



## ROKIŠKIO RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Kodas 301817855, Respublikos g. 94, LT-42136 Rokiškis, tel.: (458) 52055,  
el paštas: info@rsveikata.lt

---

### KUPRINIŲ SVĖRIMO AKCIJOS REZULTATŲ APTARIMAS

Remiantis Pasaulio Sveikatos Organizacijos (PSO) rekomendacijomis, optimalus pilnos kuprinės svoris turėtų sudaryti ne daugiau kaip 10-15 proc. mokinio kūno masės. O geriausia, kad sudarytų iki 10 proc. kūno svorio.

Reikalavimai mokyklinėms kuprinėms yra išdėstyti Lietuvos higienos normoje HN 41:2003 „Mokyklinės prekės“, kurioje pažymima, kad gamintojui draudžiama kuprinę vadinti mokykline kuprine, jei ji neatitinka mokyklinei kuprinei keliamų reikalavimų. Pagrindiniai ir svarbiausi reikalavimai yra susiję su kuprinės svoriu, diržų pločiu ir reguliuojamu ilgiu. Kuprinių svėrimo akcija Visagino mokyklose vyko rugsėjo pabaigoje ir spalio mėnesį.

2017 metais vykdant šią akciją buvo pasverti moksleiviai ir jų kuprinės, įvertintas kuprinės tipas pagal Lietuvos higienos normas (kuprinė su vienu diržu, su dviem diržais ar tik su rankena) ir žiūrėtas mokinių kuprinių nešiojimo būdai. Šiais metais akcijoje dalyvavo 1-6 klasių mokiniai iš Visagino „Gerosios vilties“ progimnazijos, Visagino „Verdenės“ gimnazijos, Visagino „Žiburio“ pagrindinės mokyklos, Visagino Draugystės progimnazijos mokiniai. Iš viso akcijoje dalyvavo 961 mokiniai (478 mergaitės ir 483 berniukai).

Pagal mokinių kuprinių masės pasiskirstymą, tinkamo svorio kuprines (svoris iki 10% mokinio svorio) nešioja 68,26% mokinių (656 mokiniai), 28,41% (273 mokiniai) nešioja kuprines, kurių svoris nuo 10% iki 15% mokinio svorio, o daugiau kaip 15% mokinio svorio kuprines turėjo 32 mokiniai, tai sudarė 3,33%.

Pagal kuprinės tipą, visi mokiniai kuprines turi su dviem diržais. Atšvaitus ant kuprinių turi 96,67% mokinių, tai yra 929 mokiniai (32 mokiniai atšvaitų neturėjo). Pagal mokinių kuprinių nešiojimo būdą 951 mokinys nešioja kuprines taisyklingai, tai yra ant dviejų pečių, ir tai sudarė 98,96% visų mokinių, o 10 mokinių, kurie sudarė vos 1,04% kuprines nešioja ant vieno peties, o rankoje nešiojančių kuprines mokinių nebuvo.

Vykdant šią akciją pamatėme, jog dalis mokinių kuprinėse nešiojo nereikalingus daiktus, tai yra sportbačius (juos mokiniai laiko klasėse, į namus nesinešioja), žaislus, spalvinimo knygutes (kurių pamokų metu nereikia), vandens butelius (kiekvienoje pradinėje klasėje stovi vanduo ir visi mokiniai kada tik nori gali atsigerti, tam kad su savimi pradinukai nesinešiotų papildomo svorio), ir kitus nereikalingus daiktus.

Parengė: Visuomenės sveikatos biuro stebėsenos specialistė Agnė Dubakienė