem vērtē kā neitrālas, brīvo laiku biežāk pavada pie datora un TV;
- Biežāk savas attiecības ar vecākiem kā neitrālas vērtē skolēni no nepilnām ģimenēm.

Skolēni, kuri savas attiecības ar vienaudžiem (skolā un citur) vērtē kā neitrālas

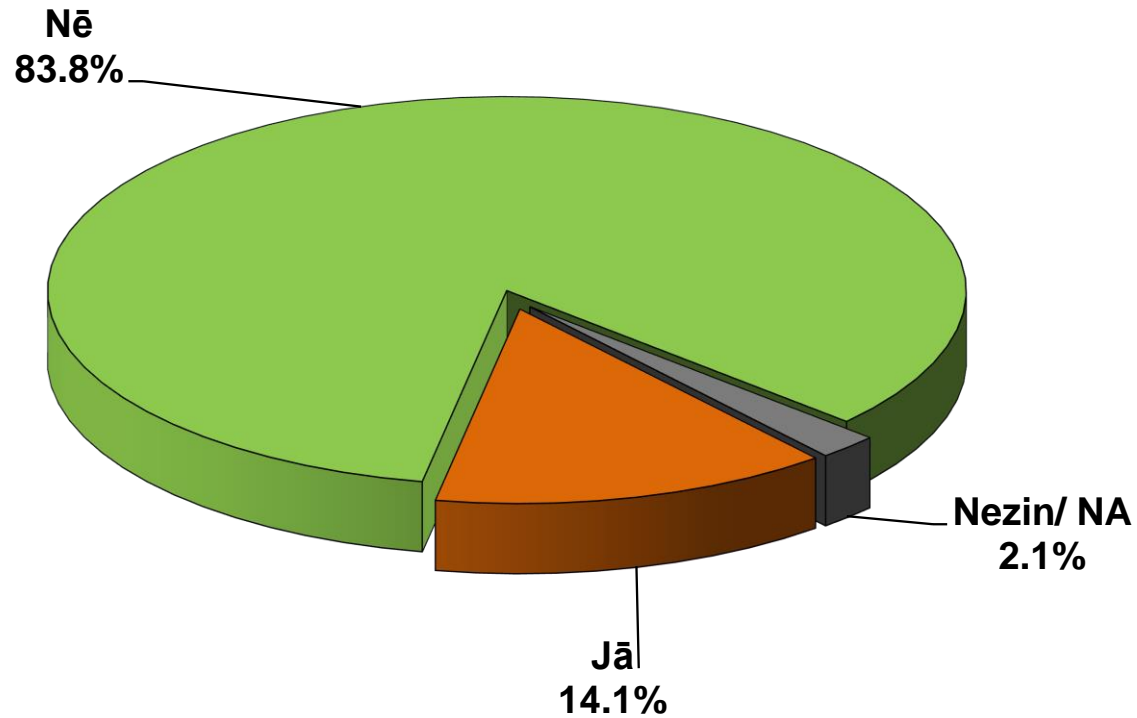
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



➤ Skolēni, kuri savas attiecības ar vienaudžiem vērtē kā neitrālas, ir nesekmīgāki, kā arī savu brīvo laiku vairāk pavada nodarbojoties ar sēdošām aktivitātēm (tai skaitā izmanto datoru/ internetu).

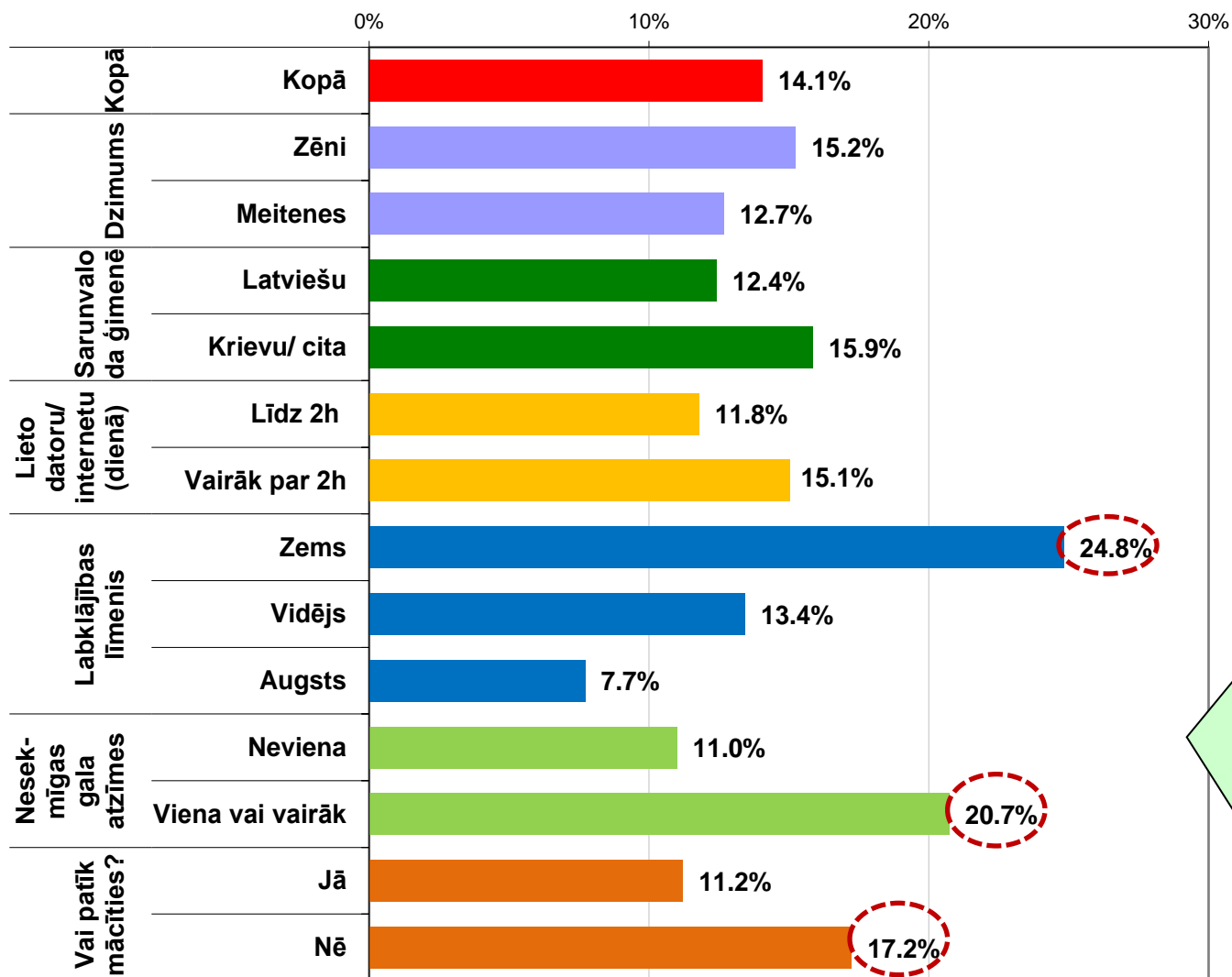
Vai Tu klasē jūties atstumts vai nepieņemts no klasesbiedru puses?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Klasē jūtas atstumts vai nepieņemts no klasesbiedru puses (I)

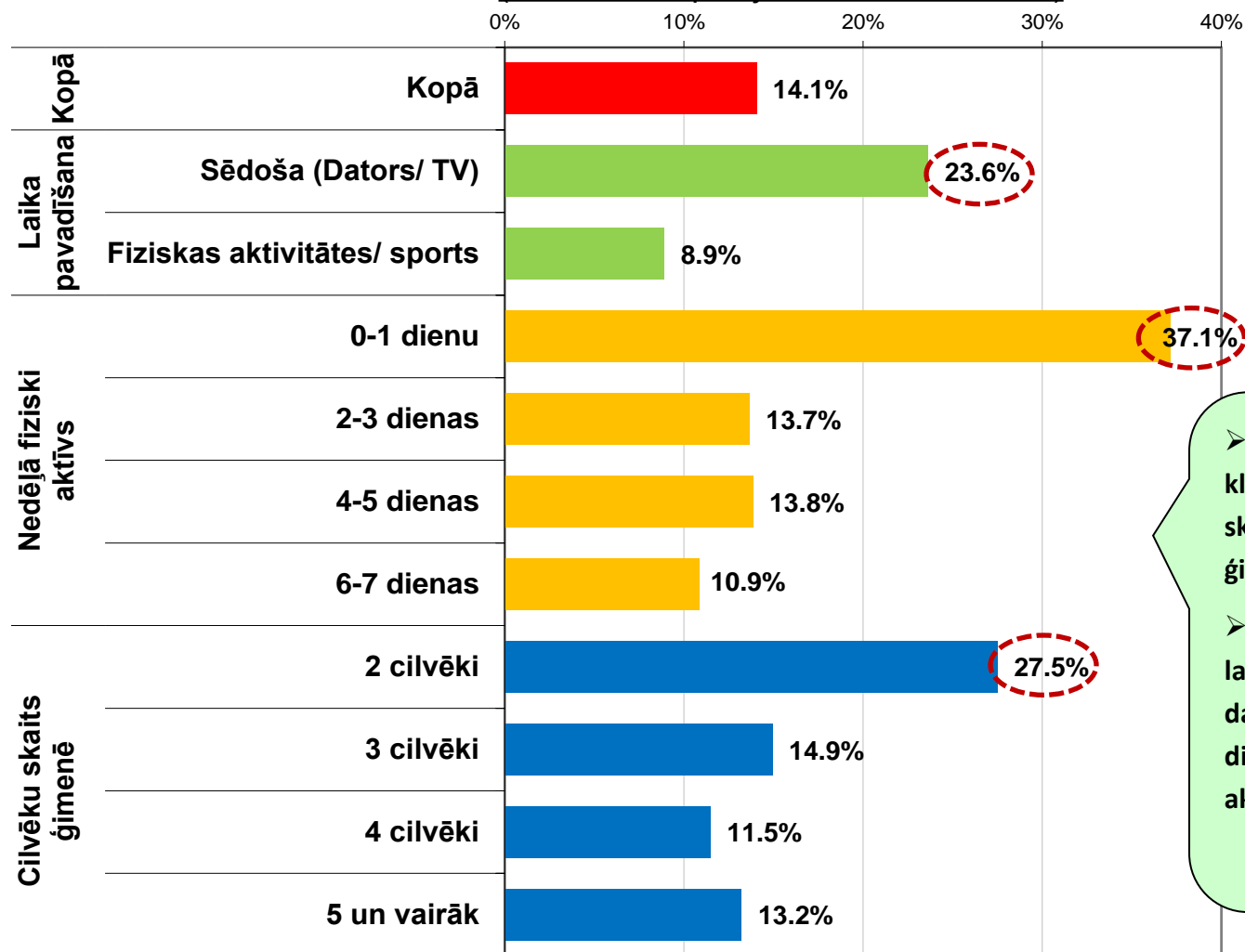
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



➤ Skolēni, kuri klasē jūtas atstumti un nepieņemti, biežāk nāk no ģimenēm ar zemu labklājības līmeni. Viņi biežāk atzīst, ka viņiem nepatīk mācīties un viņiem biežāk ir nesekmīgas atzīmes.

Klasē jūtas atstumts vai nepieņemts no klasesbiedru puses (II)

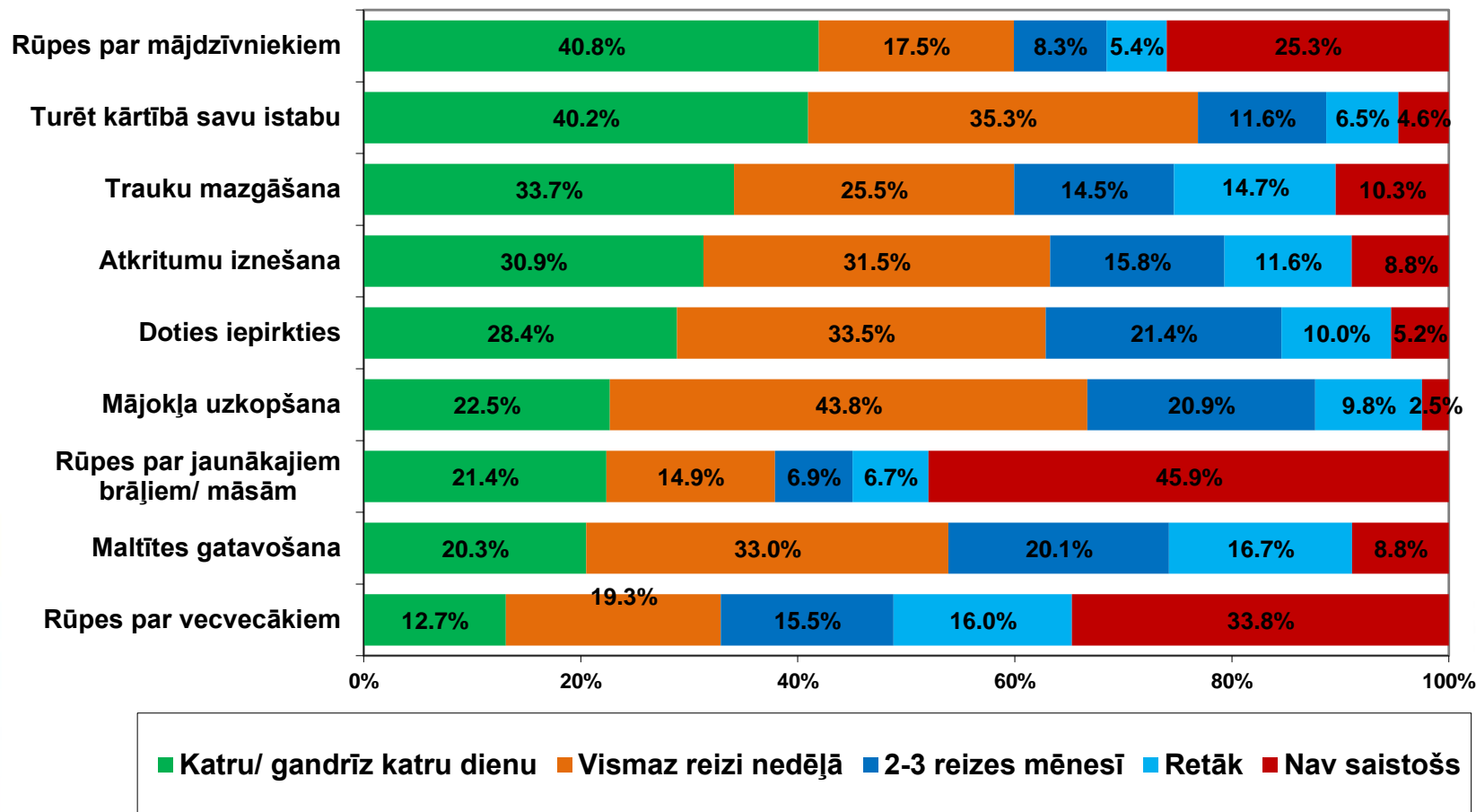
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



- Biežāk atstumti un klasē nepieņemti jūtas skolēni no nepilnajām ģimenēm.
- Tāpat viņi brīvajā laikā biežāk izmanto datoru/ TV, ir mazāk dienas nedēļā fiziski aktīvi;

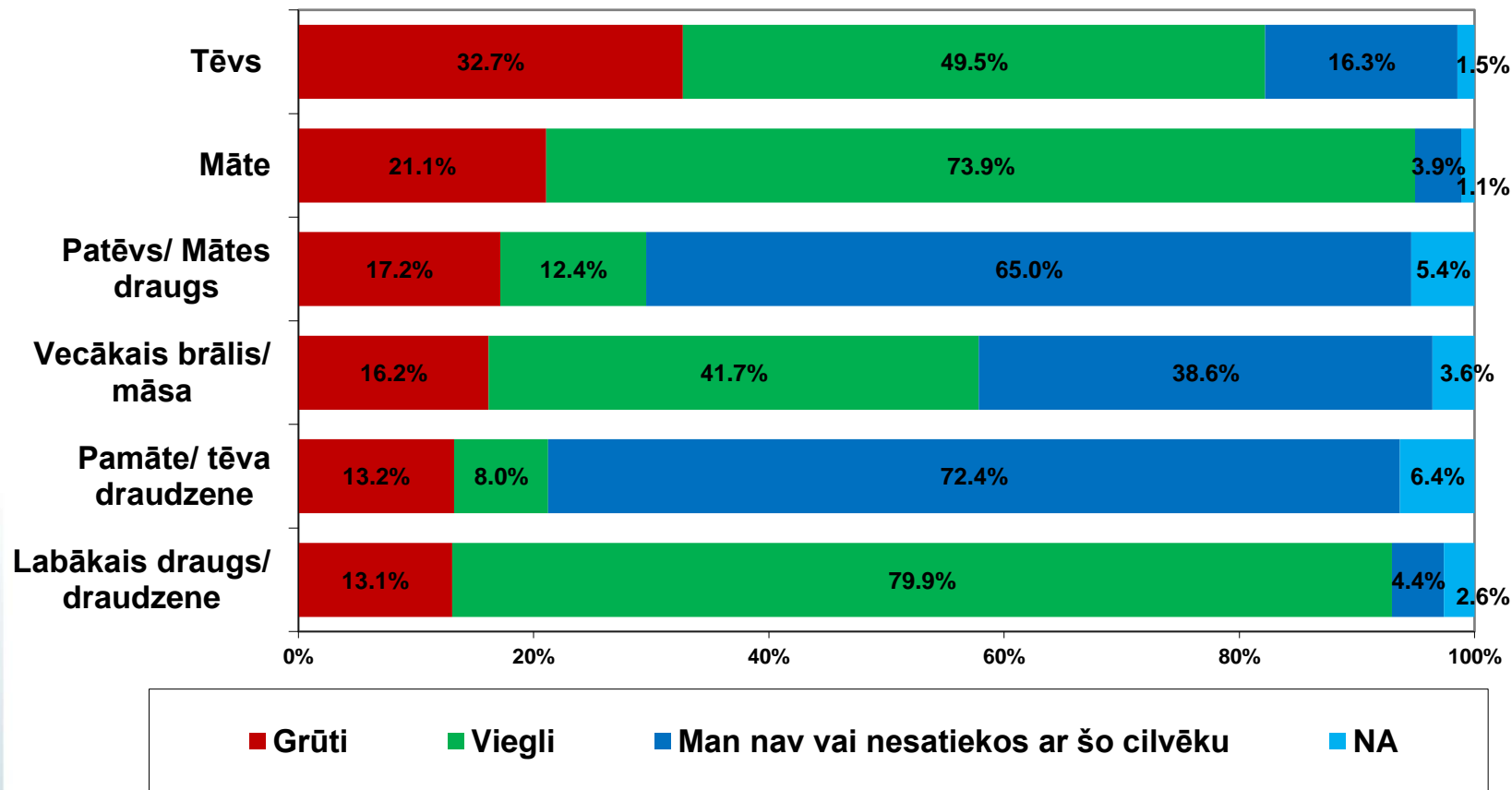
Cik bieži Tu mājās palīdzi veikt sekojošus darbus?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Cik viegli Tev ir runāt par lietām, kuras Tevi satrauc vai ir Tev svarīgas ar zemāk minētajām personām?

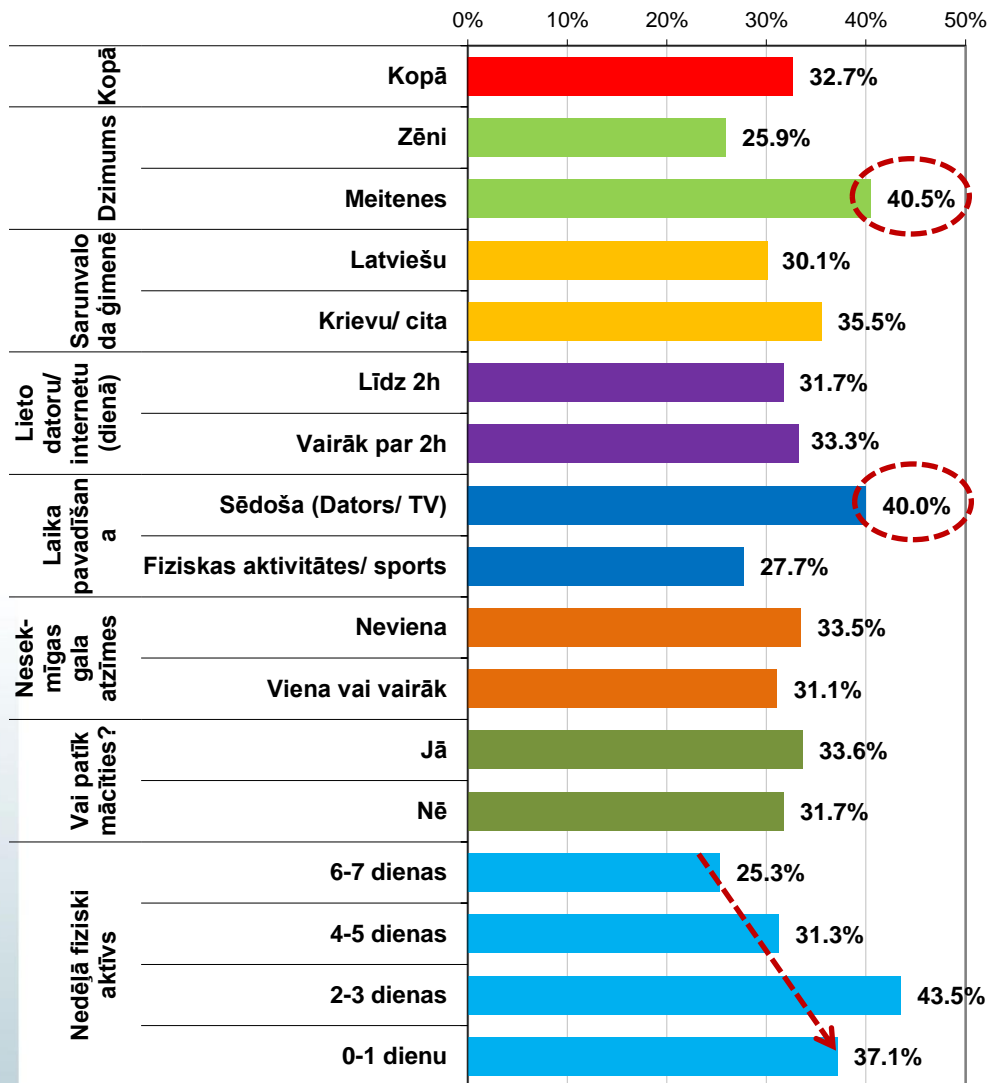
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



➤ Iegūtie rezultāti liecina, ka skolēniem visvieglāk sev satraucošas lietas ir pārrunāt ar labāko draugu/ draudzeni un māti.

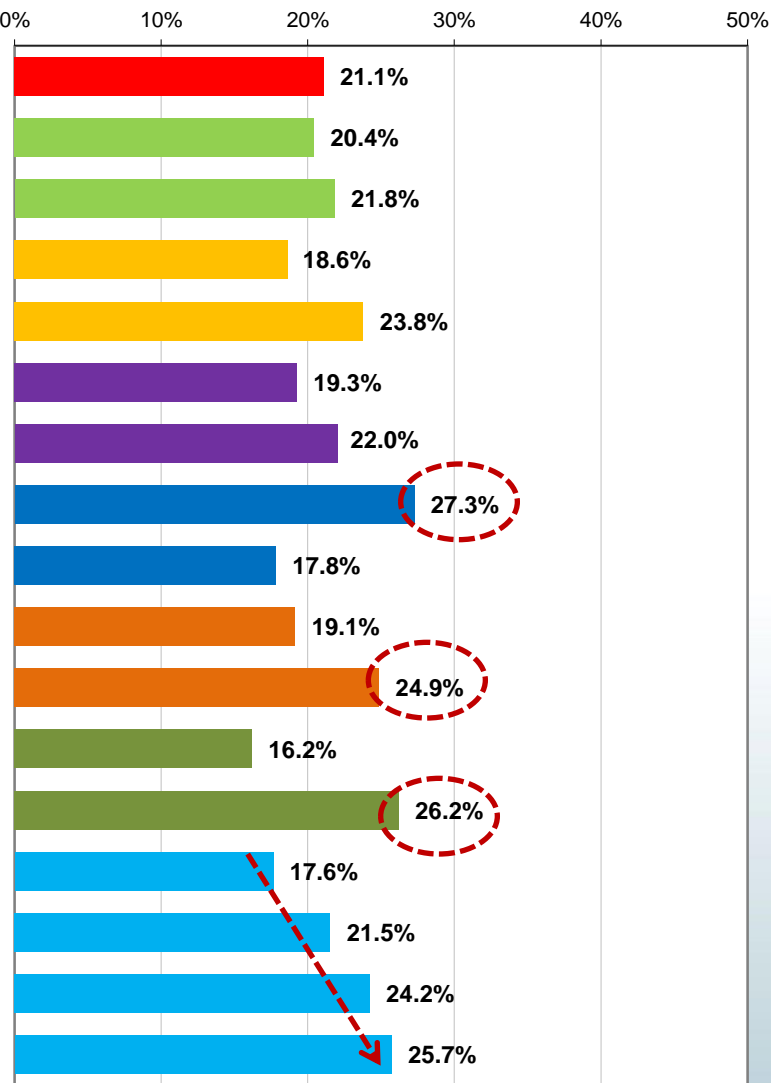
Skolēni, kuriem par sev satraucošām lietām ir grūti runāt ar TĒVU

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



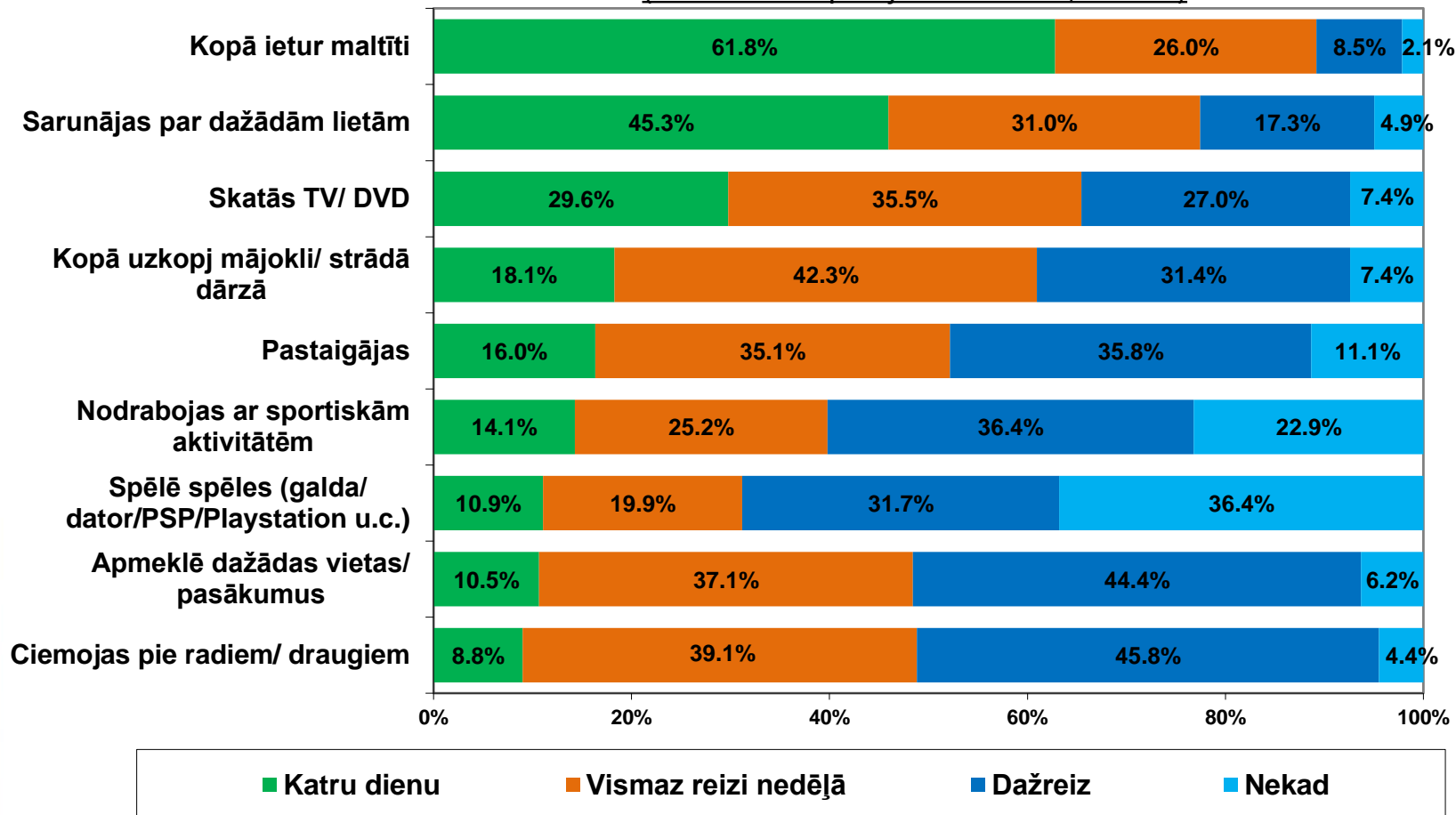
Skolēni, kuriem par sev satraucošām lietām ir grūti runāt ar MĀTI

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



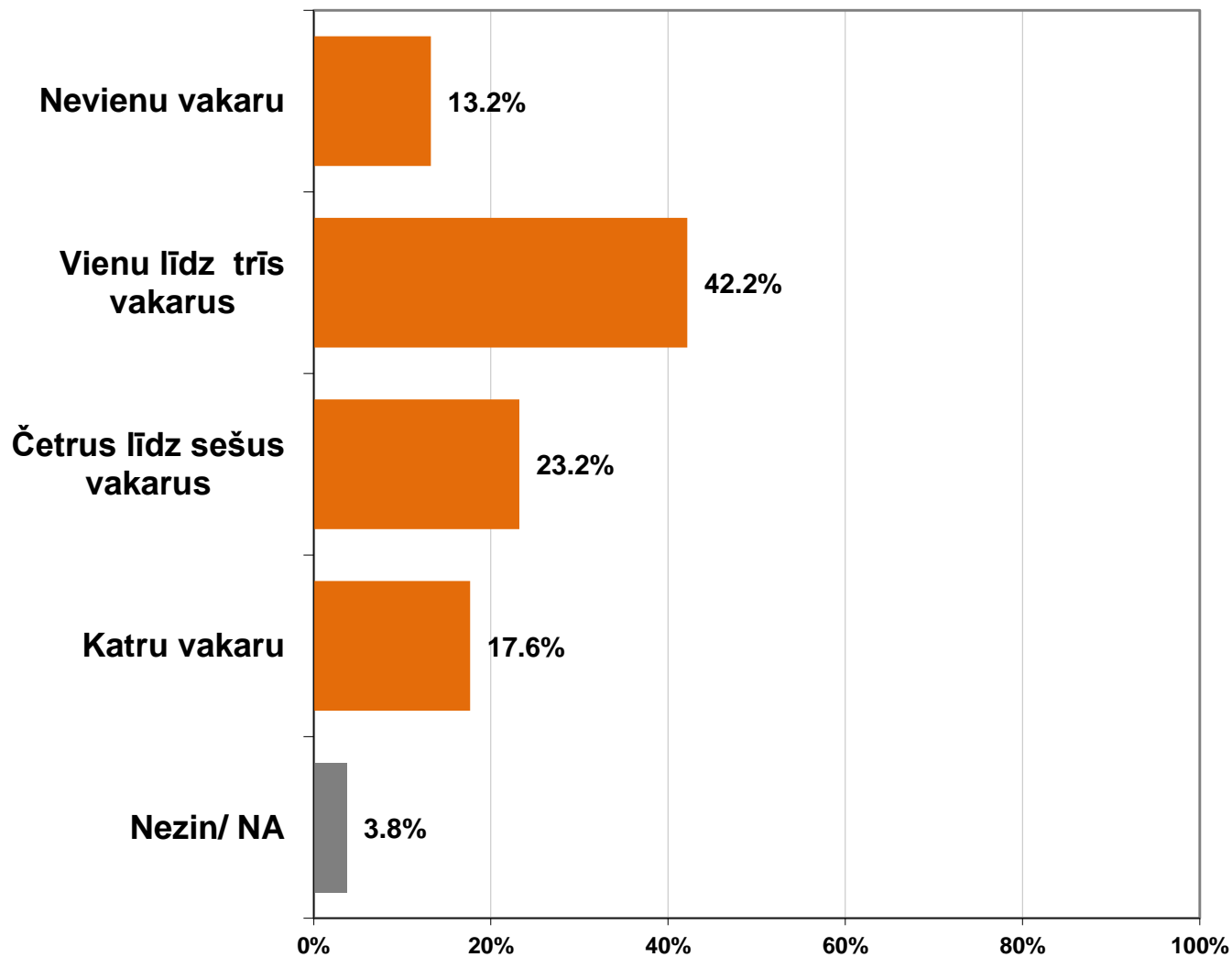
Cik bieži Tu un Tavas ģimenes locekļi darāt minētās lietas kopā?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



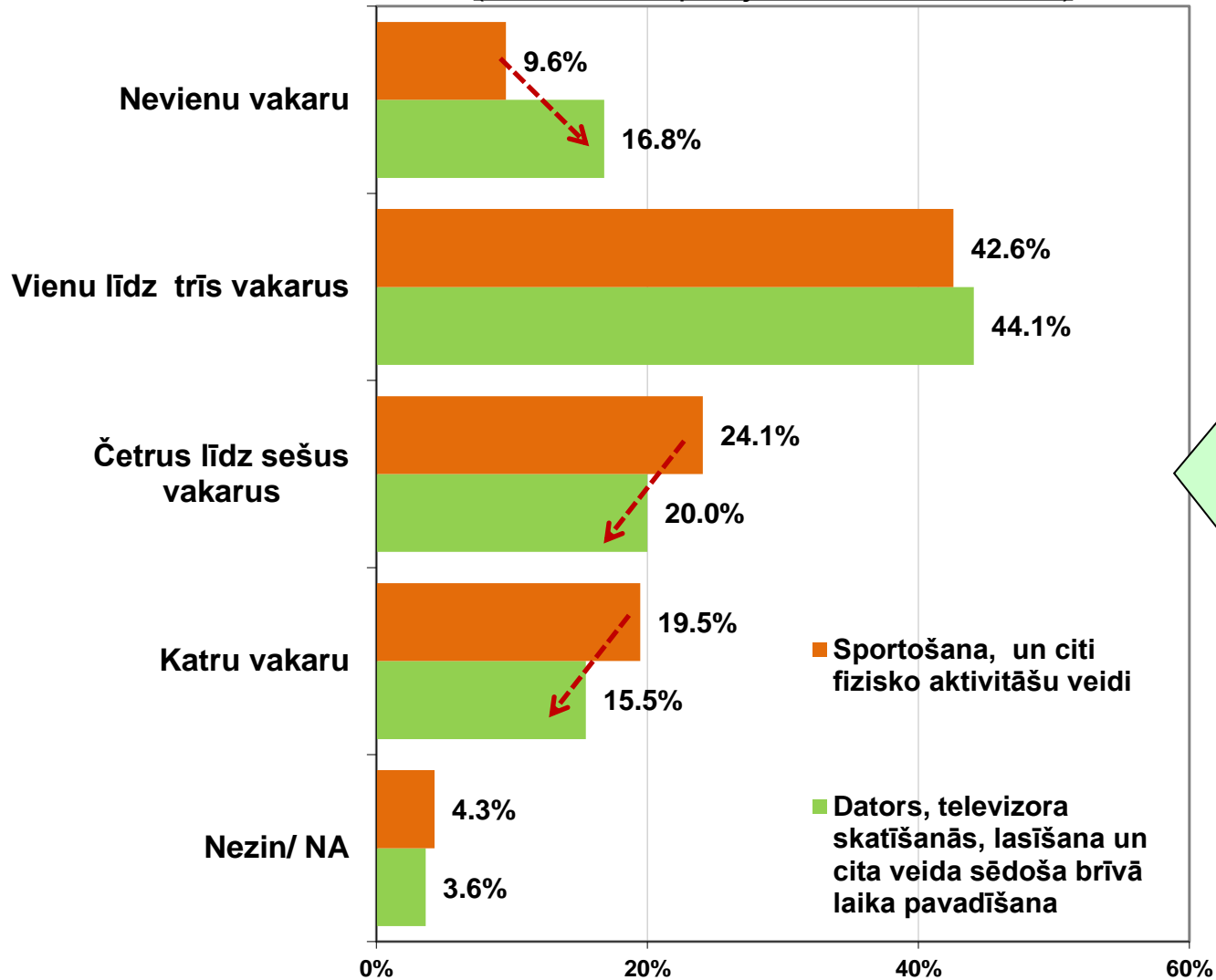
Cik vakarus nedēļā Tu parasti pavadi kopā ar draugiem/ draudzenēm?

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



Nodarbošanās brīvajā laikā atkarībā no satikšanās biežuma ar draugiem

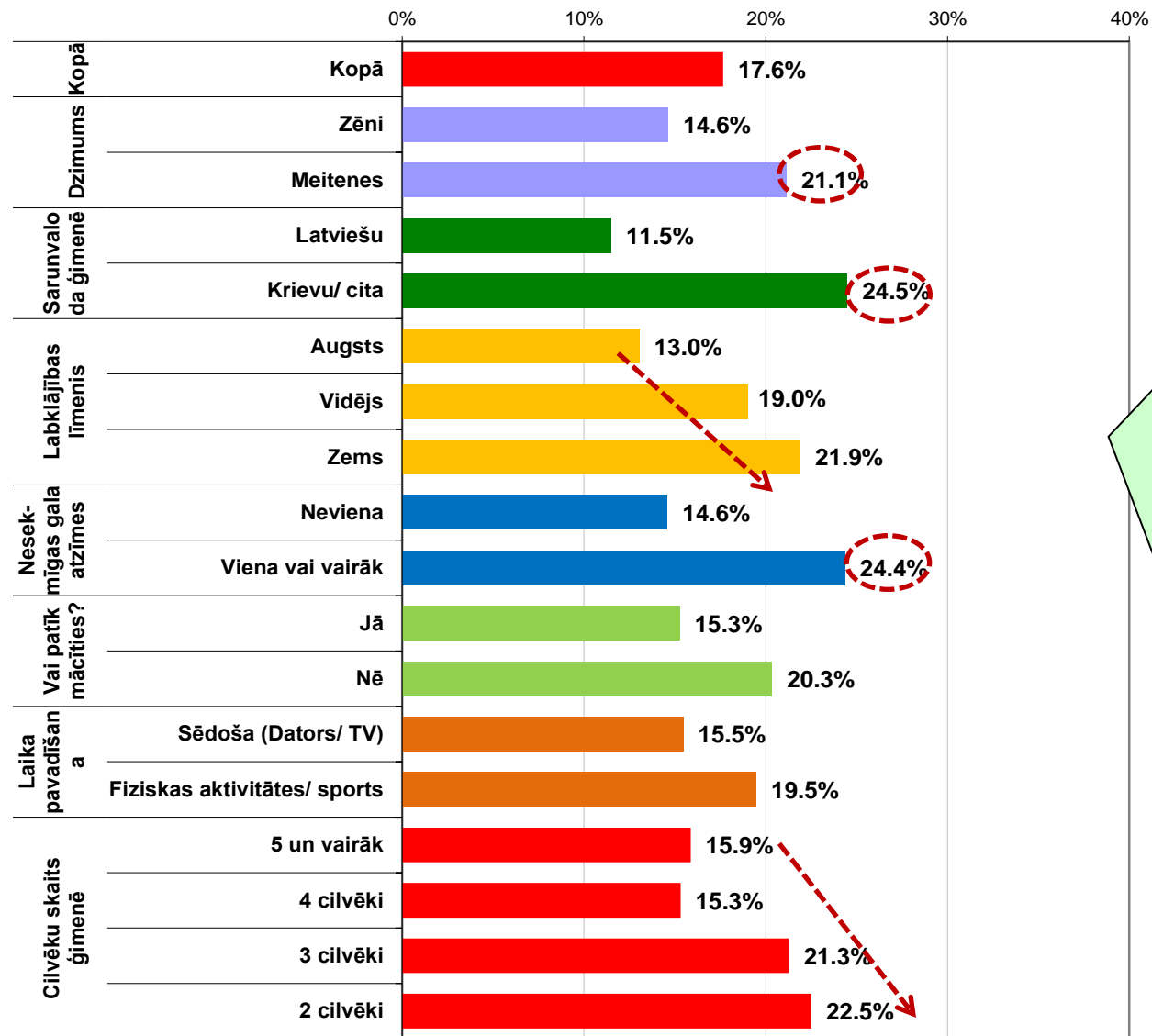
(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)



➤ Skolēni, kas biežāk satiekas ar draugiem, mazāk brīvo laiku velta datora/ TV lietošanai un cita veida sēdoša brīvā laika pavadīšanai.

Skolēni, kas katru vakaru pavada kopā ar draugiem/ draudzenēm

(Bāze = visi aptaujas dalībnieki; N=612)

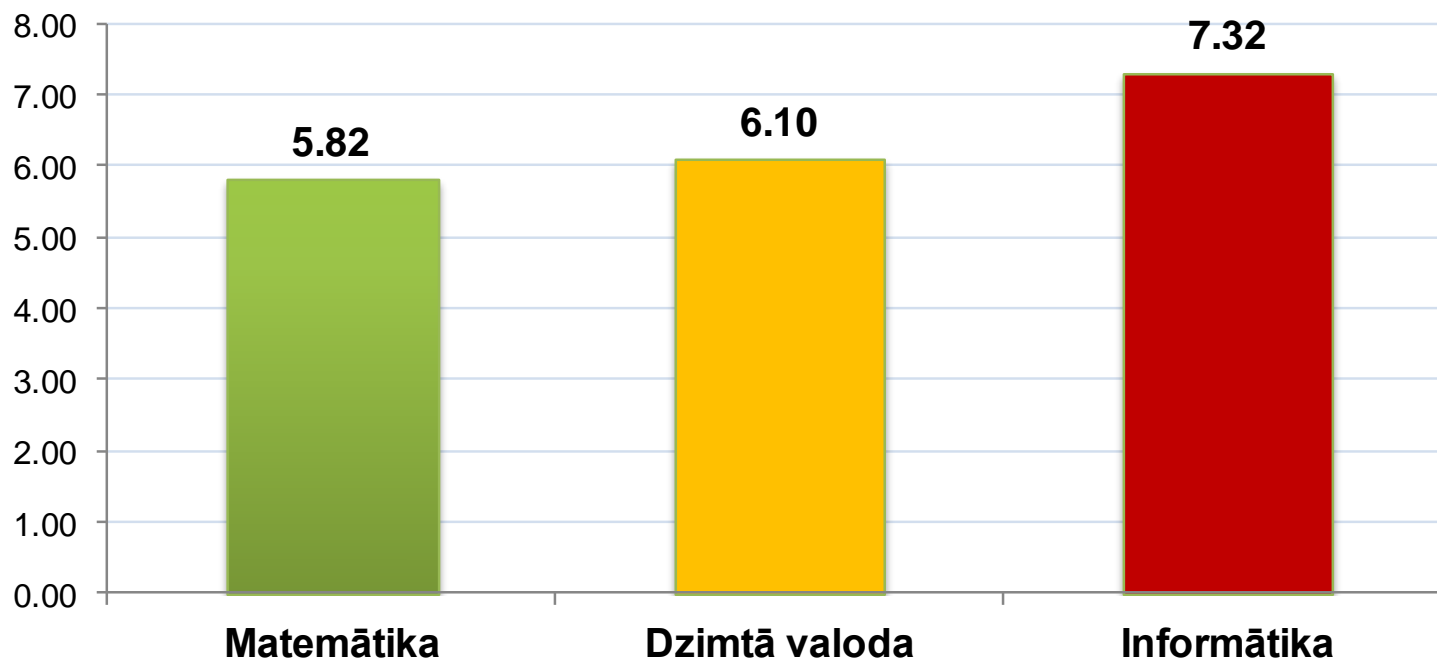


- Biežāk katru vakaru kopā ar draugiem pavada meitenes un krievu tautības jaunieši, kā arī skolēni no nepilnām ģimenēm un ar zemāku labklājības līmeni;
- Skolēniem, kas katru vakaru pavada kopā ar draugiem biežāk nepatīk mācīties un ir nesekmīgas atzīmes.

6. Mācību sasniegumu rādītāji

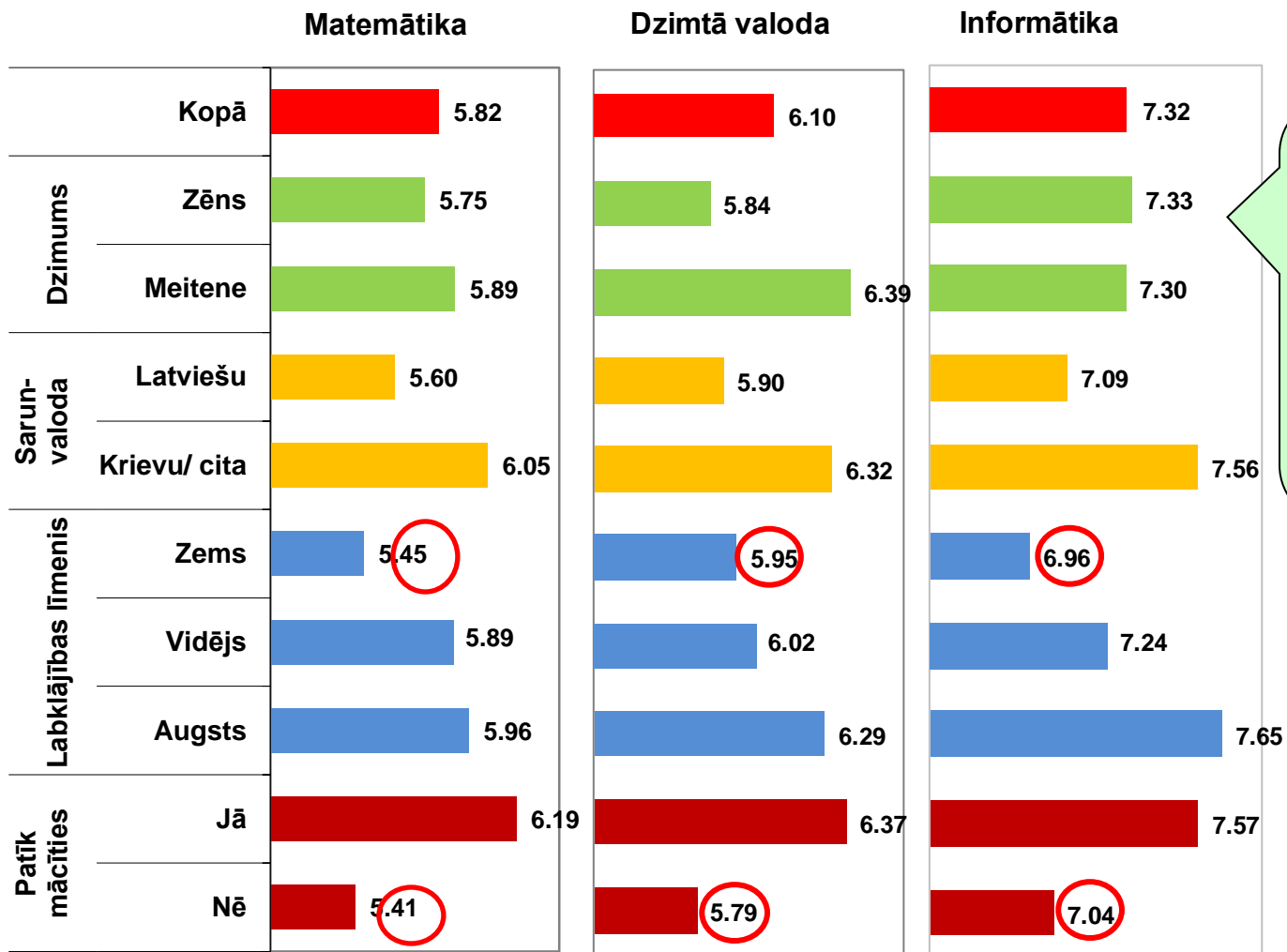
Vidējā atzīme iepriekšējā semestrī

Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N=612



Vidējā atzīme iepriekšējā semestrī (I)

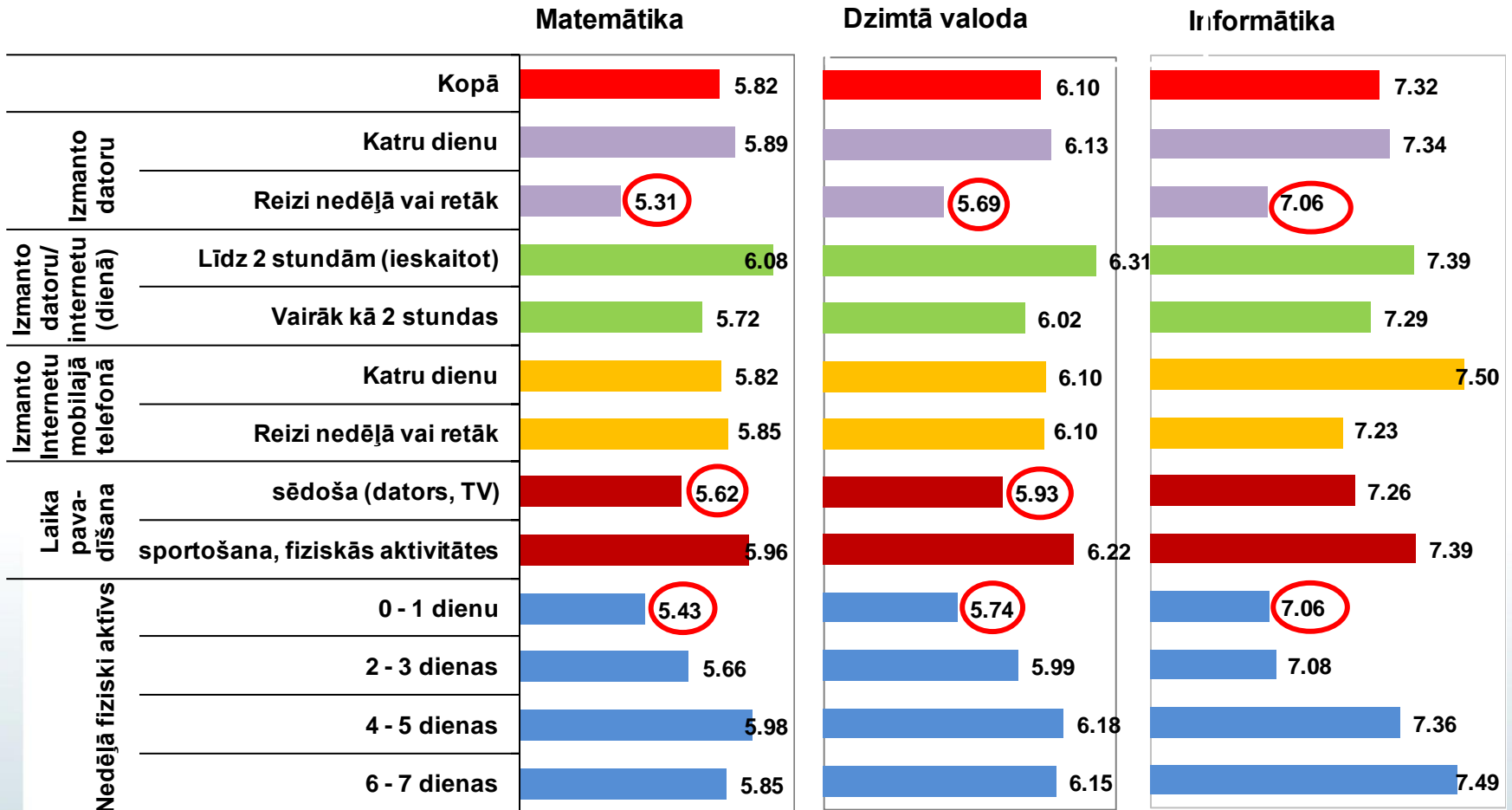
Bāze=visi aptaujas
dalībnieki; N=612



➤ Aptaujas rezultāti atspoguļo to, ka zemākas atzīmes biežāk ir vērojamas tiem skolēniem, kuru ģimenes labklājības līmenis ir zemāks un kuriem nepatīk mācīties

Vidējā atzīme iepriekšējā semestrī (II)

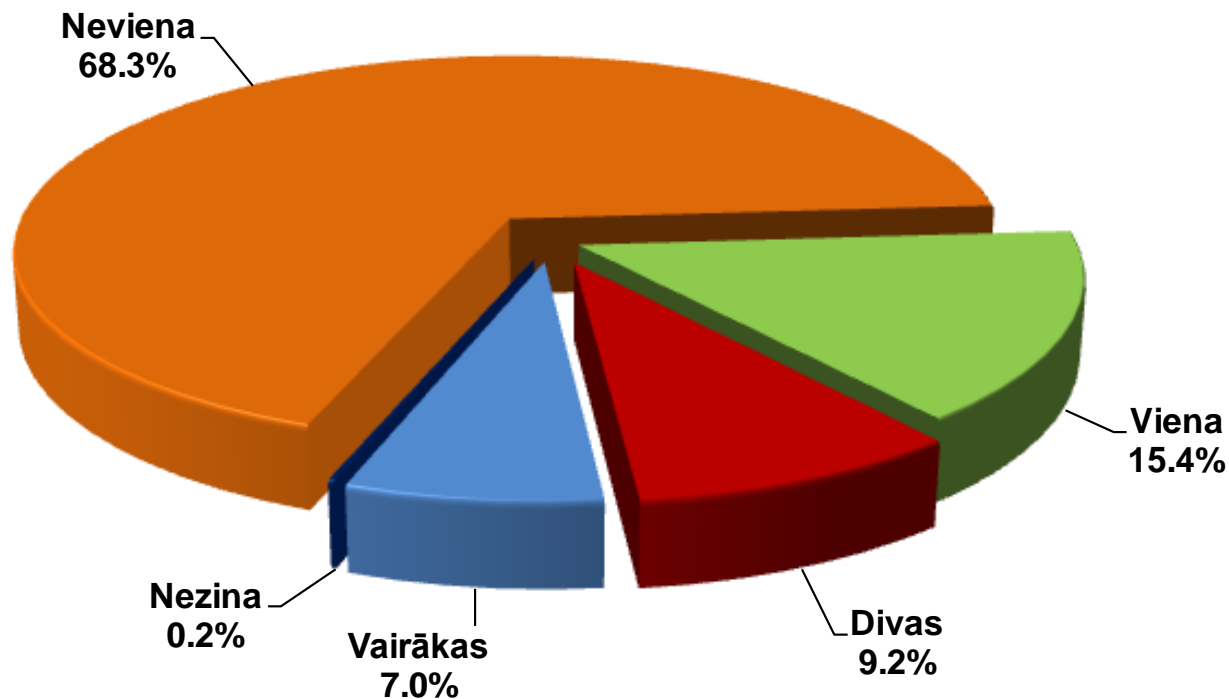
Visi aptaujas dalībnieki; N=612



➤ Saskaņā ar aptaujas rezultātiem zemākas atzīmes novērojamas to skolēnu vidū, kuri ir mazkustīgāki un kuri ikdienā datoru praktiski nelieto

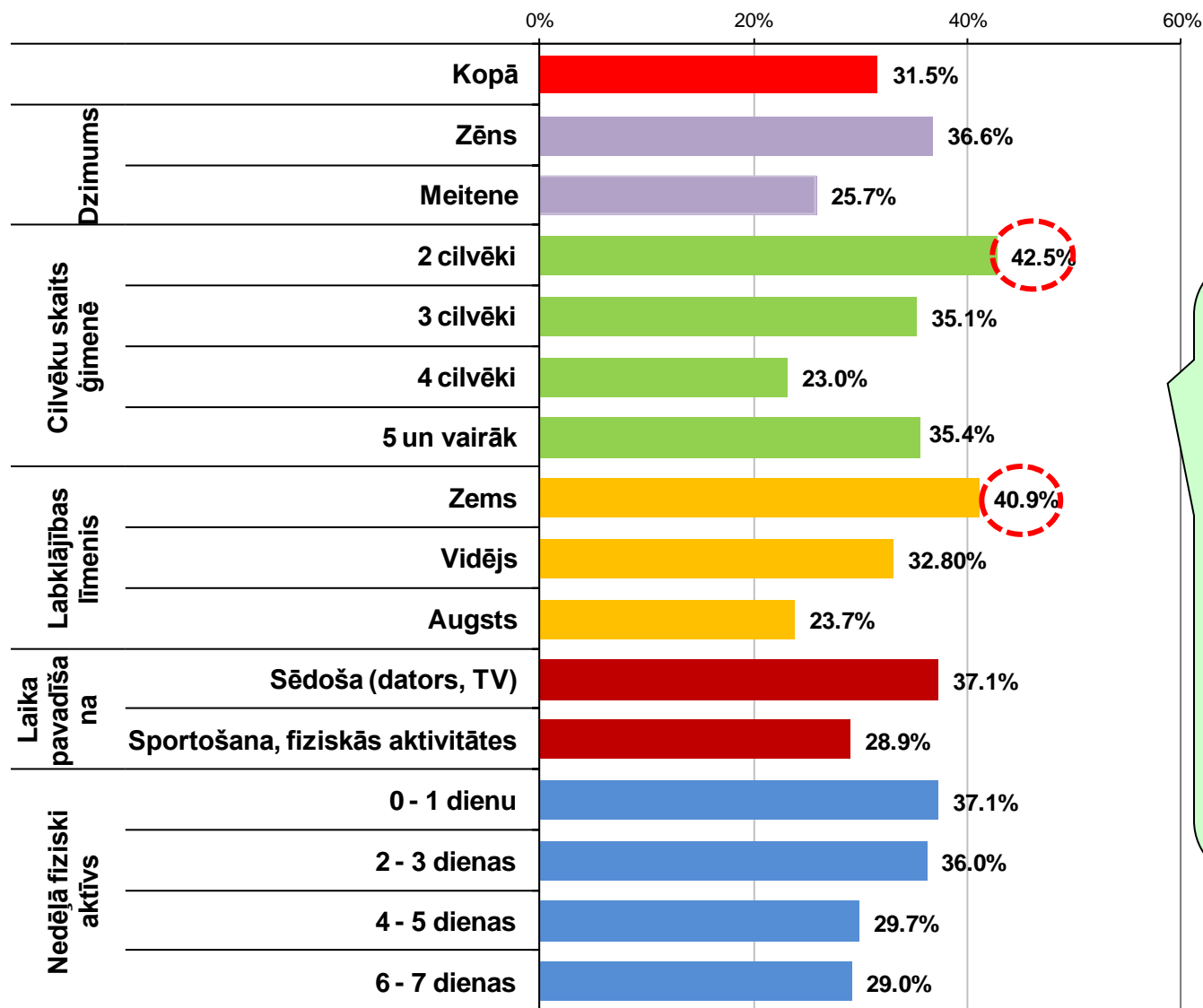
Vai Tev ir bijusi kāda nesekmīga gala atzīme kādā mācību priekšmetā iepriekšējā semestrī?

Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



Skolēni, kuriem iepriekšējā semestrī kādā mācību priekšmetā ir bijusi kāda nesekmīga gala atzīme (I)

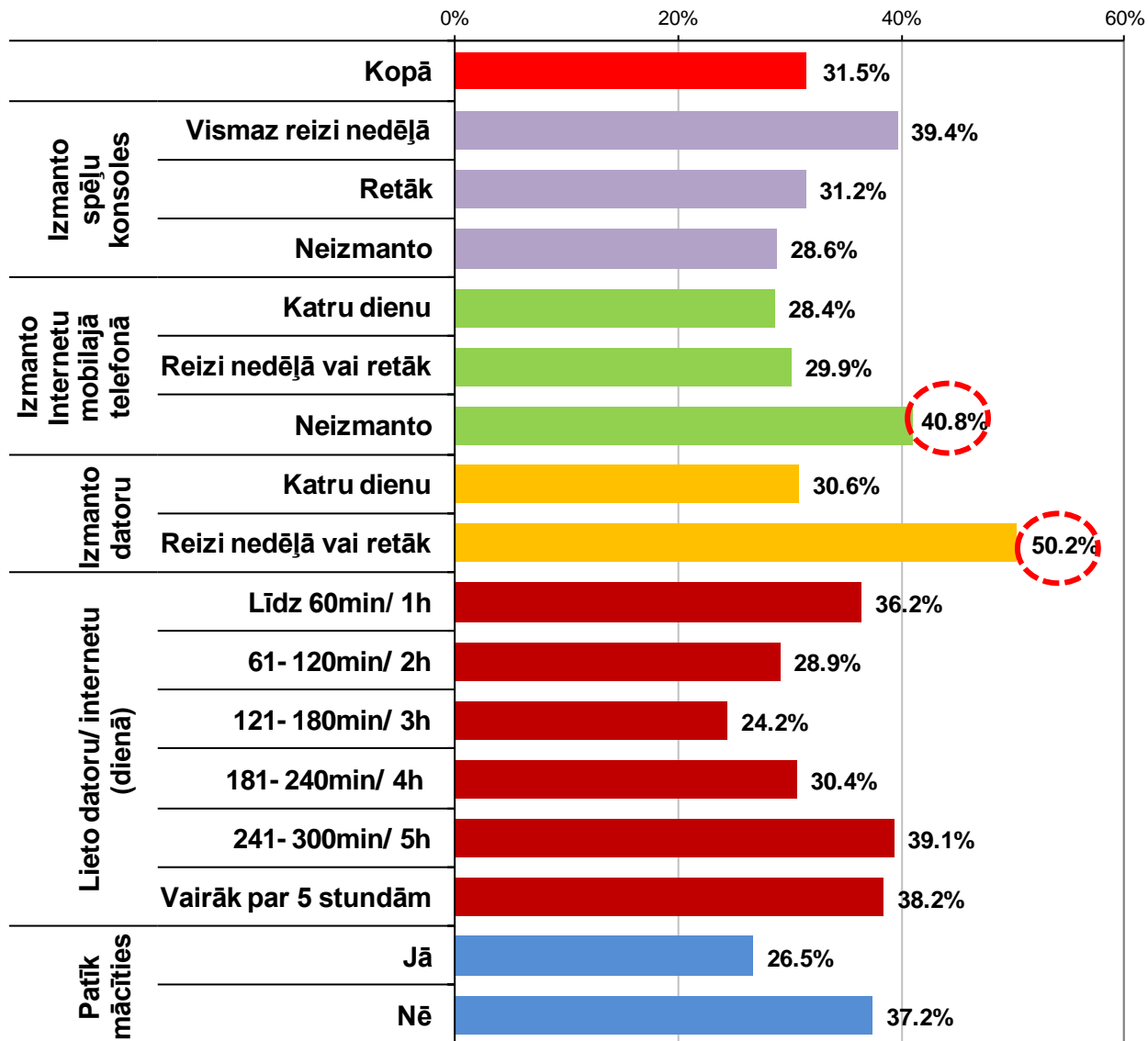
Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



➤ Saskaņā ar iepriekš minētajiem datora lietošanas paradumiem, skolēni, kas nāk no nepilnām ģimenēm, biežāk pārstāv pārmērīgu datora lietotāju auditoriju, kas sasaucas ar to, ka šie bērni retāk piedalās mācību priekšmetu olimpiādēs un ir nesekmīgāki.

Skolēni, kuriem iepriekšējā semestrī kādā mācību priekšmetā ir bijusi nesekmīga gala atzīme (II)

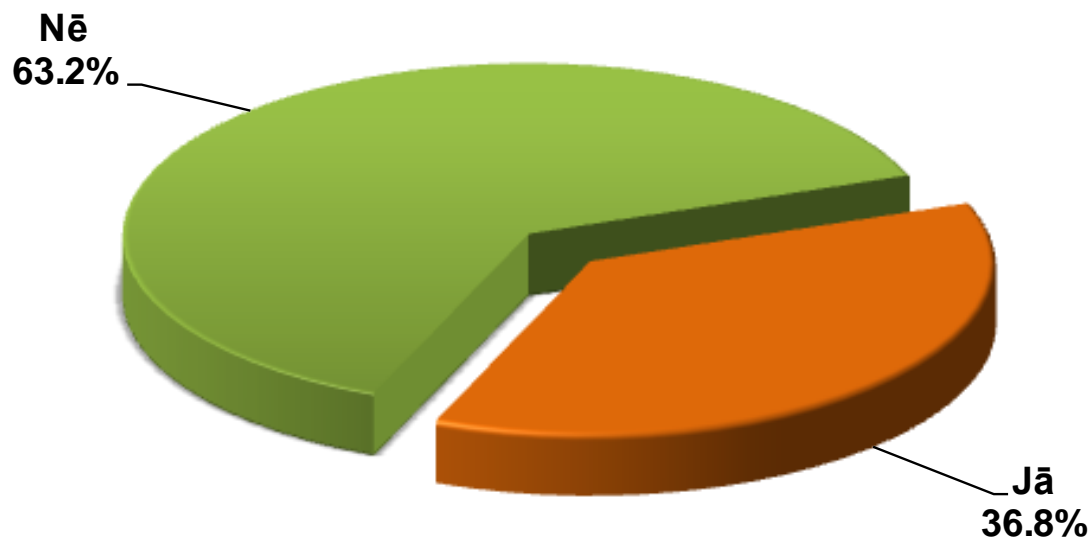
Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



➤ Izvērtējot informācijas tehnoloģiju iespaidu uz skolēnu sekmību, šīs aptaujas ietvaros jāsecina, ka biežāk nesekmīgi ir tie skolēni, kuri tādas informācijas tehnoloģijas kā dators un internets mobilajā telefonā, izmanto reti vai nekad.

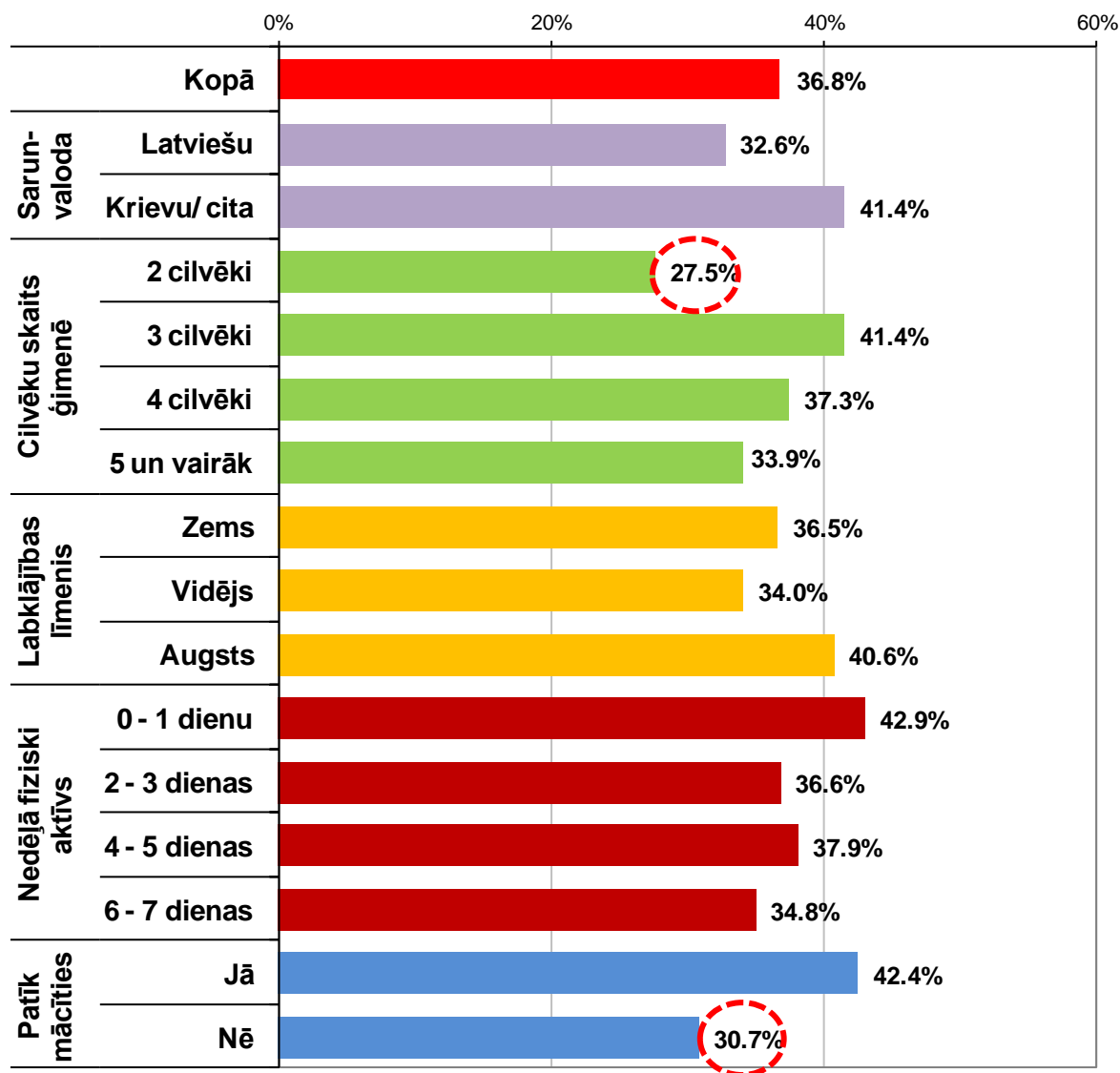
Vai Tu pēdējā gada laikā esi piedalījies kādā mācību priekšmetu olimpiādē?

Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



Skolēni, kuri pēdējā gada laikā ir piedalījušies kādā mācību priekšmetu olimpiādē (I)

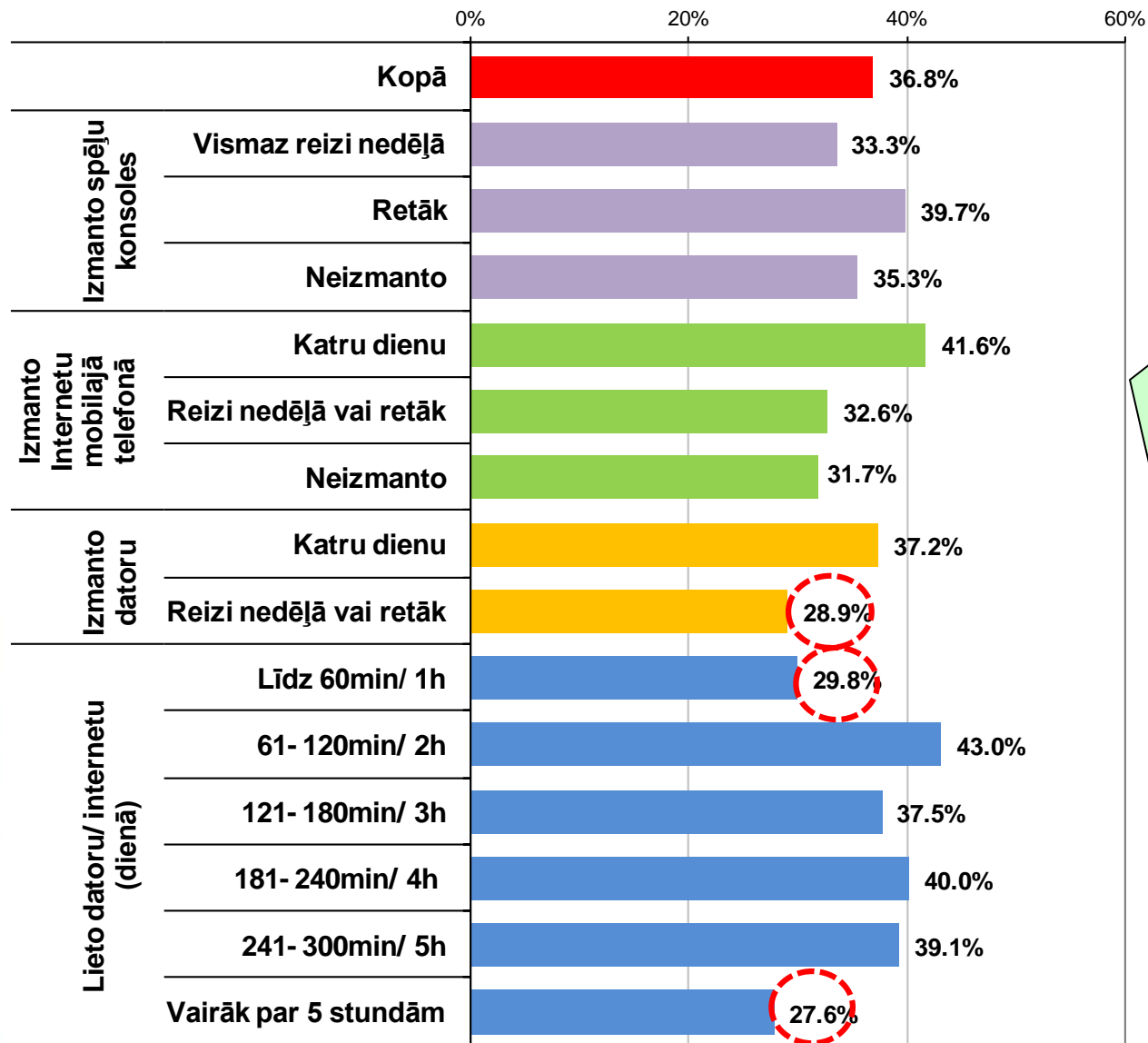
Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



➤ Saskaņā ar iepriekš minētajiem datora lietošanas paradumiem, skolēni, kas nāk no nepilnām ģimenēm, biežāk pārstāv pārmērīgu datora lietotāju auditoriju, kas sasaucas ar to, ka šie bērni retāk piedalās mācību priekšmetu olimpiādēs un ir nesekmīgāki

Skolēni, kuri pēdējā gada laikā ir piedalījušies kādā mācību priekšmetu olimpiādē (II)

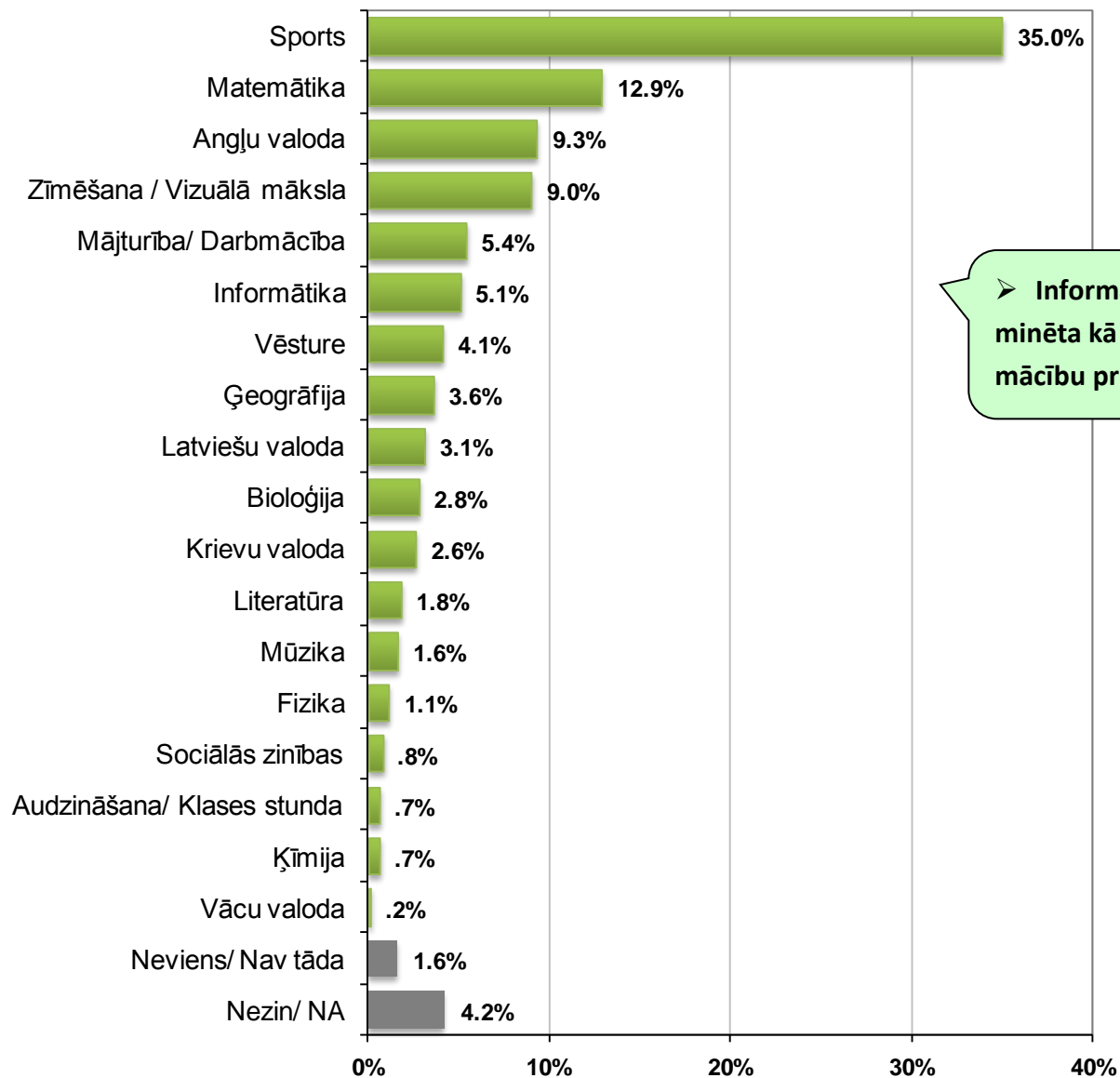
Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



➤ Salīdzinot mācību olimpiāžu dalībnieku īpatsvaru dažādās datoru izmantotāju grupās, šīs aptaujas ietvaros jāsecina, ka visretāk mācību priekšmetu olimpiādēs piedalās tie skolēni, kuri datoru izmanto pārmērīgi daudz (<5ha dienā) vai salīdzinoši reti (līdz 1ha dienā)

Kāds ir Tavs mīlākais mācību priekšmets skolā?

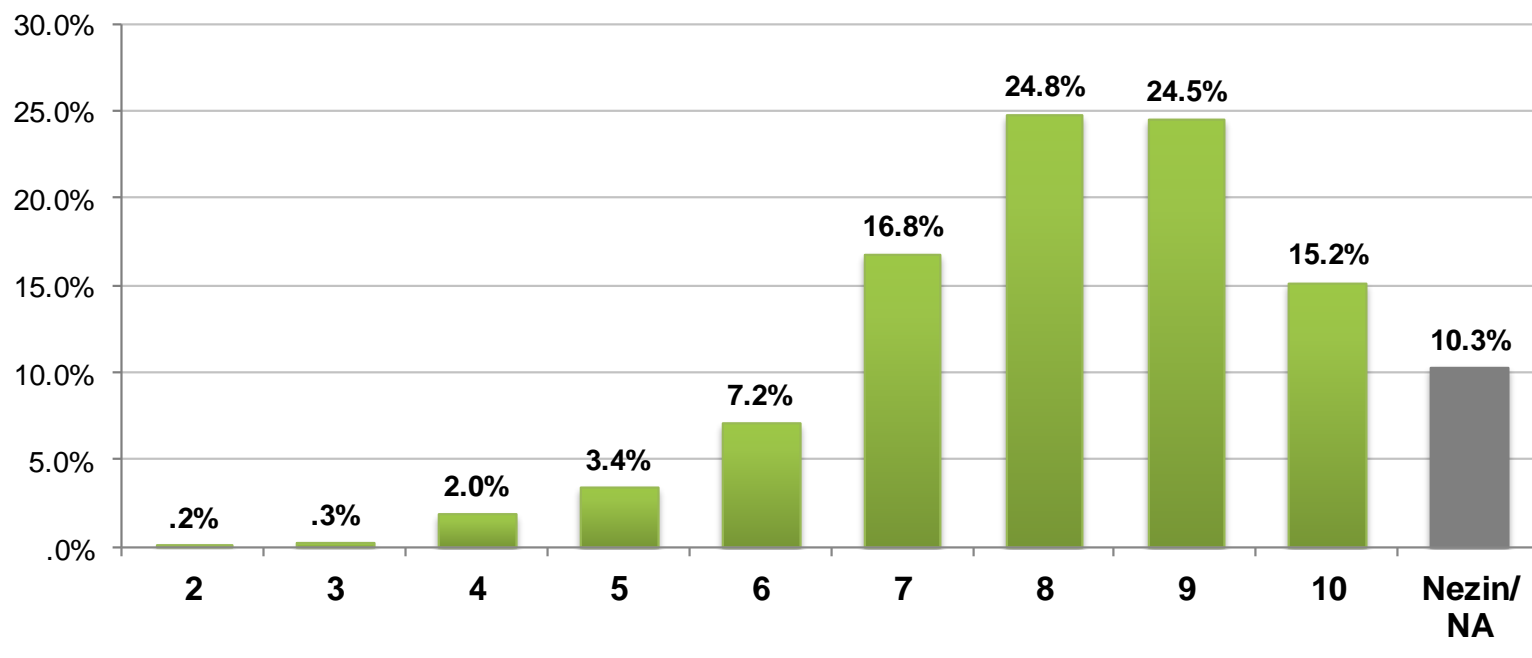
Bāze= visi respondenti; N-612)



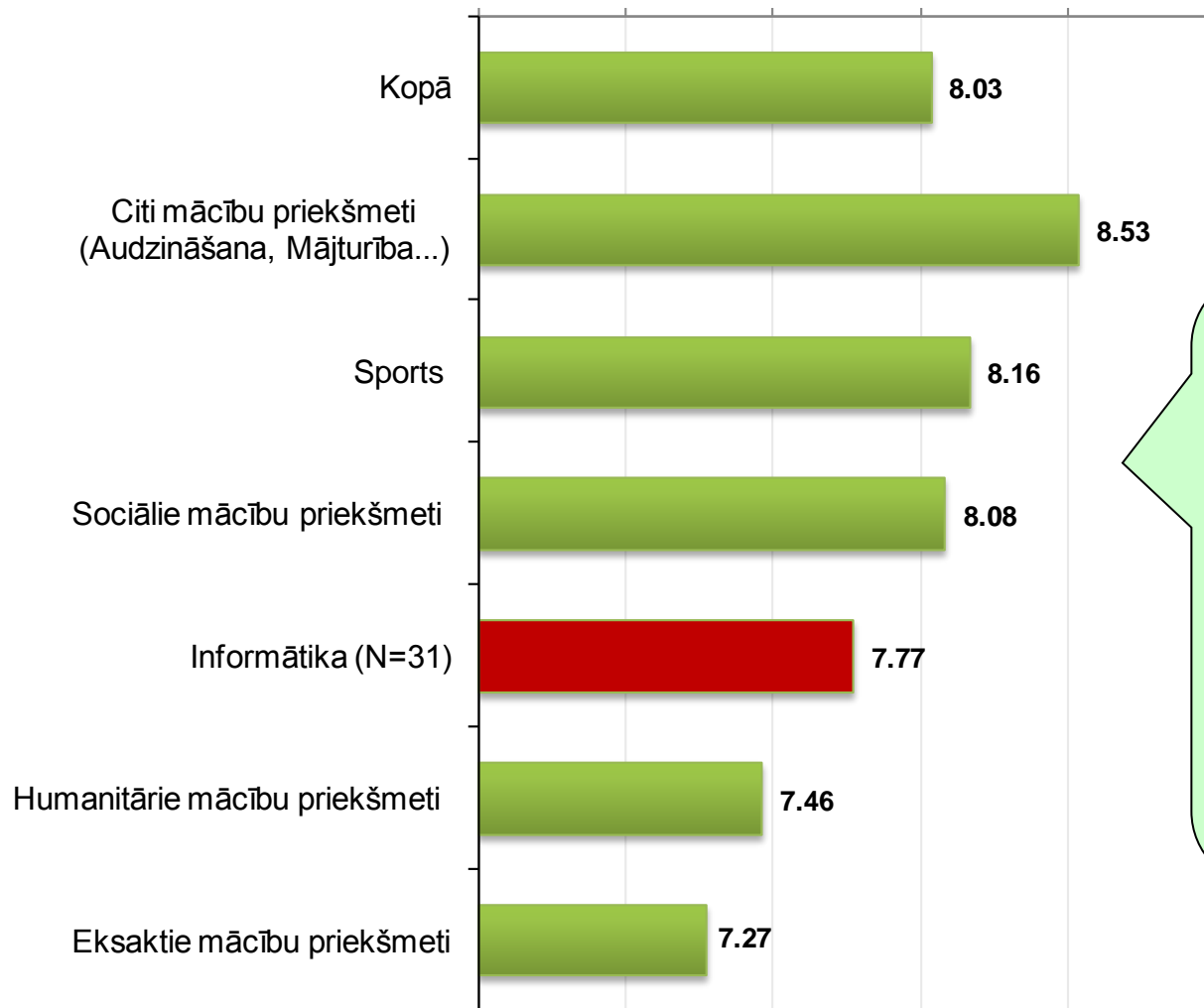
➤ Informātika tika minēta kā 6. populārākais mācību priekšmets

Kādu atzīmi Tu saņēmi savā mīļākajā mācību priekšmetā iepriekšējā semestrī?

Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



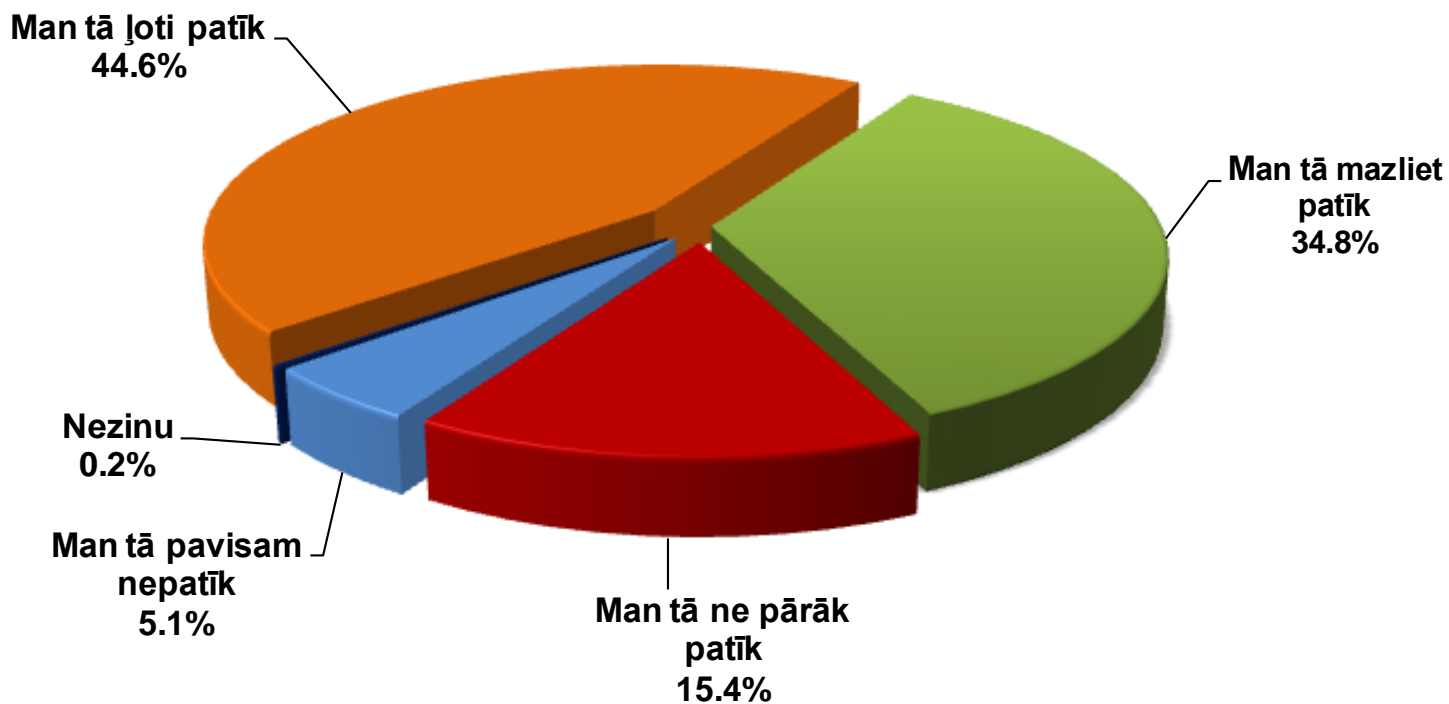
Vidējā atzīme iepriekšējā semestrī mīļākajā mācību priekšmetā



- Informātikas priekšmeta cienītāju vidū šīs aptaujas ietvaros netika novērotas īpaši zemākas sekmes kā citos priekšmetos
- Izvērtējot aptaujas rezultātus, starp informātikas priekšmeta popularitāti un datora lietošanas intensitāti nav novērojamas būtiskas sakarības

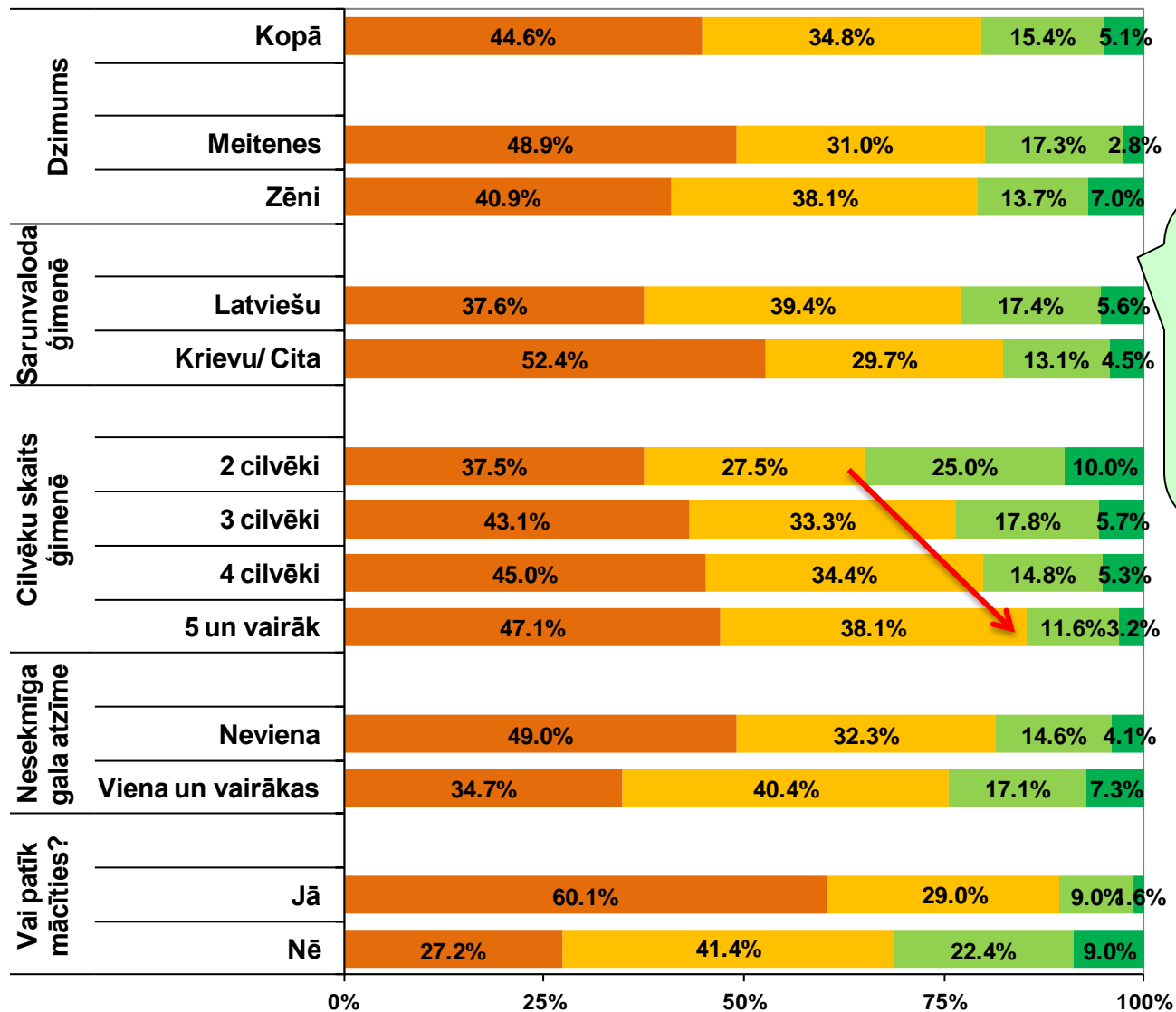
Ko Tu domā par savu skolu pašlaik?

Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



Ko Tu domā par savu skolu pašlaik? (I)

Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612

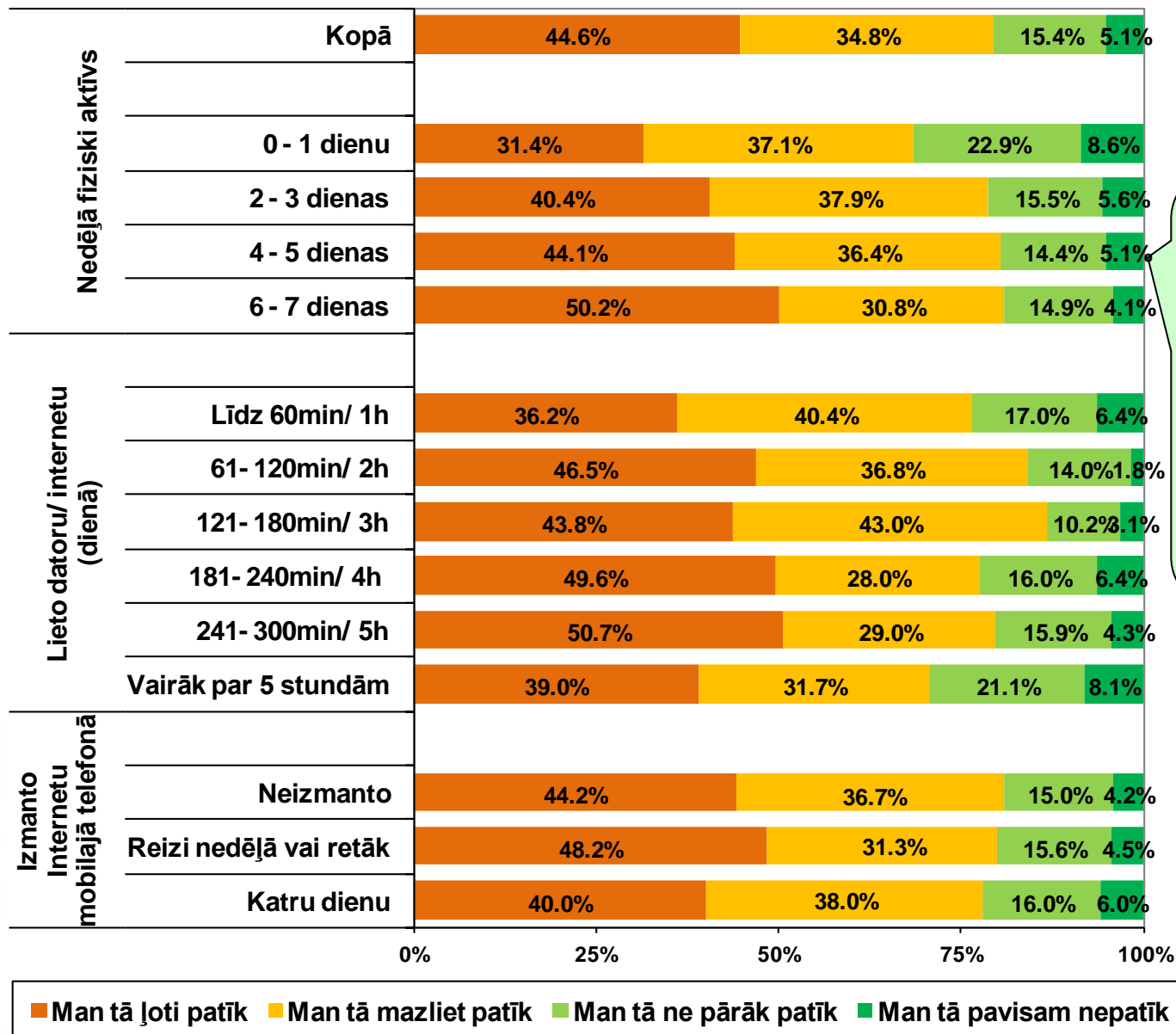


➤ Skolēni, kuriem patīk mācīties un kuri ir sekmīgāki, kā arī skolēni no lielākām ģimenēm pauž pozitīvāku attieksmi pret savu skolu.

■ Man tā ļoti patīk
 ■ Man tā mazliet patīk
 ■ Man tā ne pārāk patīk
 ■ Man tā pavisam nepatīk

Ko Tu domā par savu skolu pašlaik? (II)

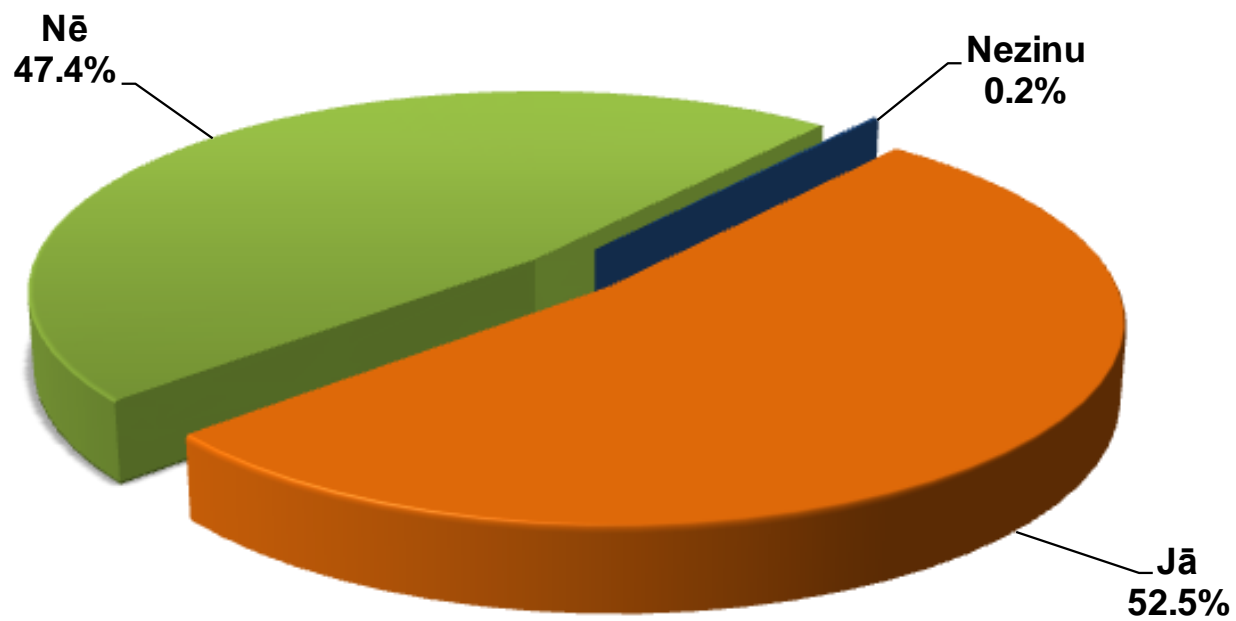
Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



➤ Viskritiskāk pret savus skolu izturas fiziski mazāk aktīvi skolēni, kā arī tādi, kuri datoru/ internetu izmanto pārmērīgi daudz (<5ha dienā) vai salīdzinoši reti (līdz 1ha dienā)

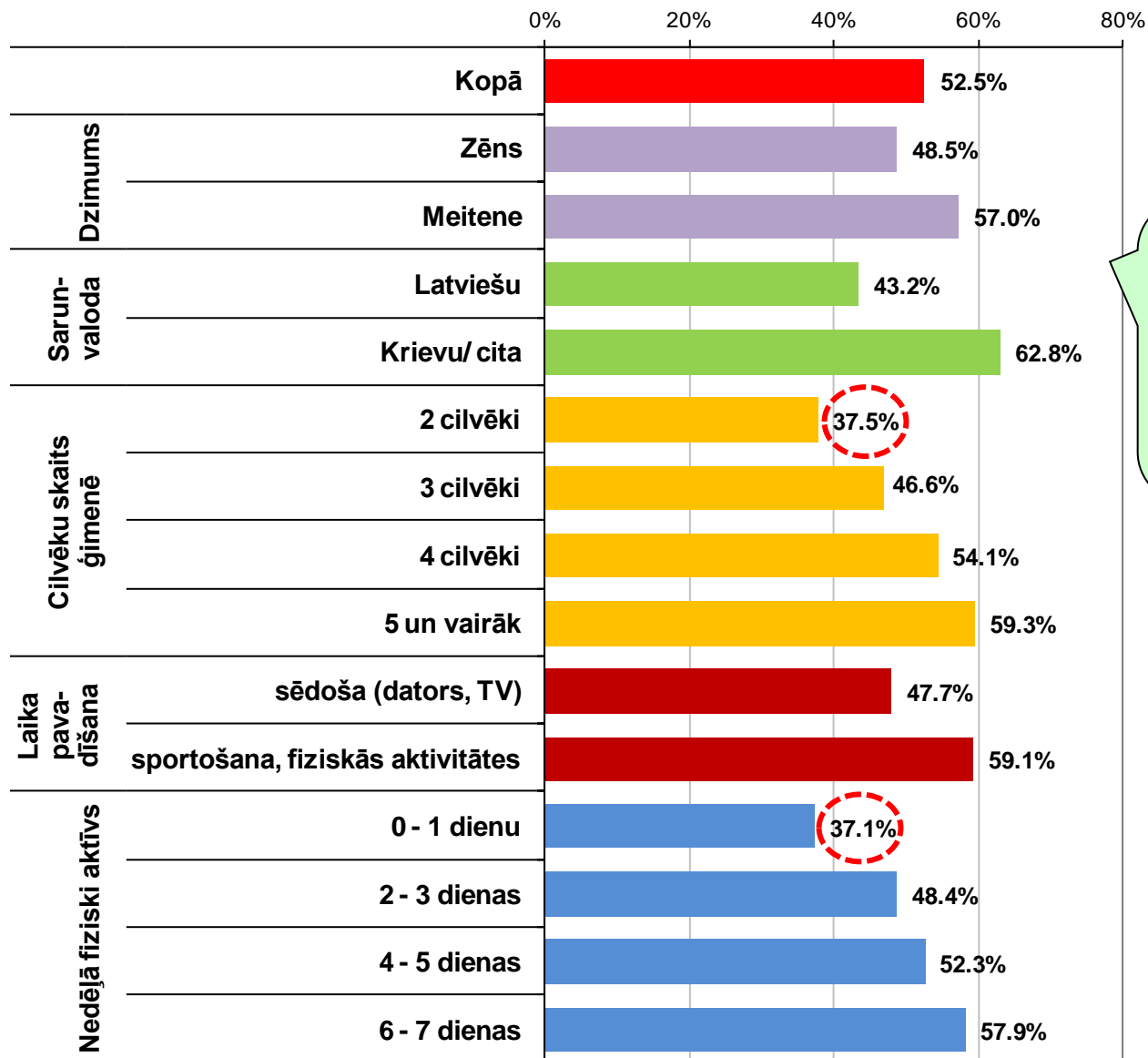
Vai Tev patīk mācīties?

Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



Skolēni, kuri atzina, ka viņiem patīk mācīties (I)

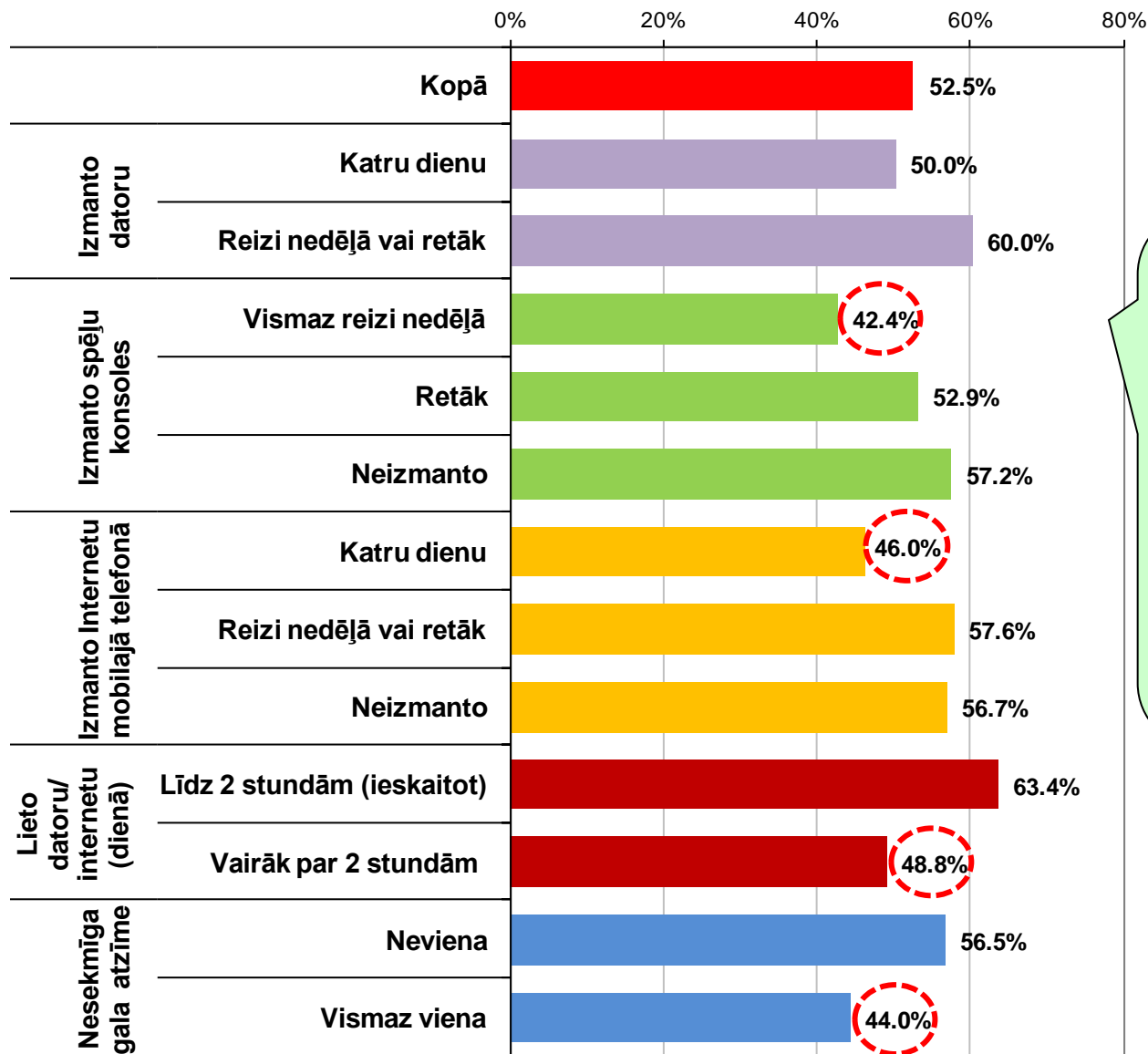
Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



➤ Skolēni, kuru dzīvesveids ir mazkustīgāks un kuri nāk no nepilnām ģimenēm, retāk atzīst, ka viņiem patīk mācīties

Skolēni, kuri atzina, ka viņiem patīk mācīties (II)

Bāze= visi aptaujas dalībnieki; N= 612



➤ Aptaujas rezultāti apstiprina pieņēmumus ka tiem skolēniem, kuriem ir sliktākas sekmes mācībās un kuri vairāk aizraujas ar dažādām tehnoloģijām (datora pārmerīga lietošana, internets mobilajā telefonā, spēļu konsoles), mazāk patīk mācīties