

ŠIAULIŲ UNIVERSITETAS  
SOCIALINĖS GEROVĖS IR NEGALĖS STUDIJŲ FAKULTETAS  
MEDICINOS PAGRINDŲ KATEDRA

Taikomosios kūno kultūros magistrantūros studijų programa

*Vida Škimelienė*

**SUTRIKUSIO INTELEKTO MOKSLEIVIŲ MOTYVAVIMAS  
SPORTUOTI**

*Magistro darbas*

*Magistro darbo vadovė –  
doc. dr. Daiva Mockevičienė*

**2007**

## **Magistro darbo santrauka**

Darbe atlikta *teorinė* moksleivių socialinės aplinkos sampratos, ją lemiančių veiksnių, protinio atsilikimo sampratos ir sutrikusio intelekto vaikų vystymosi ypatumų analizė.

Iškelta *hipotezė*, kad socialinė aplinka ir fizinis pajėgumas įtakoja sutrikusio intelekto mokinių motyvavimą sportuoti.

Taikant *anketinės apklausos, testavimo, pedagoginio eksperimento metodus* buvo atliktas tyrimas, kurio tikslas – nustatyti socialinės aplinkos ir fizinio pajėgumo įtaką sutrikusio intelekto mokinių motyvavimui sportuoti. Atlikta *statistinė* ( dažnių, vidurkių, standartinės paklaidos, Spearman koreliacijos koeficiento, t- testo) *duomenų analizė*.

Tyrimo dalyvavo 72 Rusnės specialiosios ir 20 Klaipėdos I-os specialiosios mokyklų sutrikusio intelekto mokinių bei 145 Rusnės pagrindinės mokyklos mokiniai.

*Empirinėje* dalyje nagrinėjamas sutrikusio intelekto ir pagrindinės mokyklos mokinių požiūris į socialinę aplinką; įvertinami sutrikusio intelekto mokinių fizinio pajėgumo rodikliai bei eksperimento programos poveikis.

Svarbiausios empirinio tyrimo *išvados*:

**1.** Tyrimo duomenys, susiję su pirmojo uždavinio sprendimu, atskleidė, kad mokyklose moksleiviai dalyvauja tik kūno kultūros pamokose, nes jos yra privalomos. Nelanko sportinių būrelių 54% specialiosios ir 58% pagrindinės mokyklos mokiniai.

**2.** Pasitvirtino hipotezė, kad socialinė aplinka ir fizinis pajėgumas įtakoja sutrikusio intelekto mokinių motyvavimą sportuoti. Sveikų vaikų socialinė aplinka daugiau skatina mankštintis ir sportuoti, o sutrikusio intelekto vaikus daugiau užsiimti fizine veikla skatina tik pedagogai.

**3.** Specialiosios mokyklos mokinių neadekvačiai vertina savo gebėjimus: 22% respondentų teigia, kad labai rūpinasi savo sveikata; 58% sutrikusio intelekto mokinių teigia, kad pakankamai sportuoja, kad būtų sveiki. 44% sutrikusio intelekto mokinių, turėdami kalbos ir komunikacijos sutrikimų nemėgsta lietuvių kalbos. 4% specialiosios mokyklos mokinių dėl bendravimo sunkumų neturi draugų.

**4.** Sutrikusio intelekto mokinių fizinio pajėgumo rodikliai kito nevienodai. Geresnių rezultatų pasiekiami 14-16 metų.

**5.** Dėl aerobikos pratybų poveikio eksperimentinės grupės mergaičių fizinio pajėgumo rodikliai nežymiai pagerėjo staigioji ir liemens jėga. Eksperimentinė aerobikos programa gali būti viena iš laisvalaikio užimtumo formų: ši veikla suteikia daug teigiamų emocijų, į užsiėmimus mergaitės ateina laisva valia, pagerėja fizinis pajėgumas.

*Esminiai žodžiai*: socialinė aplinka, šeima, sutrikusio intelekto mokiniai, fizinis pajėgumas.

## Turiny

<b>Magistro darbo santrauka</b> .....	2
<b>Įvadas</b> .....	4
<b><i>I skyrius.</i></b> Moksleivių socialinė aplinka.....	8
1.1. Socialinės aplinkos samprata, veiksniai.....	8
1.2. Šeimos įtaka vaiko gyvenime.....	9
1.3. Vaikas ir mokykla.....	10
1.4. Protinio atsilikimo samprata.....	12
1.5. Sutrikusio intelekto vaikų vystymosi ypatumai.....	15
1.6 Fizinis aktyvumas – svarbiausias sveikatą stiprinantis faktorius.....	21
1.7 Sutrikusio intelekto mokinių skatinimas sportuoti.....	23
<b><i>2 skyrius.</i></b> Moksleivių požiūrio į socialinę aplinką ir fizinio pajėgumo rezultatų analizė.....	26
2.1. Tyrimo metodai.....	26
2.2. Dalyviai.....	32
2.3. Moksleivių požiūrio į socialinę aplinką tyrimo rezultatai.....	33
2.4. Sutrikusio intelekto moksleivių fizinio pajėgumo vertinimo rezultatai.....	63
2.5. Pedagoginio eksperimento poveikio rezultatai.....	66
<b>Išvados</b> .....	68
<b>Literatūra</b> .....	69
<b>Summary</b> .....	74
<b>Priedai</b> .....	75

## Ivadas

Pastaruoju metu vis daugiau vaikų per mažai mankština arba visai nesportuoja. Fizinis aktyvumas, padedantis gerinti žmogaus sveikatą ir fizinę formą, mažinantis riziką susirgti įvairiomis lėtinėmis ligomis dar nepakankamai vertinamas. Hypodinamijos pasekmės pasireiškia tuo, kad daugėja sergančių vaikų. Lietuvos Respublikos Švietimo įstatymo (1991) 23 straipsnio 1 punktą teigia, kad mokykla turi padėti mokiniui saugoti ir stiprinti sveikatą.

Mokykla ir kūno kultūros pamokos yra vienintelė vieta kur moksleiviai užsiima fiziškai aktyvia veikla, nes kūno kultūros dalyko privalo mokytis visi vaikai. Atliekami įvairūs tyrimai rodo, kad didžioji dauguma moksleivių stengiasi išvengti dalyvavimo kūno kultūros pamokose dėl nepakankamos motyvacijos bei blogos mokyklų sportinės bazės. Volbekienė (2005), atlikusi tyrimą nustatė, kad 85,8 % mokinių yra nepakankamai fiziškai aktyvūs.

Mokslininkai savo empiriniuose darbuose nagrinėja veiksnius, sąlygojančius fizinio aktyvumo stoką mokinių tarpe ( Zaborskis, Makari, 2001; Kardelis, 2001; Volbekienė, 2005). Tai tyrimai atlikti sveikų vaikų tarpe, tuo tarpu duomenų apie sutrikusio intelekto vaikų nenorą dalyvauti fizinėje veikloje duomenų stokojama. Nuo 1991m. Lietuvoje išleista nemažai įstatymų ir įvairių aktų įtvirtinančių neįgaliųjų teises, padedančių spręsti jų asmenines, socialines, gyvenimo ir integracijos į visuomenę problemas. Pagal normalizacijos teoriją neįgaliesiems asmenims turi būti sudaromos kiek galima labiau atitinkančios sveikų žmonių gyvenimo, mokymosi, darbo, poilsio sąlygos.

Šiuo metu didelis dėmesys skiriamas taikomajai fizinei veiklai, kuri gali pagerinti neįgalių asmenų gyvenimo kokybę ( Mikelkevičiūtė, 2002, 2003; Ostasevičienė, 2002; Rėklaitienė, 2003). Daugelis autorių teigia, kad nieko nesugebančių vaikų nėra, tik reikia kryptingai organizuoti ugdomąją veiklą. Todėl būtinas sutrikusio intelekto moksleivių fizinės veiklos skatinimas. Pedagogai-praktikai dirbdami su sutrikusio intelekto vaikais per eilę metų pastebi šių vaikų besikeičiantį bendravimą, teigiamą savęs vertinimą. Didelį poveikį šiems pokyčiams atsirasti turi įvairi papildomo ugdymo taikomoji veikla ( sportiniai būreliai, rankdarbiai, šokiai, dailė, muzika).

Kas gali skatinti sutrikusio intelekto moksleivius sportuoti? Ar gali supanti aplinka įtakoti šių vaikų skatinimą dalyvauti fizinėje veikloje? Ar turi įtakos sutrikusio intelekto vaikų norui sportuoti fizinis pajėgumas? Todėl norint atsakyti į šiuos ir kitus klausimus, būtini moksliniai tyrimai, galintys pagrįsti įvairių veiksnių poveikį sutrikusio intelekto moksleivių mokymosi ir gyvenimo kokybei.

Tai paskatino imtis šio tyrimo, kuriame formuluojamas **probleminis klausimas**: *ar turi įtakos sutrikusio intelekto mokiniams socialinė aplinka ir fizinis pajėgumas motyvavimui sportuoti?*

Probleminio klausimo formuluotė įgalino kelti **darbinę hipotezę**, teigiančią, kad *socialinė aplinka ir fizinis pajėgumas įtakoja sutrikusio intelekto mokinių motyvavimą sportuoti*.

Probleminis klausimas ir hipotezės formulavimas leido apibrėžti **tyrimo objektą** – *sutrikusio intelekto mokinių motyvavimas sportuoti ir fizinis pajėgumas*.. Apibrėžę tyrimo objektą, jo kintamaisiais pasirinkome socialinę aplinką ir fizinį pajėgumą.

Tyrimo objektas ir hipotezė sąlygoja šio **tyrimo tikslą** – *nustatyti socialinės aplinkos ir fizinio pajėgumo įtaką sutrikusio intelekto mokinių motyvavimui sportuoti*.

Šiam tikslui pasiekti buvo keliami tokie **tyrimo uždaviniai**:

1. Nustatyti specialiosios mokyklos sutrikusio intelekto mokinių ir pagrindinės mokyklos mokinių dalyvavimą fizinėje veikloje.
2. Palyginti sutrikusio intelekto mokinių ir pagrindinės mokyklos mokinių požiūrį į socialinę aplinką.
3. Nustatyti sutrikusio intelekto mokinių fizinį pajėgumą pagal EUROFITO testus.
4. Parengti aerobikos programą nemotyvuotiems sutrikusio intelekto mokiniams.

**Tyrimo dalyviai:**

Tyrimė dalyvavo 237 moksleivių: 72 1-10 klasių sutrikusio intelekto mokiniai iš Rusnės specialiosios mokyklos ir 145 5-10 klasių mokiniai iš Rusnės pagrindinės mokyklos. 20 sutrikusio intelekto mergaičių iš Klaipėdos I-os specialiosios mokyklos. Šios mergaitės buvo atrinktos atsitiktiniu būdu, nes sudaryti kontrolinę pedagoginio eksperimento grupę mergaičių iš Rusnės specialiosios mokyklos neužteko.

Tyrimas buvo atliekamas Šilutės rajone, Rusnės specialiojoje mokykloje nuo 2006m. gegužės mėn. iki 2007m kovo mėn.

**Tyrimė rėmėmės šiomis taikomosios fizinės veiklos teorijomis:**

1. Asmens saviraiškos teorija.
2. Visaverčio asmens funkcionavimo teorija.
3. Socialinio išmokimo teorija.
4. Normalizacijos teorija.

*Asmens saviraiškos teoriją* pagrindė A. Maslow teigdamas, kad žmogaus poreikių augimas, galimas tik iš pradžių patenkinus svarbiausius, fiziologinius poreikius, o tik vėliau galima siekti aukštesnių poreikių patenkinimo. Asmenybė privalo būti soti, saugi, mylima ir pripažinta, tam kad ji galėtų pasitikėti savo jėgomis, savo vidiniu Aš stengtusi pakeisti ir koreguoti savo elgesį. Ugdant sutrikusio intelekto asmenis labai svarbu laikytis poreikių patenkinimo nuoseklumo. Negalę turinčius asmenis pirmiausia būtina pamaitinti, reikalui esant suteikti medicinos pagalbą būstą, stengtis juos apsaugoti nuo pažeminimų ir nesėkmių. Tokie asmenys

turi būti mylimi, su- prasti bei pripažinti. Neįgalus asmuo matydamas, kad jis priimamas toks, koks jis yra, nepriklausomai nuo jo gebėjimų bei igūdžių, tik tada palaiapsniui igys pasitikėjimą savo jėgomis bei stengsis padaryti viską, ką tik jo jėgos leidžia.

*Visaverčio asmens funkcionavimo teorijos* pradininkas C. Rogers, teigė savojo AŠ supratimas yra svarbiausias veiksnys, galintis paaiškinti asmens elgesį. Kiekvienas žmogus turi savo idealųjį savąjį Aš ir veiklųjį savąjį AŠ. Kuo mažiau tarp savęs šie AŠ skiriasi, tuo žmogus aktyviau save išreiškia. Neįgalūs asmenys yra nepajėgūs suderinti praktinės patirties su įsivaizduojamu savo AŠ ir pradeda veikti iškreipimo ir atmetimo mechanizmai. Iškreipimas pasireiškia, kai asmuo save suvokia ne taip kaip yra iš tikrųjų. Atmetimas, kai asmuo viską neigia kas jam nepatinka bei nemalonu. Šie abu mechanizmai labai siejasi su žmogaus saviverte. Sutrikusio intelekto asmenys neadekvačiai save vertina.

*Socialinio išmokymo teorija* aiškina pažinimo ir socialinės aplinkos poveikį bei reikšmę mokymo ir mokymosi procese. Tarp mokytojo aiškinimų, pamokymų ir mokinio žodinių atsakymų, veiksmų judesiais visada vyksta situacijos vertinimas bei suvokimas. Todėl mokytojo ir mokinio santykiai yra ne tik mokomieji, bet ir socialiniai.

*Normalizacijos teorija* aiškina įvairias idėjas, teorijas kaip neįgaliems asmenims sudaryti tinkamas ir labiau panašesnes į sveikų žmonių gyvenimo, ugdymosi, reabilitacijos, rekreacijos, sporto sąlygas. Šios teorijos nuostatos taikomos neįgaliems asmenims, kurie savo elgesiu bei išvaizda skiriasi nuo sveikųjų. Vėliau normalizacijos teorija buvo pavadinta socialinio vaidmens volarizacijos teorija, nagrinėjančia žmonių, kuriuos laiko skirtingais, nuvertinimo, pažeminimo ir visuomenės jiems priskiriamų neigiamų socialinių vaidmenų veiksniais.

### **Tyrimo metodai:**

1. Mokslinės literatūros analizė.
2. Anketinė apklausa
3. Testavimas
4. Pedagoginis eksperimentas
5. SPSS programa tyrimo rezultatams apdoroti.

### **Pagrindinės sąvokos:**

**Aplinka (socialinė)** - socialinė terpė, su kuria sąveikauja individas ar socialinė grupė (Kučinskas, 2000).

**Šeima** – mažiausias visuomenės regeneracijos kolektyvas, kurį sieja ekonominės ir dvasinės veiklos bendrumai (Jovaiša, 1993).

**Protinis atsilikimas** – įvairių priežasčių nulemtas psichinis neišsivystymas. Intelektų sutrikimas – tai protinių sugebėjimų nukrypimas nuo normos, sukiantis elgesio, emocijų bei socialinio prisitaikymo sutrikimų (Bagdonas, 1995).

**Motivacija** - elgesio, veiksmų, veiklos skatinimo procesas, kurį sukelia įvairūs motyvai, motyvų visuma (Psichologijos žodynas, 1993).

**Fizinis išsivystymas** - morfologinių ir fiziologinių organizmo savybių visumą, leidžiančią nustatyti žmogaus fizinių jėgų atsargas, išsvermę bei darbingumą (Medicinos enciklopedija, 1991).

**Magistro darbo struktūra.** Ši magistro darbą sudaro: santrauka lietuvių kalba, įvadas, 2 skyriai, išvados, naudotos literatūros sąrašas (71 šaltinis), santrauka anglų kalba, priedai. Tyrimo duomenis iliustruoja 8 lentelės ir 33 paveikslai. Prieduose pateikiamas anketos pavyzdys. Darbo apimtis 74 puslapiai.

## **1 skyrius. Moksleivių socialinė aplinka**

### **1.1 Socialinės aplinkos samprata, veiksniai**

Socialinė žmogaus raida prasideda nuo pradėjimo momento ir vyksta iki gyvybės užgesimo momento. Tai sudėtingas, ilgalaikis procesas, kurio sėkmę lemia genetiškai determinuotas potencialas ir visavertė kūdikį supanti socialinė aplinka (Radzevičienė, 2003). Jeigu prieš gimimą vaisiaus vystymosi aplinka buvo motinos iščios, tai tik gimęs kūdikis patenka į naują, sudėtingą aplinką.

Kaip teigia Ruzgienė, Petružienė (2005) aplinka nėra vienaplanė sąvoka. Ji apima fizinius ir socialinius aplinkos pažinimo, veiklos ir patirties įgijimo aspektus. Aplinka dažniausiai laikoma visa tai, kas yra aplink vaiką bei kas jį supa.

Kučinskas (2000) aplinką (socialinę) apibūdina kaip socialinę terpę, su kuria sąveikauja individas ar socialinė grupė.

Vaikų ir jaunimo socializacijos programa (2004) teigia, kad socialinė aplinka – aplinkinis socialinis pasaulis: materialinės ir dvasinės žmogaus gyvenimo visuomenėje, vystymosi ir veiklos sąlygos.

Švietimo ministro įsakyme (2005) ISAK-2636 (2005-12-23) socialinė aplinka apibrėžiama taip – žmogų supantis socialinis pasaulis – visuomeninės (materialinės ir dvasinės) žmonių gyvenimo, jų vystymosi ir veiklos sąlygos.

Visi šie apibrėžimai rodo, kad socialinė aplinka yra žmogų supantis aplinkinis socialinis pasaulis, tam tikra kultūra, kuri nulemia į kokį stimulą vaikas reaguos. Vygotskis (1978) (cit. Gage, Berliner (1994) p.103) teigia, kad pažinimo plėtotei ypač svarbi yra vaiko socialinė aplinka. Vaikas pradeda mokytis iš aplinkinių žmonių, savo socialinio pasaulio, kuris yra visų jo sąvokų, minčių, teiginių, mokėjimų ir nuostatų šaltinis.

Žmogaus socialinę aplinką formuoja įvairūs veiksniai. Ruzgienė, Petružienė (2005) išskiria fizinius ir socialinius aspektus. Fizinius aspektus apibūdina reali aplinka, kurioje vaikas naudojami materialiomis priemonėmis. Socialiniai aspektai apima tarpasmeninius santykius – tėvų vaidmenį, šeimos nuotaiką, aplinkinių žmonių bendravimą.

Stašienė, Petkevičienė (2003) žmogaus socialinę aplinką formuojančius veiksnius skirsto į :

- prigimtinius (tėvai, artimieji, valstybė, mikrosociumas).
- paskirtinius (įvairios švietimo sistemos institucijos).
- atsitiktinius (atsitiktiniai žmonės, neformalios grupės, radijo, TV laidos, įvairūs gamtos reiškiniai).
- kitus.

Karvelis (2001) išskiria daugiau įvairių faktorių (socialiniai, ekonominiai, kultūrinės aplinkos, šeimos, mokyklos, asmenų grupės), kurie nevienodai reikšmingi vaiko gyvenime. Galima teigti,



kad kiekvieno vaiko asmenybės vystymąsi įtakoja įvairūs veiksniai, tarp kurių šeima užima itin svarbią vietą. Vėliau vaiko ugdymą veikia darželis, mokykla. Gudonis (1998) pateikia klasikinį vaiko ugdymo modelį – vaikas – šeima – mokykla – išsaugo pilnaverčius socialinius ryšius tiek su tėvais, tiek su artimiausios aplinkos žmonėmis.

## **1.2 Šeimos įtaka vaiko gyvenime**

Visais laikais mokslininkus domino šeima, jos vaidmuo žmogaus gyvenime. Nuo pat gimimo kūdikis patenka į žmonių aplinką – šeimą. Šeima – svarbiausias vaiko asmenybės raidą įtakojantis faktorius (veiksny) ir turi lemiamos įtakos ankstyvajame amžiuje (0-3 metų).

Filosofijos žodyne teigiama, kad šeima – visuomenės ląstelė (maža socialinė grupė), svarbiausia asmeninės buities organizavimo forma, pagrįsta santuokos sąjunga ir giminystės ryšiais, t. y. santykiais tarp vyro ir žmonos, tėvų ir vaikų, brolių ir seserų bei kitų giminaičių, kurie gyvena drauge ir tvarko bendrą ūkį.

Jovaiša (1993) apibūdina taip: šeima – mažiausias visuomenės regeneracijos kolektyvas, kurį sieja ekonominės ir dvasinės veiklos bendrumai.

Vaitkevičius (2005) teigia, kad šeima yra giminystės ryšiais susieta mažiausia žmonijos bendruomenė, regeneruojanti tautą, autonomiškai tvarkanti savo ūkį ir ugdanti jaunąją kartą pasauliui.

Skirtingų autorių pateikti apibrėžimai rodo, kad šeima yra mažiausia žmonių bendruomenė, kurią sieja ekonominiai, kultūriniai, dvasiniai aspektai ir tiesiogiai veikia vaiko socialinę raidą. Vaikas iš savo šeimos perima dvasines, moralines vertybes. Stebėdamas tėvų elgesį vaikas modeliuoja savo elgesį. Radzevičienė (2003) teigia, kad būtent vaikystėje formuojasi elgesio modeliai, kurie išlieka visą žmogaus gyvenimą. Tačiau Hallahan, Kauffman (2003) pateikia lyg ir priešingą nuomonę, kad tėvų įtaka jų vaikams nėra tokia paprasta ir kad vaikai gali turėti įtakos savo tėvams tiek pat, kiek pastarieji jiems.

Šeima turi atlikti įvairias funkcijas (ekonominės, kasdieninės priežiūros, socialinės, sveikatos priežiūros, ugdymo) ir tenkinti daugybę įvairių šeimos narių poreikių, spręsti įvairias problemas bei prisitaikyti prie kintančių aplinkybių. Kokiu žmogumi užaugs vaikas labai daug priklauso nuo sąmoningo ir kryptingo auklėjimo. Auklėjimas labai priklauso nuo šeimos atmosferos bei šeimyninių aplinkybių, socialinės, materialinės padėties, tėvų išsilavinimo, šeimos narių vertybinių orientacijų. Tačiau negalime teigti, kad atitinkamoje šeimoje visi vaikai bus geri arba blogi, kiekvieną vaiką šeimos aplinka veikia individualiai. Vaikas augdamas stebi jį supančių tėvų, kitų artimųjų elgesį, jo pasekmes, o vėliau išmoktą elgesį atkartoja savo patirtyje.

Barkauskienė ir kt. (2005) pripažįsta, kad socialinio išmokymo procesas vyksta tiesiogiai sąveikaujant vaikui su tėvais ir stebint kitų šeimos narių santykius. Mokslininkai ir psichologai išskiria

dvi šeimos kategorijas: darni ir probleminė šeima. Literatūroje labai mažai užsimenama apie darnią šeimą. Barkauskienė ir kt. (2005) teigia, kad darnioje šeimoje yra patenkinami visi jos narių poreikiai, gebama lankščiau spręsti iškilusias problemas.

Dažniau yra aprašoma probleminė šeima, kuri neatlieka savo funkcijų, nepakankamai patenkinami šeimos narių poreikiai, sutrinka bendravimas tarp pačių tėvų, tėvų ir vaikų. Probleminėse šeimose labai dažnai būna pakitusi šeimos struktūra: tėvai išsiskyrę, kai į šeimą ateina patėvis arba pamotė, kartais vaikai būna laikinai netekę tėvų globos (tėvams išvykus į užsienį vaikai paliekami prižiūrėti kitiems gimineičiams). Pakitusi šeimos struktūrai labiausiai nukenčia vaikas, jis patiria adaptacijos problemų ir kitų nepageidaujamų pasekmių.

Mokslininkus domina probleminės šeimos socialinė padėtis ir yra atlikta nemažai įvairių empirinių tyrimų. Zaborskis, Makari (2001) teigia, kad apie 80% moksleivių gyvena šeimose su abiem tėvais. Kas dešimtas vaikas gyvena tik su vienu iš tėvų, tiek pat vaikų gyvena šeimose su patėviu bei pamote. Vaitkevičius (2005) atlikęs tyrimą nustatė, kad 71,2% vaikų gyvena su abiem tėvais, vienišos motinos augina 23,7% integruotų vaikų ir 5,1% tiriamųjų buvo iš nesusituokusių šeimų. Hertherington (1989) (cit. Radzevičienė (2003) p.130) nustatė, kad vienišų mamų ar nepilnose šeimose augantys vaikai turi daugiau elgesio problemų namuose, mokykloje, bendraudami su suaugusiais ir bendraamžiais.

Labai dažnai pakitusios struktūros šeimose yra nestabili ekonominė padėtis: dirba tik vienas iš tėvų arba tėvai yra bedarbiai. Dažnai tokių tėvų išsilavinimas būna vidurinis arba pagrindinis. Zaborskis, Makari (2001), teigia, kad daugelis vaiko išgyvenimų siejasi su tėvų išsilavinimu. Mokslininkai nustatė, kad nuo tėvų išsilavinimo lygio priklauso vaiko sveikatos būklė. Dažnai pakitusios struktūros šeimose vaikai patiria ne tik emocinį šaltumą, šilumos stoką, bet ir dažnai kenčia nuo žalingų tėvų įpročių (girtuokliavimo), smurto, skurdo, patiria ir skausmingai išgyvena socialinę nelygybę. Vaikai gyvendami tokiose šeimose dažnai patiria deprivaciją. Daulenskienė (2003) deprivaciją apibūdina, kaip dinaminę būklę, kurią lemia skurdi vaiko aplinka, apribojanti sensorinių dirgiklių kiekį ir jų įvairovę. Tokie vaikai savaip stengiasi patenkinti tėvų meilės stoką, reikalauja dėmesio elgdamiesi visuomenėje nepriimtinais būdais: vogdami, bėgdami iš namų, vartodami narkotikus, netgi bandydami žudyti.

### **1.3. Vaikas ir mokykla**

Mokykla – antroji vaiko bendruomenė, į kurią vaikas patenka po šeimos ir kurioje socializuojasi, įgauna tam tikrus elgesio, bendravimo su bendraamžiais ir vyresniais žmonėmis įgūdžius (Kvieskienė, 2003). Mokslinėje literatūroje vyrauja dvi nuomonės, kad mokytojų suteikta pagalba bei bendaklasių pripažinimas turi įtakos gerai vaiko savijautai ir kita priešinga nuomonė, kad dideli reikalavimai sukuria nepalankią aplinką, todėl moksleiviai pasitraukia iš mokyklos. Nesutikčiau

su pastarąja nuomone, moksleiviai iš mokyklos pasitraukia dėl menkos motyvacijos mokytis bei kitų moksleivio aplinką sąlygojančių priežasčių.

Vaikai didžiąją dalį dienos praleidžia mokykloje, siekdami įgyti žinių bei patirties. Mokymasis – yra pagrindinė moksleivio veikla mokykloje. Todėl moksleiviui labai svarbus yra jo veiklos įvertinimas. Priklausomai nuo to kaip mokinys mokosi, priklauso ar mokinys mėgsta mokyklą ar ne. Tam didelės reikšmės turi kaip mokinys adaptuojasi mokykloje, kokie jo santykiai su pedagogais su kitais mokiniais. Kad moksleiviui patiktų mokytis labai daug priklauso nuo pedagogo patirties, psichologinio pasiruošimo, kvalifikacijos, sugebėjimo sudominti mokomuoju dalyku. Moksleiviui svarbu mokykloje turėti pedagogą, kuris jį išklaustų, patartų, suteiktų pagalbą. Kardelienė, Kardelis (2004) teigia, kad vaiko laimėjimai mokykloje daug priklauso nuo jo savęs, kaip asmens, vertinimo.

Moksleiviai mokykloje vertinami pažymiais, tačiau į vertinimo lauką patenka ir mokytojų pastabos, kritika, elgesio bei darbų vertinimas. Neteisingas įvertinimas, jeigu tai dar pasakyta girdint kitiems bendraklasiams, moksleiviui gali atsirasti menkavertiškumo jausmas. Dažni neigiami įvertinimai, nesėkmės, pagalbos nebuvimas nei namuose, nei mokykloje stumia moksleivį į beviltišką situaciją. Ko pasekoje atsiranda nenoras lankyti mokyklą, kitokiais būdais moksleivis stengiasi atkreipti į save dėmesį.

Moksleiviui labai svarbus tėvų dalyvavimas mokyklos gyvenime. Kaip teigia Zaborskis, Makari (2001) susidomėjimas savo vaikų mokykliniu gyvenimu teigiamai veikia tėvų ir mokytojų tarpusavio supratimą, turi didelės reikšmės geriems pasiekimams mokykloje. Tačiau iš patirties galima teigti, kad tėvų susidomėjimas savo vaiko pasiekimais mokykloje yra pradinėse, 5-7 klasėse, vėliau tėvų domėjimasis savo vaikais mažėja.

Labai svarbu, kad mokykloje moksleivis būtų psichologiškai saugus, jaustų savo vertę, nebijotų. Ališauskas, Gerulaitis (2003) teigia, kad vaikas patirdamas nerimą, jausdamasis nesaugus, tarsi „užsiblokuoja“, jo galimybės mokytis ir išmokti labai sumažėja. Ilgametė pedagoginė patirtis leidžia stebėti, kad tarp mokinių labai paplitusi negatyvi elgesio forma – tyčiojimas, pasireiškiantis žodiniu užgauliojimu, kartais fiziniu smurtu. Atlikti tyrimai rodo, kad 14% moksleivių patiria patyčias nors kartą per savaitę (Zaborskis, Makari, 2001). Povilaitis (2006) teigia, kad patyčios plinta žaibišku greičiu ir atlikęs tyrimą nustatė, kad 64,5% 4-10 klasių mokiniai bent kartą per du pastaruosius mėnesius patiria patyčias. Patyčių objektu tampa tie moksleiviai, kurie jaučiasi vieniši, atstumti bendraklasių, blogiau save vertina. Labai dažnai tokius negatyvius jausmus patiria integruoti, asocialių šeimų vaikai.

Vaikas pradėjęs lankyti mokyklą ir susidūręs su nesėkmėmis, patyręs neigiamų emocijų dažnai praranda norą mokytis, lankyti mokyklą, užsiimti įdomia veikla. Pedagoginėje visuomenėje tai įvardijama kaip motyvacijos nebuvimas. Psichologijos žodyne (1993) motyvacija apibūdinama,

kaip elgesio, veiksmų, veiklos skatinimo procesas, kurį sukelia įvairūs motyvai, motyvų visuma. Mokslinėje literatūroje yra išskiriami motyvacijos išoriniai ir vidiniai veiksniai. Vidiniai motyvacijos veiksniai yra žmogaus asmeninės savybės (poreikiai, emocijos, tikslai, siekiai, vertybės). Išoriniai motyvacijos veiksniai – tai žmogų supanti aplinka.

Gage, Berliner (1994) teigia, kad jei norime kad, elgesys būtų dažnesnis, intensyvesnis ir trukėtų ilgiau, turime jį pastiprinti, o tam reikia parinkti tokias paskatas, kurias individas vertina teigiamai. Pagal motyvų teoriją, kurią sukūrė Maslow (1954) (cit. Gage, Berliner, (1994) p.269) pirmiausia reikia patenkinti fiziologinius motyvus, o tik vėliau socialinius. Šia motyvų teorija labai dažnai taikoma pedagoginėje praktikoje. Jei vaikas į mokyklą ateis nevalgęs, sergantis, patyręs nemalonių išgyvenimų vargu ar bus galima skatinti norą mokytis. Motyvai – veiklos stimulai, susiję su individo poreikių tenkinimu (Psichologijos žodynas, 1993).

Pedagoginė patirtis leidžia teigti, kad vaikas atėjęs į mokyklą ir mokomas kūrybingo mokytojo labiau stengiasi mokytis ir pasiekia neblogų rezultatų, nes įdomus ugdymo procesas, pedagogo bendravimas su moksleiviu kaip lygus su lygiu, vaiko šeimos palaikymas skatina vaiką siekti gerų mokymosi rezultatų. Pasitaiko atvejų kai palanki ugdymo aplinka vis tiek neskatina vaiko mokytis, nes pats vaikas neturi vidinių skatulių. Vaikas į mokyklą atėjęs iš socialiai netinkamos šeimos nenori mokytis, nes tėvų nemylimas, jaučiasi nesaugus, menkavertis. Gvazdauskienė, Kardelis (2005) teigia, kad fiziologinių ir saugumo poreikių patenkinimas gali būti susijęs su mokymosi motyvacija, nenoru lankyti mokyklą.

Norą mokytis skatina susidomėjimas, žingeidumas, interesas. Kai veikla įdomi kyla teigiamos emocijos. Skatinti vaiką kokiai nors veiklai turi pati aplinka: graži, jauki klasė, bendraklasių-bendraamžių pripažinimas, kad ir menkų laimėjimų-pasiekimų akcentavimas. Tačiau pasitaiko atvejų kai pedagogai atsainiai žiūrėdami į ugdymo procesą patys ne tik neskatina, bet ir stabdo vaiko norą mokytis. Todėl pritariame Rupšienės (2000) teiginiui, kad išoriniai ir vidiniai motyvacijos veiksniai glaudžiai siejasi ir vieni kitus veikia.

#### **1.4 Protinio atsilikimo samprata**

Negalė visais žmonijos raidos periodais buvo laikoma skirtingumu, nenormalumu, nukrypimu nuo normos, nuo to, kas visuotinai pripažinta. (Ruškus, 2002) Kiekvienas istorinis laikotarpis savitai aiškino negalę. Pirmiausia negalė minima gydytojų darbuose. Tuo metu medikai teigė, kad negalė nėra paveldima. Niekas psichinės veiklos nesiejo su smegenų darbu, o psichikos sutrikimai buvo priskiriami antgamtinėms jėgoms. VI a. pr. Kr. Pitagoras pareiškė, kad protas yra smegenyse, o jausmai glūdi širdyje. Tuo tarpu didysis Hipokratas jausmus priskyrė smegenų veiklai. Taigi tuo laikotarpiu visuomenė skirstėsi į priešybes: viskas kas gražu, darnu – Dievo kūrinys, o viskas kas negražu – sukurta velnio. Kitaip atrodantis žmogus buvo lyg grėsmė

tuometinei visuomenei. Neatitinkančiojo visuomenės normų atskirtis nuo antikos laikų nepasikeitė ir vėlesniais laikais. Vyraujant kūno idealui, atstūmimo sulaukdavo fiziškai neįgalūs individai, o deklaruojant proto vertybę, nepalankių vertinimų ir veiksmų sulaukia intelekto sutrikimų turintys individai (Ruškus, 2002). Mokslininkai pripažinę, kad žmogus – nuoseklus vystymosi rezultatas, pradėta ieškoti priežasčių gyvybės evoliucijoje. Todėl kaip teigia Prasauskienė (2003) didelę dalį mokslo apie protinį atsilikimą istorijos apima mažiausiai stigmatizuojančio termino, apibrėžiančio šią būklę, paieškos.

Žmogaus vystymąs, raida gali pakisti dėl įvairių priežasčių. Daulenskienė (2003) raidą apibūdina kaip, genetiškai determinuotą sudėtingą organizmo vidaus ir aplinkos sąlygų veikiamą procesą, kuris prasideda susijungus dviem lytinėms ląstelėms. Pažeidus žmogaus raidą įvairūs sutrikimai pasireiškia įvairiomis negalės formomis, tarp kurių svarbiausios tos, kurios pažeidžia vaiko kognityvines galias. Taip atsitinka kai yra pažeidžiama centrinė nervų sistema. Įvairiuose mokslo darbuose randama protinio atsilikimo apibrėžimų

Pagal tarptautinę ligų klasifikaciją (1992) protinis atsilikimas apibrėžiamas taip: sustabdyta arba dalinė protinė raida, apibūdinama sutrikusiais įvairiais gebėjimais, t.y. pažintiniais, kalbiniais, motoriniais ir socialiniais, rodančiais bendrą intelekto lygį tam tikru raidos laikotarpiu. Atsilikimas gali pasireikšti kartu su bet kokia kita protine ar fizine būseną arba be jos. (TKL-10, 1992).

Lietuvoje buvo vartojamas terminas oligofrenija (lot. oligophrenia < gr. oligos- mažas + phren-protas), įgimta silpnaprotystė (Medicinos enciklopedija, 1993). Maždaug iki 1990m. vaikai, turintys protinę negalę buvo vadinami oligofrenais.

Bagdonas (1995) teigia, kad protinis atsilikimas – įvairių priežasčių nulemtas psichinis neišsivystymas. Intelektas sutrikimas – tai protinių sugebėjimų nukrypimas nuo normos, sukeliantis elgesio, emocijų bei socialinio prisitaikymo sutrikimų.

Daulenskienė (2003) protinį atsilikimą apibrėžia, kaip tam tikrą būklę, kuri gali kilti dėl įvairių priežasčių, tačiau turi nemažai bendrų bruožų, kuriuos lemia šios būklės esmė – raidos anomalija. Protinis atsilikimas – tai silpnaprotystės forma, kuri pasireiškia dėl nepakankamai arba ydingai besivystančių smegenų.

Apibrėžimai skirtingai interpretuoja protinį atsilikimą, tačiau visuose vienodai akcentuojamas galvos smegenų pakenkimas su jį lydinčiomis pasekmėmis.

Protinio atsilikimo sampratoje sampratoje akcentuojami 3 požymiai:

- 1) organinis ar funkcinis centrinės nervų sistemos pažeidimas;
- 2) pažintinės veiklos sutrikimas;
- 3) negrįžtamas (pastovus) pažintinės veiklos sutrikimo pobūdis. Tik esant visiems trimis išvardytiems požymiams galima konstatuoti protinį atsilikimą (Elijošienė, 2003). Mikelkevičiūtė (2002) teigia, kad terminija gali būti tobulinama, tačiau neįgalumas vis tiek egzistuos, nepriklausomai

nuo terminų. Protinio atsilikimo terminas kartais vartojamas sutrikusio intelekto asmenims apibūdinti. Elijošienė (2003) teigia, kad protinis atsilikimas sudaro didžiausią intelekto sutrikimų grupę. Tai aktuali problema visame pasaulyje. Protinio atsilikimo paplitimą populiacijoje daugelis mokslininkų nurodo skirtingai: Daulenskienė (2003) cituoja: P. Nikolas (2001) teigia, kad sudaro 2-3 %, H. Remšmidto (2000) – apie 10%.

Protinio atsilikimo priežastys yra įvairios. Daulenskienė (2003) remdamasi Remšmidtu (2000) nurodo, kad tik apie 30 % priežasčių pavyksta nustatyti. Mokslinėje literatūroje jau pateikiama tokia nuomonė, kad šiuo metu atliekant sudėtingus genetinius tyrimus branduoliniu magnetiniu rezonansu, galima nustatyti iki 70% protinio atsilikimo priežasčių (Prasauskienė, 2003).

Gudonis (1996) pažymi, kad jei protišškai atsilikę abu tėvai, tai tikimybė susilaukti protišškai atsilikusių vaikų yra nuo 45,9 % iki 100 %, jei protišškai atsilikęs vienas iš tėvų tai ši tikimybė sumažėja nuo 33,3 % iki 58,1 %. Mikelkevičiūtė (2003) teigia, remdamasi Sherrill (1998), kad jei vienas iš sutuoktinių yra protišškai atsilikęs, tai tikimybė susilaukti protišškai atsilikusių palikuonių yra maždaug 35 %; jei protišškai atsilikę abu sutuoktiniai, tai ši tikimybė padidėja nuo 45 % iki 90 %.

Daulenskienė (2003) visas priežastis suskirstė į tris grupes:

- 1) prenatalines (paveldima ir chromosominė patologija, embriopatijos, fetopatijos),
- 2) perinetalinės (gimdymo patologija),
- 3) postnatalinės (traumos, infekcijos, intoksikacijos, socialinės-psichologinės problemos).

Pagal Mikelkevičiūtę (2003) protinio atsilikimo atvejų priežastis sudaro chromosomų sutrikimai maždaug 30 %, nėštumo ir prenatalinės problemos – 10 %, infekcijos po gimdymo, traumos – 5%, ponatalinė aplinkos deprivacija ir kiti protiniai sutrikimai – 15-20 %.

Kaip matyti iš pateiktų mokslininkų išvadų protinio atsilikimo priežastys yra labai įvairios. Labai dažnai protinis atsilikimas yra kitų ligų ( epilepsijos, cerebrinio paralyžiaus ir kt.) požymis. Visaverčiam protišškai atsilikusio asmens gyvenimui reikalinga aplinkinių pagalba. Kaip teigia Hallahan, Kaufman (2003) jei tos pagalbos pakanka, asmens būklė gali pagerėti, be to, jis gali netgi visiškai įveikti protinį atsilikimą. Protinis atsilikimas priklauso ne tik nuo konkretaus asmens, jį supančios aplinkos, bet ir nuo asmens intelektualinių bei adaptacijos įgūdžių sąveikos. Protinis atsilikimas nustatomas iki 18 metų. Yra atliekami išsamūs kompleksiniai (medicininiai, psichologiniai, pedagoginiai) vaiko vystymosi ypatumų tyrimai, taikoma standartizuota tyrimo metodika. Lietuvoje dažniau taikomas Wechslerio intelekto tyrimo metodas.

Maždaug iki 1990m. Lietuvoje buvo laikomasi medicininiu požiūriu senosios terminologijos ir oligofreniją skirstė taip:

1. debilumas (lengvas)
2. imbecilumas (vidutinio sunkumo)

3. idiotija (sunkus). (Medicinos enciklopedija, 1993) Šiuo metu šie terminai pedagoginėje visuomenėje neįvartojami.

Bagdono (1995) sudarytoje sutrikimų klasifikacijoje protinis atsilikimas skirstomas į:

1. nežymus,
2. vidutinis,
3. žymus,
4. labai žymus.

Pagal Specialiųjų poreikių asmenų sutrikimų ir jų laipsnių nustatymo ir specialiųjų poreikių asmenų priskyrimo specialiųjų ugdymosi poreikių grupei tvarką (2002) skiriami 4 protinio atsilikimo laipsniai:

1. nežymus (IQ 69-50)
2. vidutinis (IQ 49-35)
3. žymus (IQ 34-20)
4. labai žymus (IQ mažiau už 20).

### **1.5. Sutrikusio intelekto vaikų vystymosi ypatumai**

Daugelis mokslininkų (Elijošienė, 1998, 2003; Daulenskienė, 2003; Ostasevičienė, 2003; Hallhan, Kauffman, 2003) savo darbuose teigia, kad vienas iš svarbiausių protinio atsilikimo požymių yra pažintinės veiklos neišsivystymas. Ostasevičienė (2003) teigia, kad priešingai atsilikusio vaiko kognityvioji raida vyksta tomis pačiomis Piaget stadijomis, kaip ir įgalaus vaiko, tačiau stadijų trukmė gali būti skirtinga ir niekada nepasiekia 4- osios formalių operacijų stadijos, visą gyvenimą lieka vienoje iš pirmųjų. Sutrikusio intelekto vaikų pažintinių gebėjimų raida vėluoja, bet ir kiekviena šių gebėjimų sritis turi savitų bruožų. Pasak Elijošienės (1998), esant nežymiam protiniam atsilikimui mažiausiai pažeidžiama pati žemiausia pažinimo pakopa – pojūčių ir suvokimų sritis, ypač periferinė analizatorių dalis. O centrinės jų dalies, kur vyksta sudėtingi analizės, sintezės procesai, veikla yra ryškiai sutrikusi.

Bendras sutrikusio intelekto vaikų pažintinės raidos sulėtėjimas pasireiškia anksti. Šie vaikai mažiau domisi žaislais, žaidybine veikla, mažesnis pažintinis aktyvumas. Kaffemanas (1997) pažymi, kad baigiantis ikimokykliniam amžiui, tik pusė sutrikusio intelekto vaikų pasiekia tokį suvokimo lygį, koks normalaus intelekto vaikui būdingas ikimokyklinio amžiaus pradžioje (apie ketvirtą metų pradžią). Esant intelekto sutrikimui būdingas nevalingas *dėmesys*. Tokiems vaikams sunku sukcentruoti dėmesį kryptingai, planingai veiklai. Sutrikusio intelekto vaikai greičiau dėmesį atkreipia į ryškia spalva, išsiskiriančią formą, garsais daiktus. Dėmesys sukaupiamas trumpam laikui, išblaškomas esant mažiausiam dirgikliui. Dėl dėmesio sutrikimų atsiranda specifiniai *suvokimo* ypatumai. Šie ypatumai neigiamai veikia, susiaurina sutrikusio

intelekto vaikų pažintinės veiklos galimybes. Sutrikusio intelekto vaikų suvokimo ypatumai pasireiškia tuo, kad lėčiau ir ilgiau užtrunka atpažįstamo objekto analizė ir sintezė bei lyginimas. Suvokdami aplinką siaurai, mažiau pastebi objektų, o tai trukdo tinkamai joje orientotis ir įvertinti bei atpažinti reikiamus objektus, iš jų tarpo išskirti svarbiausius. Tokie vaikai nepakankamai diferencijuoja objektus, jų detales, dalis, spalvas, ypač neryškius atspalvius, dydžius. Dėl nepakankamo diferencijavimo sutrikusio intelekto vaikams sunku suprasti daiktų smulkesnes detales, dėl to jiems sunku nusakyti skirtumus tarp daiktų. Šiems vaikams būdingas pernelyg didelis apibendrinimas: nepastebėdami individualių daikto skirtumų panašius daiktus priskiria vienai grupei.

Eljošienė (1998, 2003), Daulenskienė (2003) teigia, kad sutrikusio intelekto asmenims būdingas *mąstymo* nepilnavertiškumas, paliekantis žymius pėdsakus visoje pažinimo veikloje. Sutrikimai pasireiškia atliekant visas mąstymo operacijas. Sutrikusio intelekto vaikams sunku atskleisti reiškinio priežasties-pasekmės ryšius, analizuodami išskiria labai mažai daikto ypatybių, pirmenybę teikia neesminiams dalykams. Tokiems vaikams sunku daiktus lyginti ir klasifikuoti. Išvadas dažniausiai daro remdamiesi savo norais. Visos šios išvardytos savybės išlieka visą gyvenimą. Eljošienė, 1998, 2003; Daulenskienė, 2003 teigia, kad sutrikusio intelekto vaikų mąstymui būdingas didelis inertiškumas, lėtumas, siaurumas, paviršutiniškumas, nekritiškumas. Esant intelekto sutrikimui būdingi *atminties* procesų sutrikimai. Eljošienė (1998, 2003), Daulenskienė (2003), Ostasevičienė (2003) pažymi, kad sutrikusio intelekto asmenims sutrikę yra visi atminties procesai – įsiminimas, išlaikymas, atpažinimas, atgaminimas.

Sutrikusio intelekto vaikas geriau įsimena įdomią, vaizdžiai, emociškai perteiktą medžiagą. Sunkiai įsimena sudėtingą, abstrakčią, loginės atminties reikalaujančią užduotį. Norint, kad vaikas įsimintų ir išlaikytų medžiagą, reikia nuolat kartoti. Išmokęs mintinai kokią nors taisyklę, nesugeba jos pritaikyti reikiamu momentu. Tokie vaikai atgamina medžiagą netiksliai, painioja su panašia: prisimena atskirus žodžius, faktus, eilutes. Sutrikusio intelekto vaikai stengiasi išmokti mechaniškai, be jokios sekos, todėl pasakojant stengiasi atpasakoti pažodžiui, pamiršus žodį, toliau nebegali atgaminti ir čia reikalinga pagalba prisimenant.

*Valia* ir *emocijos* glaudžiai siejasi su pažintine žmogaus veikla. Centrinė nervų sistema yra glaudžiai susijusi su vaiko pažintine veikla. Protinį atsilikimą sąlygoja centrinės nervų sistemos pažeidimai ir tai palieka ryškias pasekmes valios ir emocijų sferoje. Daulenskienė (2003) teigia, kad protiškai atsiliekančios vaikai pasižymi ryškia valingos veiklos stoka. Kadangi valinga veikla visada siejama su užsibrėžto tikslo siekimu, darbinių įgūdžių lavinimu ir tikslingu jų panaudojimu, tai sutrikusio intelekto vaikams tai yra labai sunku. Būdami nesavarankiški, linkę į įtarumą, kraštutinumus nepajėgia numatyti tikslo ir jo kryptingai siekti, kartais visa tai nulemia netikėtus poelgius.



Sutrikusio intelekto vaikų asmenybės raida vystosi taip pat kaip ir sveikų vaikų, jiems būdingi tie patys emociniai poreikiai. Tačiau dėl drąsos stokos, neadekvataus savęs vertinimo tokie vaikai dažnai emociškai linkę izoliuotis, vengę arba nedrįsta bendrauti su kitais (Ostasevičienė, 2003, Ališauskas, Gerulaitis, 2003). Sutrikusio intelekto vaikams sunkiai susiformuoja pareigos, gėrio ir blogio, pasiaukojimo, užuojautos, pažintinės emocijos.

*Bendravimo* poreikis atsiranda jau kūdikystėje. Tačiau sutrikusio intelekto vaikų bendravimas nuo kūdikystės kiek skiriasi negu sveikų vaikų. Kaip teigia, Hallahan, Kauffman (2003), Ališauskas, Gerulaitis, (2003), Ostasevičienė (2003) sutrikusio intelekto asmenys nesugeba palaikyti socialinių santykių su kitais žmonėmis. Tokie vaikai patiriantys bendravimo sunkumų labai dažnai būna priešiški aplinkai, veikiantys atskirai nuo bendraamžių, uždari, net ir stengdamiesi bendrauti su kitais, dažnai pasielgia taip, kad bendraamžiai nuo jų nusigręžia.

Bendravimas žmogui suteikia galimybę pažinti aplinkinį pasaulį. Žmogaus bendravimas vyksta kalba, gestais, mimika. Sutrikusio intelekto vaikų *kalba* turi tas pačias raidos stadijas kaip ir sveikų vaikų, tačiau šių vaikų kalbos vystymosi etapai vėluoja maždaug 3-4 metus (Elijošienė, 1998). Dėl įvairių organinių centrinės nervų sistemos ir/ar periferinių kalbėjimo organų pažeidimo bei jų funkcijos sutrikimo gali rasti įvairių kalbėjimo, kalbos ir komunikacijos sutrikimų (Garšvienė, Ivoškuvienė, 2003). Sutrikusio intelekto vaikams būdingi įvairūs kalbos bei kalbėjimo sutrikimai, kurie pasireiškia netaisyklingu garsų tarimu ir jungimu, žodyno skurdumu bei siaurumu. Labai dažnai tokie vaikai turi regimojo ir girdimojo suvokimo sutrikimų, kurie pasireiškia panašių garsų painiojimu, optiškai panašių raidžių nesugebėjimu atsiminti ir parašyti. Visos šios problemos apsunkina gimtosios kalbos gramatikos mokymąsi.

Žmogaus gyvenime ypač svarbus kūdikystės laikotarpis. Šiuo laikotarpiu vaikas išmoksta sėdėti, šliaužti, ropoti, vaikščioti ir iš netobulai judančio kūdikio tampa savarankišku, judriu žmogumi. Kaip teigia Mockevičienė, (2003) vėlesniais metais vaikas jau niekada daugiau nepadarys tokio milžiniško psichomotorinės raidos šuolio per tokį trumpą laiką.

Vaiko judesių raida yra vadinama motorine raida ir ją sudaro bendrieji ir smulkieji judesiai. Ališauskienė (2003) motorinę raidą apibūdina kaip, nuolat tobulėjančią judesių atlikimo būdų plėtrą. Motoriniai judesiai vaikui suteikia galimybę judant susipažinti su jį supančiu pasauliu. Daugelis mokslininkų (Mikulėnaitė, 2003; Mockevičienė, 2003, 2005; Gage, Berliner, 1994; Laužikas, 1997) vieningai sutaria, kad motorinė vaiko raida yra tolesnės pažintinės, sensomotorinės ir kalbos vystymosi pagrindas. Normaliam psichomotoriniam vystymuisi labai svarbi sveika, nepažeista centrinė nervų sistema. Kaip teigia Ališauskienė (2003) motorinę raidą veikia du tarpusavyje susiję procesai:

- 1) normalių posturalinių ( kūno) mechanizmų raida

2) primityviųjų refleksų slopinimas ir integravimasis į valingesnius, tikslingesnius motorinius būdus..

Jau seniai yra pripažinta, kad egzistuoja glaudus ryšys tarp psichikos ir judėjimo. Tai pripažino Laužikas (1997) cituodamas L.Lewy: Žmogus bus toks ir yra toks, kaip jis juda, kadangi ne tik psichika veikia judesį, bet taip pat ir judesys psichiką. p.112. Judėjimo įtaka žmogaus organizmui neįkainojama. Mockevičienė ir kt. (2005) teigia, kad judėjimo raida priklauso nuo centrinės nervų sistemos reguliacijos mechanizmų. Judesių koordinacija ir diferencijavimas dėl CNS veiklos poveikio tam tikru laiku gali parodyti ne tik motorikos išsivystymo lygį, bet ir psichologinių savybių raidą.

Judėjimo funkcijos vystosi nuosekliai ir laipsniškai, nuo paprastų link sudėtingesnių. Todėl esant nervų sistemos pakenkimui, šios viena po kitos einančios funkcijos vėluoja arba sutrinka jų nuoseklumas. Žmogaus raidą pažeisti gali įvairios priežastys. Gudonis (1996) teigia, kad sutrikusio vystymosi pagrindas yra nervų sistemos ar atskirų analizatorių sutrikimai. Mikulėnaitė, 2003; Mockevičienė ir kt., 2005 teigia, kad motorinės sistemos vystymuisi turi įtakos daug veiksnių, tarp jų vienas iš svarbesnių – aplinkos veiksniai. Didelę įtaką turi vaiko priežiūra, jo emocinė ir sensomotorinė patirtis, paskata judėti.

Protinio atsilikimo sampratoje yra akcentuojamas vienas svarbiausių požymių- organinis ar funkcinis nervų sistemos pažeidimas. Pažeista centrinė nervų sistema labai įtakoja motorinių funkcijų išlavėjimą. Sutrikusio intelekto vaikų judėjimo raida vystosi pagal bendruosius dėsningumus, tačiau dėl įvairių nervų sistemos pažeidimų dažnai ji vėluoja. Didesnė sutrikusio intelekto vaikų dalis turi fizinio vystymosi sutrikimus: įvairūs liekamieji reiškiniai po persirgtų smegenų ligų. Naujagimystės laikotarpiu labai svarbūs dominuojantys refleksai, kurie vėliau integruojasi į padėties reakcijas bei raumenų tonusas. Sutrikusio intelekto vaikams primityvieji naujagimystės refleksai išlieka ilgiau arba jų nebūna, tai rodo esant CNS funkcijos pažeidimą.

Mockevičienė ir kt. (2005) pažymi, kad ilgalaikis ir pastovus primityviųjų refleksų pasireiškimas neleidžia toliau formuotis motorikos įgūdžiams ir skatina pastovios struktūrinės judesių asimetrijos susidarymą. Tokie vaikai vėliau pradeda sėdėti, ropoti, šliaužti, čiupti, vaikščioti, žvilgsnio fiksavimas vėluoja ~ 2 mėnesius. Karvelis (2001) atlikęs tyrimą palygino normaliai besivystančius ir sutrikusio intelekto vaikus. 70,9% normalaus vystymosi vaikų galvą nulaiko būdami 3 mėnesių, o 5 mėnesių-99,4%. Sutrikusio intelekto vaikai - atitinkamai 27,8% ir 79,1%. Sveiki vaikai sėdėti pradėjo dar nebūdami 7 mėnesių -97,6%, sutrikusio intelekto – 72,7%. Normaliai besivystantys vaikai, būdami 12 mėnesių stovėjo – 97,4%, savankiškai vaikščiojo – 81,8%. Sutrikusio intelekto vaikai atitinkamai – 69% ir 42,4%. Kuo didesnis intelekto sutrikimas, tuo labiau vėluoja motorinių įgūdžių formavimasis. Mikulėnaitė, (2003) teigia, kad Dauno sindromo atveju: vaikai galvą pradeda laikyti ~ 5 mėnesių, verčiasi nuo nugaros ant pilvo

~ 8 mėnesių, eina šoniniu ėjimu nuo 16 mėnesių, savarankiškai stovi nuo 18 mėnesių, o vaikščioti pradeda ~ 19 mėnesių. Daulenskienė (2003) teigia, kad protinio atsilikimo atvejais atsilieka sudėtingesnės motorinės funkcijos, netobuli nedideli judesiai – premotorinės zonos funkcijos. Judesiai blogai koordinuoti, grubūs, nėra gražių sinkinezių, motorinės ritmikos.

Žmogaus gyvenime judėjimas užima ypatingą vietą, nes judėdamas susipažįsta su supančiu pasauliu. Judėjimas neįmanomas be judesio. Sporto terminų žodynas (2002) judesį apibrėžia kaip kūno arba atskiros jo dalies padėties keitimą. Judesys yra susijęs su žmogaus veikla. Judėjimas padeda visam kūnui normaliai funkcionuoti, palankiai veikia kvėpavimą, virškinimą ir kraujotaką. (Mockevičienė ir kt., 2005).

Žmogaus judesiai skiriasi kiekybiniais ir tam tikrais kokybiniais rodikliais. Fizinės ypatybės priklauso nuo vaiko amžiaus, lyties ir fizinio pajėgumo. Jos pradeda formuotis ankstyvoje vaikystėje ir pasireiškia labai individualiai. Greitumas, ištvermė, jėga, vikrumas, pusiausvyra – tarpusavyje glaudžiai susijusios ypatybės. Fizinės ypatybės didina vaiko judėjimo galias, tobulina koordinacinius mechanizmus, sudaro palankias sąlygas išmokti vis daugiau naujų judesių. Adaškevičienė, (1999) teigia, kad fizinės ypatybės rodo ne tik psichofizinius, bet ir anatominius, morfologinius žmogaus ypatumus, yra integralinė esamų fizinių išgalių charakteristika. Todėl vėlgi sveika centrinė nervų sistema daro lemiamą įtaką fizinėms ypatybėms. Neurologiniai sutrikimai nulemia motorinės raidos sulėtėjimą ar vėlavimą. Didžiausią įtaką judesiui susiformuoti turi raumenų tonuso pakitimai. Mikulėnaitė, (2003) teigia, judesio formavimasis priklauso nuo motorinės ir sensorinės sistemos funkcionavimo bei tarpusavio sąveikos. Mikelkevičiūtė, 2003; Bobrova ir kt. 2004 pažymi, kad fiziškai silpnų vaikų, turinčių įvairių fizinio vystymosi, protinės veiklos sutrikimų, judesių atlikimas ir įsisavinimas vyksta labai lėtai, fizinio parengimo ir fizinių ypatybių lygis yra žemas.

*Greitumas* – tai žmogaus ypatybė atlikti judesius tam tikromis sąlygomis per trumpiausią laiką (Adaškevičienė, 1999). Kadangi nuo centrinės nervų sistemos būklės ir veiklos priklauso bėgimo greitis, tai sutrikusio intelekto vaikų greitis yra pakankamai žemas. Kūdikystėje primityviųjų refleksų nebuvimas ar vėlavimas turi įtakos psichomotorinei reakcijai, kuri bėgimo starto metu gali vėluoti. Dėl ilgalaikio asimetrinio toninio kaklo reflekso pasireiškimo būna per mažas galūnių judesių greitis; toks vaikas yra nevikrus.

*Pusiausvyra* – fizinė ypatybė, gebėjimas išlaikyti pastovią kūno padėtį įvairiomis pozomis, atliekant įvairius judesius ar veiksmus, veikiant išorės jėgoms (Stonkus, 2002). Sutrikusio intelekto vaikų pusiausvyra yra pakankamai žema. Jiems yra sunku atlikti įvairius pratimus, kur reikalinga pusiausvyra: atsitūpti – atsitūpę neišsilaiko, virsta į priekį; išlaikyti kūno padėtį ant vienos kojos, eiti suoleliu ar kt. Žemą pusiausvyros lygį įtakoja kūdikystėje per ilgai pasireiškę

asimetrinis toninis kaklo, ilgalaikio griebimo, moro refleksai; per vėlai susiformavusios pusiausvyros reakcijos, nenormalus raumenų tonusas.

*Vikrumas* – tai sugebėjimas greitai ir tiksliai atlikti judesius (Adaškevičienė, 1999). Sutrikusio intelekto vaikų pusiausyva žemo lygio, sunkiau orientuojasi erdvėje, judesiai yra ne plastiški, grubūs, nekoordinuoti. Dėl per ilgai užsitęsusio simetrinio toninio kaklo reflekso pasireiškimo - vaikas gali būti nevikrus. Tai manoma turi įtakos vikrumui.

*Išvermė* – gebėjimas ilgą laiką tokiu pat intensyvumu dirbti kokį nors darbą, valios pastangomis įveikti nuovargį (Adaškevičienė, 1999). Sutrikusio intelekto vaikai dėl mąstymo ypatumų pasižymi valingos veiklos stoka. Jie atlikdami bet kokias užduotis greit pavargsta, nusibosta, tai parodo, kad šie vaikai nėra išvermingi. Reikia pažymėti, kad sutrikusio intelekto vaikai atlikdami fizinio ugdymo užduotį visada būna įsitempę, vadinasi vyrauja raumenų tonuso pakitimai. Sutrikusio intelekto vaikams dėl pažintinės veiklos sutrikimų: dėmesio nesukaupimo, menko suvokimo, atminties sutrikimų sunku išmokyti naujų judesių. Fizinės ypatybės gali būti įvertintos fizinio pajėgumo testais. Lietuvoje plačiai taikomi EUROFITO testai. Mikelkevičiūtė (2002) teigia, kad visi atlikti fizinio pajėgumo rodiklių testai yra patikimi ir adaptuoti Lietuvoje. A. Donncha ir kolegų 1999 metais nustatė EUROFITO testo naudojimo tinkamumą ir patikimumą nežymiai protiškai atsilikusiems paaugliams.

Mokslininkus domina sutrikusio intelekto vaikų fizinio pajėgumo raida. Grinienė, Vaitkevičius, (1998), nustatė, kad specialiųjų poreikių vaikų fizinės galios rodikliai pagerėjo tik aukštesnėse klasėse. Grinienė, Puidaitė (2003) teigia, kad protiškai atsilikusių asmenų fizinis pajėgumas visose amžiaus grupėse būna 20-40% mažesnis nei sveikų bendraamžių. Fizinis pajėgumas ir motorika yra geresni protiškai atsilikusių berniukų nei mergaičių.

Sveikatos terminas yra daugiaprasmiškas sąvoka. Pasaulinė sveikatos organizacija (PSO) sveikatą apibrėžė kaip visapusišką fizinę, dvasinę ir socialinę gerovę, o ne vien ligų ir negalios nebuvimą. (Adaškevičienė, 1999). Lietuvos Statistikos Departamento (2007) duomenimis: 1990 m. gimė 56,9 tūkstančiai naujagimių, o 2005 – 30,4 tūkstančiai. Šie skaičiai rodo ryškų gimstamumo sumažėjimą. 2006m. Lietuvoje buvo 718,8 tūkstančiai vaikų.

Tiek pedagogams, tiek tėvams labai svarbi fizinė vaiko sveikata. Įvairūs sveikatos tyrimai rodo, kad biologinis vaikų atsparumas ligoms silpnėja ir tuo pačiu mažėja sveikų vaikų. Sveikų vaikų, retai sergančių ir neturinčių jokių defektų bei funkcinių sutrikimų ir priklausančių I sveikatos grupei Barkauskienės (2001) duomenimis Vilniaus mieste 1992m. buvo 47,5% - 2001m. - 34,8% vaikų. Vaitkevičiaus (2005) duomenimis yra ~ 43% I gr. vaikų ir nuolat mažėja.

Vienas iš sveikatos būklės rodiklių yra fizinis išsivystymas. Medicinos enciklopedija (1991) fizinį išsivystymą apibrėžia, kaip morfologinių ir fiziologinių organizmo savybių visumą, leidžiančią nustatyti žmogaus fizinių jėgų atsargas, išvermę bei darbingumą. Fizinį išsivystymą

rodo kūno svoris, nervinės reguliacijos būklė ir atsparumas nuovargiui. Vaikų fizinį išsivystymą parodo, kaip organizmo subrendimas pagal amžių, harmoningas vystymasis. Fizinis išsivystymas labai priklauso nuo daugybės veiksnių: socialinių, ekonominių. Sutrikusio intelekto vaikai fiziškai vystosi pagal bendrus vystymosi dėsningumus, tačiau ir čia matyti disharmonija. Tokių vaikų fizinį išsivystymą labai dažnai lemia menkas tėvų išsilavinimas, skurdas, nepatenkinama psichologinė šeimos aplinka, tėvų žalingi įpročiai. Šie vaikai be intelekto sutrikimo turi įvairių somatinių problemų. Vertinant pagal fizinį išsivystymą sutrikusio intelekto vaikai atsilieka nuo normos pagal antropometrinius duomenis: dažnai būna mažesnio ūgio ir svorio. Serga įvairiomis ligomis, dažnai turi invalidumą. Mokykloje tokie vaikai dažniausiai priklauso 3 sveikatos grupei. Kadangi sutrikusio intelekto vaikų funkcinės organizmo galimybės ribotos, ugdymo procese greičiau pavargsta, tampa dirglūs. Bagdonas ir kt. (2003) teigia, kad 2001m. 1685 vaikams, turintiems specialiųjų poreikių buvo nustatytas invalidumas. Autorius pateikia ligas, kuriomis šie vaikai sergo: navikai-4,5%, endokrininės, imuninės ir mitybos ligos-7,2%, psichikos ir elgesio sutrikimai-12%, nervų sistemos ir jutimo organų ligos- 26,3%, kvėpavimo sistemos ligos-16,4%, šlapimo ir lyties organų ligos-1,1%, skeleto raumenų sistemos ir jungiamojo audinio ligos-4,3%, įgimtos anomalijos-19,2%, traumos ir apsinuodijimai-1,4%, kitos ligos-7,5%.

Statistikos departamentas (2007) nurodo, kad 2003 m. dažniausiai vaikai buvo pripažinti invalidais dėl nervų ir jutimo organų ligų (25%), o 2004 m. beveik dvigubai padaugėjo psichikos ir elgesio sutrikimų turinčių vaikų ir dėl to kas penktas vaikas buvo pripažintas invalidu. 2005 m. dėl psichikos ir elgesio sutrikimų pirmą kartą invalidais buvo pripažinta 27% vaikų. Tačiau tais pačiais metais ženkliai sumažėjo vaikų, sergančių nervų sistemos ir jutimo organų ligomis. Iš pateiktos ataskaitos matyti, kad vaikai serga visų organų sistemų ligomis.

### **1.6. Fizinis aktyvumas – svarbiausias sveikatą stiprinantis faktorius**

Tūkstančius metų žmogaus egzistavimas ir vystymasis priklausė nuo aktyvios fizinės veiklos. Šiame technikos amžiuje vykstantys pokyčiai smarkiai apribojo žmogaus fizinį aktyvumą. Aktyvios fizinės veiklos apribojimas pareikalavo iš žmogaus didelių protinių pastangų ir nepaprastai padidino psichinę ir nervinę įtampą. Paplito pasyvus gyvenimo būdas, tačiau netrukus pasireiškė pasekmės. Atsirado nauji terminai - hipodinamija, hipokinezė. Medicinos enciklopedija, (1991) hipodinamija apibrėžia, kaip sumažėjusią raumenų jėgą.

Skurvydas (2001) teigia, kad negalima atlikti nė vieno judesio tam nepanaudojus maisto teikiamos energijos. Raumuo darbo metu pasisavina energiją apie 200 kartų greičiau, nei esant ramybės būsenoje. Motorinės veiklos metu per 60-70 % energijos paverčiama šiluma ir tik likusi dalis panaudojama raumenų darbui bei kitų organizmo sistemų veiklai. Galima teigti, kad žmogus

būdamas fiziškai neaktyvus dar mažiau pasisavina organizmo energiją ko pasekoje nukenčia vidaus organų funkcijos ir sistemos. Dėl fizinio aktyvumo stokos žmogus serga lėtinėmis ligomis, mažėja darbingumas, gyvybingumas, neigiamai veikia centrinę nervų sistemą.

Vaikams fizinis aktyvumas tai aktyvi veikla, kurios metu jie juda, bėgioja, žaidžia judrius žaidimus, mankština ar sportuoja. Aktyvi fizinė veikla vaikui suteikia teigiamų emocijų, skatina bendravimą.. Fizinis pasyvumas vyrauja ne tik tarp suaugusiųjų, bet ir tarp vaikų. Nors vaikai ir judresni už suaugusius, dėl pasyviai leidžiamo laisvalaikio ir jiems gresia hipodinamija.Tai įrodo atliekami tyrimai. Volbekienė (2005) teigia, kad daugumos 5 -11 klasių mergaičių (90%) ir berniukų (80%) kasdieninio fizinio aktyvumo intensyvumas neatitinka PSO (2003) sveikatą stiprinančių fizinio aktyvumo rekomendacijų. Šis tyrimas atskleidė, kad 5-11 klasių mokinių sveikatą stiprinantis fizinis aktyvumas būdingas tik 9,8% mergaičių ir 18,6% berniukų. Razmienė, Daškevičienė (2006) remiasi Lietuvos kūno kultūros asociacijos 2005m. atlikto Lietuvos moksleivių fizinio aktyvumo tyrimo duomenimis ir teigia, kad 85,8 % Lietuvos mokinių yra nepakankamai fiziškai aktyvūs. Vilniaus mieste sveikatą stiprinantis fizinis aktyvumas būdingas tik 9,9% mergaičių ir 22,4% berniukų. Juškelienė ir kt. (2006) nustatė, kad nepakankamu fiziniu aktyvumu pasižymi dažniau mergaitės (73,4%), negu berniukai (36,6%).

Moksleivių dominuojantis laisvalaikio praleidimo būdas - sėdėjimas prie kompiuterių ir televizoriaus. Volbekienė (2005) teigia, kad dažniausia sėdėjimo trukmė 8-9 valandos per dieną.Į šiuos atliktus tyrimus nebuvo įtrauktos specialiosios mokyklos, todėl koks yra sutrikusio intelekto mokinių fizinis aktyvumas duomenų nėra. O kiek šiuose tyrimuose dalyvavo integruotų specialiųjų poreikių mokinių duomenų nepateikiama.

Fizinis pasyvumas vyrauja ir tarp sutrikusio intelekto moksleivių. Grinienė (2001) atlikusi tyrimą nustatė, kad negalę turinčių vaikų noras daugiau judėti skyrėsi nuo jų fizinio aktyvumo: daugiau nei pusė sutrikusio intelekto vaikų kasdien rytais nesimankštino, trečdalis jų po pamokų nesportavo. Ališauskas, Gerulaitis (2003) teigia, kad specialiųjų poreikių vaikai dažniausiai laisvalaikį praleidžia žiūrėdami televizorių. Dėl intelekto sutrikimo, charakterio bruožų, menkos motyvacijos jie geriau renkasi pasyvias laisvalaikio formas.

Vaiko fizinis aktyvumas priklauso nuo daugelio veiksnių. Ar bus vaikas fiziškai aktyvus priklauso nuo jo charakterio bruožų ir auklėjimo. Be abejonės didelę įtaką daro šeima. Dažniausiai tiek sveikų, tiek sutrikusio intelekto vaikų fizinį aktyvumą palaikanti ir ugdanti yra mokykla ir kūno kultūros pamokos. Mokykloje ir kūno kultūros pamokos yra vienintelė vieta kur moksleiviai užsiima fiziškai aktyvia veikla. Sutrikusio intelekto mokiniams pagrindinė aktyvios fizinės veiklos forma yra kūno kultūros pamoka, o sportinius būrelius lanko tik labai maža dalis.Dažniausiai tiek tarp sveikų, tiek tarp sutrikusio intelekto vaikų fiziškai aktyvesni yra berniukai.Volbekienė (2005) teigia, kad 6-17m. berniukų fizinis aktyvumas 15%-25% didesnis

nei to paties amžiaus mergaičių. Su amžiumi berniukų ir mergaičių fizinis aktyvumas mažėja, bet mergaičių 2,5 karto daugiau negu berniukų.

Panaši tendencija vyrauja ir tarp sutrikusio intelekto mokinių. Pradinėse klasėse tiek berniukai, tiek mergaitės panašiai vienodai fiziškai aktyvūs, vėliau didesnė dalis berniukų, o mergaičių didžioji dauguma visai nesportuoja. Įvairūs autoriai nurodo, kad sutrikusio intelekto asmenų įvairios fizinio aktyvumo formos gerina savijautą, savęs vertinimą, gyvenimo kokybę, plėtoja fizines galias bei pajėgumą.

### **1.7 Sutrikusio intelekto mokinių skatinimas sportuoti**

Formuojantis vaikų ir paauglių požiūriui į kūno kultūrą, sportą ir kitokią fiziškai aktyvią veiklą laisvalaikio didelių poveikį daro artimiausia socialinė aplinka, kurios vienas iš ryškiausių komponentų yra šeima (Kardelis ir kt., 2001). Šeimoje turi būti patenkinami visi šeimos narių poreikiai. Vaikui labai svarbu, kad su juo bendrautų ir jį palaikytų. Tyrimais įrodyta, kad tėvų bendravimo lygis priklauso nuo tėvų išsilavinimo. Tėvai, turintys aukštąjį išsilavinimą su savo vaikais bendrauja atviriau, nuoširdžiau, tokie tėvai dažniau domisi kaip jiems sekasi, dažniau ateina į pagalbą. Nors šiame skubos amžiuje kartais tėvai turėdami, pakankamai aukštą išsilavinimą palieka vaikus, patenkindami tik materialius poreikius. Tėvų požiūris į darbą, elgesys namuose, tėvo ir mamos tarpusavio santykiai palieka ženklus pėdsakus vaiko sąmonėje. Šeimos socialinės problemos lemia psichologinį šeimos klimatą ir tai atsispindi vaikuose. Vaikai, matydami tėvų elgesį, bando jį kopijuoti. Todėl vaiko noras sportuoti labai priklauso nuo tėvų požiūrio ir asmeninio pavyzdžio bei auklėjimo sąlygų šeimoje. Volbekienė (2005) tyrimu nustatė, kad tėvų požiūris į fizinį aktyvumą yra daugiau teigiamas – 61,5% ir vaikai skatinami užsiimti šia veikla. Pasyvus tėvų požiūris, neskatinantis vaiko fizinio aktyvumo sudarė 7,5%. Tėvai savo vaikų fizinį aktyvumą skatina rodydami asmeninį pavyzdį - 33,1%. Tėvų įtaka vaikų fiziniam aktyvumui susijusi su jų socialiniu statusu, išsilavinimo lygiu, ekonominėmis šeimos sąlygomis. Kardelis (2001) teigia, kad fiziškai aktyvesni vaikai iš tų šeimų, kurių tėvai yra aukštesnio išsilavinimo. Aukštesnio išsilavinimo tėvai sukuria savo šeimai geresnę, materialinę gerovę ir sudaro geresnes sąlygas vaikų fiziniam aktyvumui. Volbekienė (2005) tyrimu nustatė, kad mokinių šeimos fiziniam aktyvumui trukdo pajamų stoka. Tai teigia 10,4% mokinių. Zaborskis, Makari (2001) teigia, kad ekonominė šeimos būklė lemia ir moksleivių laisvalaikio užimtumą: turtingų šeimų vaikai, palyginti su neturtingų šeimų vaikais, laisvalaikio dažniau mankštinais ir sportuoja. Volbekienė (2005) nustatė, kad tėvai savo vaikų fizinį aktyvumą dažniausiai skatina: mokėdami už sporto treniruotes (64,2%), nupirkdami reikalingą inventorių (50%), rodydami asmeninį pavyzdį (33,1%).

Didžioji dalis sutrikusio intelekto vaikų gyvena nepilnose šeimose. Palyginti žemas tėvų išsilavi-

nimas, nedarbas, dažna šeima gyvena iš gaunamų socialinių pašalpų, trukdo sudaryti palankias sąlygas patenkinti pačius svarbiausius šeimos poreikius. Sutrikusio intelekto vaikų šeimose psichologinės problemos, žalingi įpročiai, bendravimo stoka tarp tėvų ir vaikų neigiamai veikia tėvų ir vaikų požiūrį į fizinį aktyvumą. Vaitkevičius (2005) teigia, kad sportas ir žaidimai su visa šeima nėra labai populiariūs užsiėmimai šeimose, kur yra integruotų vaikų. Vaikas, pradėjęs lankyti mokyklą, patenka į kitą socialinę aplinką, kuri taip pat formuoja požiūrį į fizinį aktyvumą. Švietimo įstatymo (1991) 23 straipsnio 1 punkte teigiama, kad mokykla turi padėti mokiniui saugoti ir stiprinti sveikatą. Mokykla turi sudaryti tinkamas sąlygas fiziniam aktyvumui plėtoti. Tai priklauso nuo mokyklos tikslų ir sportinės bazės bei kūno kultūros specialisto kompetencijos. Razmienė, Daškevičienė (2006) nustatytė, kad daugumos mokyklų – 73,1%, sporto salių būklė bloga ar patenkinama. 19% mokyklų neturi sporto aikštynų ar jie visiškai neįrengti. Mokyklose kūno kultūros pamokos yra vienintelė vieta, kur moksleiviai užsiima fiziškai aktyvia veikla. Tačiau tyrimų rezultatai rodo, kad 44% vaikų stengiasi išvengti dalyvavimo kūno kultūros pamokose (Razmienė, Daškevičienė, 2006). Tokių moksleivių elgesį būtų galima paaiškinti neįdomia ugdomąja veikla, pedagogo kompetencijos trūkumu bei menka mokinio motyvacija. Fominienė, Kardelienė, Kardelis (2006) teigia, kad mokytojo elgsena ir dalyko programų turinys gali būti įvardyti kaip pagrindiniai, lemiantys mokinių nuostatas į kūno kultūrą.

Kūno kultūros specialistai per mažai kalba apie fizinio aktyvumo svarbą, neskatina mokinių motyvacijos užsiimti sportine veikla, savo asmeniniu pavyzdžiu per mažai įtakoja mokinius užsiimti fizinį aktyvumą skatinančia veikla.

Sutrikusio intelekto vaikai mokydamiesi specialiojoje mokykloje 1-5 klasėse turi 3 kūno kultūros pamokas per savaitę, o 6-10 klasėse – 2 pamokos. Tokiose mokyklose labai populiarus papildomo ugdymo veikla – sporto būreliai. Tuose būreliuose vaikai ne tik sportuoja, bet įgyja bendravimo įgūdžių, turi galimybę pajusti varžybų džiaugsmą. Išvykę į varžybas sutrikusio intelekto vaikai ne tik varžosi įvairiose sportinėse rungtyse, bet turi galimybę apžiūrėti tos vietovės muziejus, kitą istorinį paveldą. Labai dažnai mokyklos dalyvauja Specialiojo Olimpino komiteto organizuotose varžybose, čempionatuose. Iš mokyklų komandų atrenkami geriausi žaidėjai į rinktines, atstovausiančias mūsų šalį. Kaip skatinanti priemonė fizinei veiklai yra įvairūs prizai mokiniams, todėl iš varžybų tokie moksleiviai grįžta su įvairiais prizais.

Labai pravartu pedagogams mokykloje atlikti mokinių anketinę apklausą ir išsiaiškinti kokios sportinės veiklos pageidautų. Tai padėtų pedagogams sudarant papildomo ugdymo programas. Kryptingai sudarytos ugdymo programos suteikia daug teigiamų emocijų, padeda keistis sutrikusio intelekto vaikų psichosocialiniam elgesiui. Labai dažnai sutrikusio intelekto mergaitės nedalyvauja jokiame fiziniame veikloje. Jas paskatinti galėtų jų pageidaujama veikla atitinkanti



programa. Rėklaitienė (2003) teigia, kad pasitenkinimas atliekama veikla veda motyvacijos ir savivokos jausmo stiprinimo link. Dažnai šis jausmas kyla iš teigiamo, šilto socialinio klimato pratybų metu, jausmo, kad čia esi pripažintas, lygiavertis, priklausai visai grupei.

Bendrojo lavinimo mokyklose mokosi nemažai integruotų sutrikusio intelekto vaikų. Kūno kultūros pamokose tokie vaikai dalyvauja kartu su sveikais bendraamžiais. Sutrikusio intelekto vaikai dėl savo negalės dažnai nesupranta žaidimo taisyklių, strategijos, nekokybiškai atliekamų judesių dažnai kaltinami sveikų bendraamžių. Todėl jie pasijutę menkaverčiais dažnai neadekvačiai elgesi ir atsisako dalyvauti fiziniėje veikloje. Tokio pobūdžio fizinė veikla gali turėti žalingą poveikį integruotam mokiniui. Sherrill (1998) teigia, kad be atidaus dėmesio individualiems poreikiams integracijos į fizinę veiklą metu daugelio protiškaici atsilikusių asmenų savivarbos, savivertės ir socialinės sąveikos gebėjimai gali būti paveikti priešingai.

*Apibendrinami galime teigti, kad vaikui labai svarbi socialinė aplinka. Didžiausią poveikį vaiko vystymuisi ir auklėjimui turi šeima. Todėl pakitus šeimos struktūrai, kartu pakinta vaiko emocinė ir socialinė patirtis, kuri sutrikdo tolesnę socialinę raidą. Vaikas ateina į mokyklą su suformuota socialine patirtimi, kuri turi įtakos ugdymosi procese.*

*Sutrikusio intelekto vaikų vystymasis skiriasi nuo sveikų vaikų. Tokiems vaikams būdingas nevalingas dėmesys, ko pasekoje atsiranda įvairūs suvokimo sutrikimai, nepilnavertis mąstymas, atminties sutrikimai. Sutrikusio intelekto vaikai pasižymi emociniu nebrandumu, bendravimo sunkumais, neadekvačiu savęs vertinimu, drąsos stoka, nesugebėjimu planuoti bei siekti užsibrėžto tikslo. Šie vaikai beveik visi turi kalbos ir kalbėjimo sutrikimų. Esant centrinės nervų sistemos funkcijų pažeidimams vėluoja įvairūs motoriniai veiksmai. Vaiko motorinei raidai didelę įtaką daro aplinkos veiksniai. Todėl pritariame Ostasevičienės (2003) nuomonei, kad viena iš priežasčių, kodėl sutrikusio intelekto vaikų įvairūs motoriniai veiksmai vėlesni negu įgaliųjų, yra paskatos trūkumas. Vaikas, negalėdamas judėti ir tyrinėti aplinką, praranda motyvaciją siekti informacijos. Sutrikusio intelekto vaikų fizinės ypatybės skiriasi nuo sveikų bendraamžių, kadangi šių vaikų būklėje vyrauja įvairūs neurologiniai pakenkimai. Vaikai invalidais pripažįstami dažniausiai dėl nervų sistemos ir jutimo organų, psichikos ir elgesio sutrikimų. Taip pat vaikai serga ir kitų organų sistemų ligomis. Pritariame Vaitkevičiaus (2005) nuomonei, kad mokinių sveikata ir sergamumas rodo, kaip aplinka veikia augantį ir bręstantį organizmą.*

*Tarp sutrikusio intelekto vaikų vyrauja fizinis pasyvumas. Didėjant moksleivių amžiui fizinis aktyvumas mažėja. Mergaitės mažiau fiziškai aktyvios, negu berniukai. Moksleivius fizinei veiklai skatina šeimos aplinkos veiksniai. Kryptingai suplanuotas ugdymo procesas ir kūno kultūros pedagogo kompetencija, papildomo ugdymo formos, individualios programos, teigiamas vertinimas, esant nors mažiems pasiekimams skatina mokinius užsiimti fizine veikla*

## 2 skyrius. Moksleivių požiūrio į socialinę aplinką ir fizinio pajėgumo rezultatų analizė

### 2.1 Tyrimo metodai

**Anketinės apklausos** būdu nustatėme specialiosios mokyklos sutrikusio intelekto mokinių ir pagrindinės mokyklos mokinių dalyvavimą fizinėje veikloje, palyginome šių mokyklų moksleivių požiūrį į socialinę aplinką.

Anketą sudarė socialinių – demografinių kintamųjų blokas (duomenys apie lytį, amžių, mokyklą, klasę, šeimos sudėtį, tėvų darbinę veiklą) ir pagrindinė dalis – diagnostinių kintamųjų blokas. Šį bloką sudarė sveikatos, fizinio aktyvumo, mėgstamos ir nemėgstamos ugdymo formos, laisvalaikio, žalingų įpročių, savijautos, ateities vertinimo skalės. Iš viso vertinimo skalę sudarė 27 klausimai. Klausimai buvo sudaryti pagal A. Zaborskį, J. Makari (2001) ir pasitarus su darbo vadove.

**Testavimo** būdu buvo nustatytas specialiosios mokyklos sutrikusio intelekto mokinių fizinis pajėgumas. Fizinis pajėgumas buvo nustatomas remiantis Eurofito testų rekomendacijomis (Volbekienė, Kavaliauskas, 2002). Testuojant sutrikusio intelekto mokinių fizinį pajėgumą, buvo parinkti šie rodikliai: bendroji pusiausvyra, galūnės judesio greitis, staigioji jėga, liemens jėga (pilvo raumenų ištvėrmė), funkcinė jėga (rankų ir pečių raumenų ištvėrmė), bėgimo greitis, vikrumas.

*Bendroji pusiausvyra* (Flamingo pusiausvyra) – balansavimas stovint viena koja ant buomelio. Pusiausvyrą rodo mėginimų išsilaikyti stovint viena koja ant buomelio per 1 minutę skaičius. Testo atlikėjas ant buomelio pasirenka kuria koja stovės. Kitą koją sulenktą per kelią prilaiko ranka. Kita ranka gali padėti sau laikyti pusiausvyrą. Kiekvieną kartą netekus pusiausvyros laikmatis išjungiamas kol testo atlikėjas užima pradinę padėtį. Laikmatis vėl įjungiamas. Po kiekvieno pusiausvyros praradimo judesys kartojamas kol pagal laikmatį baigiasi 1 minutė. Jeigu testo atlikėjas per pirmas 30 sekundžių nukrinta 15 kartų, testas nutraukiamas ir rezultatas lygus nuliui.

*Galūnės judesio greitis* (Tepingas) – pakaitinis dviejų skritulių palytėjimas parankia ranka. Testo atlikėjas atsistoja prieš stalą, truputį pražergtomis kojomis. Parankesnę ranką padeda ant priešingo skritulio, kitą ranką – centre ant stačiakampio. Laikmatis įjungiamas po komandos parankesne ranka daro kuo greitesnius judesius pirmyn ir atgal tarp dviejų skritulių. Kiekvieną kartą skritulį būtinai reikia paliesti delnu. Judesiai skaičiuojami garsiai ir sustojama po komandos, atlikus 25 judesius. Testas atliekamas du kartus, įskaitomas geresnis rezultatas. Testui atlikti naudojamas reguliuojamo aukščio stalas. Ant stalo pritvirtinti du guminiai, 20 cm skersmens skrituliai, tarp kurių turi būti 80 cm atstumas. Tarp skritulių vienodu atstumu nuo kiekvieno turi būti pritvirtintas stačiakampis (10x20 cm).

*Staigioji jėga* buvo nustatoma šuoliu į tolį iš vietos. Testo atlikėjas atsistoja prie linijos ir sulenkęs kojas per kelius, užsimoja rankomis ir šoka kiek galėdamas toliau. Testas atliekamas du kartus ir įskaitomas geresnis rezultatas centimetais.

*Liemens jėgai* ( pilvo raumenų ištvėrmė ) nustatyti buvo pasirinktas sėstis ir gultis testas. Per 30s reikia kuo daugiau kartų atsisėsti ir atsigulti. Testo atlikėjas atsisėda ant pakloto, rankos sunertos už galvos, kojos sulenktos per kelius. Kojas rankomis prilaiko kitas asmuo. Po komandos reikia gultis ant nugaros, pečiais paliesti paklotą ir grįžti į sėdimą padėtį, paliečiant alkūnėmis kelius. Garsiai skaičiuojami tiksliai atlikti judesiai. Rezultatas bus tiksliai atliktų judesių skaičius per 30s.

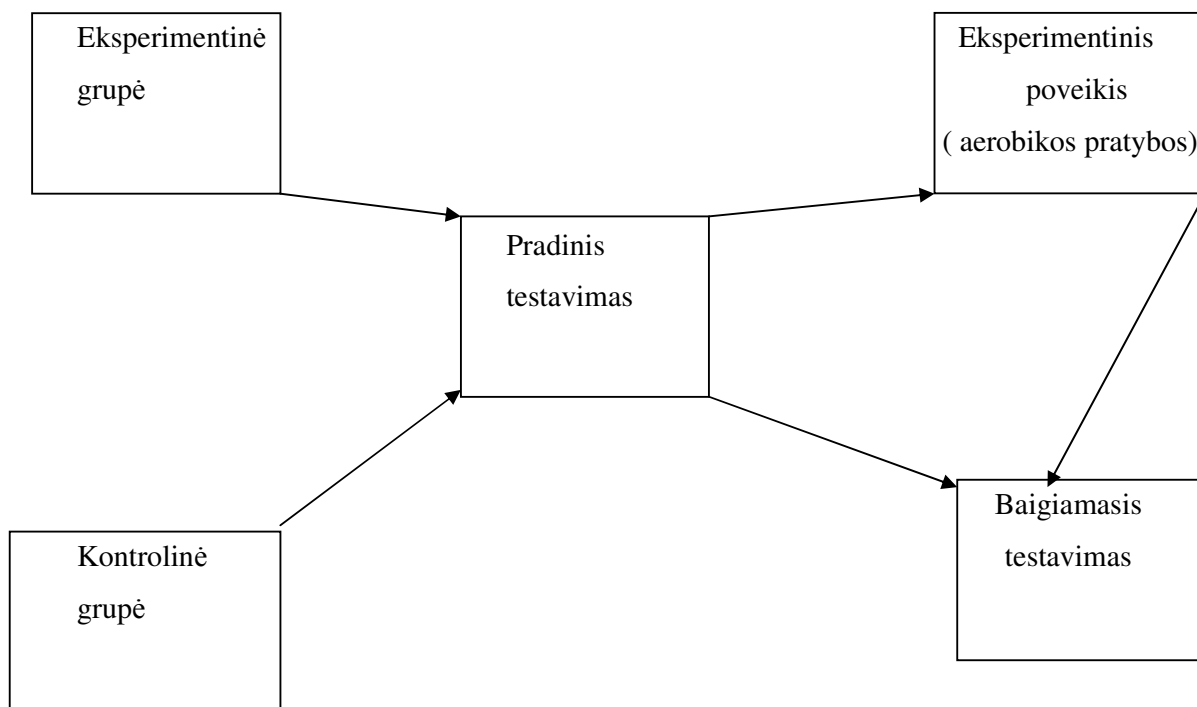
*Funkcinė jėga* ( rankų ir pečių raumenų ištvėrmė ) buvo nustatoma atliekant kybojimo sulenktomis rankomis testą. Skersinio aukštis parenkamas pagal aukščiausio vaiko ūgį. Testo atlikėjas rankas ant skersinio uždeda pečių platumu. Kai testo atlikėjo smakras yra virš skersinio reikia įjungti laikmatį, raginti kuo ilgiau kyboti, o kai testo atlikėjo akys nusileidžia žemiau skersinio laikmatis išjungiamas. Rezultatas bus laikas išreikštas sekundės dešimtosiomis dalimis.

*Bėgimo greičiui, vikrumui* nustatyti buvo pasirinktas 10x5 bėgimo šaudykle testas. Ant grindų pažymima 5 m atstumu dvi 120 cm ilgio lygiagrečios linijos. Testo atlikėjas atsistoja prie starto linijos. Po starto bėga kuo greičiau prie finišo linijos ir vėl atgal - prie starto linijos, peržengdamas ją abiem kojom. Taip fiksuojamas 1 kartas. Reikia atlikti tokį bėgimą 5 kartus. Įskaitomas rezultatas- 5 bėgimo kartų trukmė, išreikšta sekundės dešimtosiomis dalimis.

**Pedagoginis eksperimentas** buvo vykdomas Rusnės specialiojoje mokykloje. Eksperimentas vyko nuo 2006 metų gruodžio mėnesio iki 2007 metų kovo mėnesio. Eksperimentinę grupę sudarė 20 sutrikusio intelekto mergaičių. Kontrolinę grupę sudarė atsitiktiniu būdu atrinktos Klaipėdos I specialiosios mokyklos 20 sutrikusio intelekto mergaičių.

Šio eksperimento nepriklausomu kintamuoju pasirinkome aerobikos programą, kuri buvo orientuota į šio priklausomo kintamojo pokytį – fizinį pajėgumą. Programa sudaryta remiantis sutrikusio intelekto moksleivių fizinėmis ir intelektinėmis savybėmis ir E. Karbočienės (1997) rekomendacijomis. 1 paveiksle pateikta pedagoginio eksperimento programa. Ugdomasis darbas vyko 2 kartus per savaitę ( po 40 min. ) visą pedagoginio eksperimento laikotarpį.

Pradinio ir baigiamojo testavimo metu buvo testuojamas mergaičių fizinis pajėgumas. Buvo pasirinkti šie fizinio pajėgumo rodikliai: bendroji pusiausvyra, galūnės judesio greitis, staigioji ir liemens jėga.



*1 pav.* Pedagoginio eksperimento schema

### **Pedagoginio eksperimento programa**

Aerobika – tai besikartojantys fiziniai pratimai, atliekami skambant muzikai. Muzika sukuria tam tikrą darbingumo foną ir sukelia teigiamas emocijas, kurios taip pat yra sveikatos gerinimo šaltinis. Ši fizinės veiklos forma populiari tarp merginų ir moterų.

Poteliūnienė (2003) teigia, kad aerobikos elementai, muzikos fonas padeda plėtoti moters funkcinę galią, taip pat žadinti teigiamas emocijas fizinės veiklos metu.

Dėl aerobikos pratybų poveikio gerėja fizinės ypatybės (išsvermė, jėga, lankstumas, koordinacija), laikysena, kūno svoris, gražėja bendri kūno judesiai, stiprėja judamasis atramos aparatas.

Baublienė (2003) pažymi, kad aerobikos pratimai ypatingi tuo, jog veikdami didesnę deguonies patekimą į smegenis skatina jų veiklą ir sukelia nervinių impulsų pokyčius, aktyvinančius atitinkamų, darančių poveikį savijautai hormonų (endorfino, dopamino, serotonino, norepineprino) gamybą. Dėl šių pokyčių gerėja nuotaika, susinormalizuoja kraujo spaudimas, teigiamai veikiama kvėpavimo, virškinimo ir medžiagų apykaitos funkcijos. Derinant aerobikos pratimus su racionalia mityba galima atsikratyti antsvorio.

Psichologiniu aspektu aerobika prilygsta releksacijai, nors poveikis ir trumpalaikis. Mokslininkų empiriniais tyrimais įrodyta, kad po vienos treniruotės sumažėja nerimas ir pagerėja nuotaika. Raglin (1995) (cit. Baublienė, 2003, p.6) teigia, kad šie pokyčiai per kelias valandas

pamažu blėsta, tačiau yra duomenų, kad aerobikos pratimai turi ilgiau trunkantį atpalaiduojantį efektą, negu tokios pat trukmės poilsis ar relaksacija.

Aerobikos treniruočių nuolatinis, ilgalaikis lankymas veikia asmenybės bruožų kitimą teigiama linkme. Raglin (1995) (cit. Baublienė, 2003, p.6) nurodo, kad aerobika gali daryti poveikį: psichinėms būsenoms, kurios atspindi dabarties pojūčius ir keičia tuo metu jaučiamą įtampą; asmenybės bruožams, kurie yra daugiau ar mažiau stabilūs.

Merginos ir moterys lankančios aerobikos treniruotes, turi puikią galimybę pabūti savimi, atsi-kratyti baimės, neigiamos įtampos dėl savo gebėjimų teisingai atlikti pratimus. Trenerio palaikymas puiki muzika, maloni atmosfera treniruočių metu sudaro puikias sąlygas formuoti teigiamą savęs suvokimą, ugdyti savigarbą, skatinti sportinį aktyvumą.

Aerobikos programa, kaip laisvalaikio praleidimo forma puikiai tinkama ir sutrikusio intelekto merginoms. Šie pratimai gali būti veiksminga priemonė skatinti sportuoti ir pagerinti gyvenimo kokybę bei socializaciją. Be intelekto sutrikimo merginas dažnai lydi įvairios sveikatos problemos, viršsvoris, nepasitikėjimas savimi, menkas savęs vertinimas, elgesio, mokymosi problemos. Sutrikusio intelekto asmenų fizinės ypatybės ir judesių raida atsilieka nuo sveikųjų, dažnai tokie vaikai turi viršsvorį. Dėl menko suvokimo ir dėmesio nesukaupimo dažnai nesiseka atlikti fizinius pratimus, o patyrus nesėkmę skaudžiai į tai reaguojama, ko pasekoje atsisakoma fizinės veiklos. Rėklaitienė (2003) teigia, kad bendra veikla komandoje gali būti veiksnys, ugdantis bendravimo gebėjimus kaip mokėjimas pasiūlyti, paraginti, paprašyti, teirautis.

Aerobikos pratybų metu sukurta palanki bendradarbiavimo aplinka gali pagerinti psichosocialinį elgesį (tolerancija viena kitai, fizinės agresijos nebuvimas, keiksmažodžių nevartojimas, kaltinimų nebuvimas nesėkmės atveju, pakantumą kitam), emocinę būklę ( džiaugsmas, pasitikėjimo savimi, saviraiška, iniciatyva). Dėl šių pratybų poveikio gali pagerėti fizinės ypatybės. Rėklaitienė (2003) pažymi, socializacijos požiūriu aerobikos pratybos yra reikšmingos protišškai atsilikusiems asmenims – jų sportiniais pasirodymais žavisi bendramoksliai, didžiuojasi pedagogai, juos geriau vertina kasdieninėje veikloje.

### **Eksperimento programos pagrindimas ir organizavimas**

#### **Programos tikslas:**

Siekti, aerobikos užsiėmimų metu, merginų fizinės, psichinės ir dvasinės darnos atsižvelgiant į psichinę – emocinę būklę.

#### **Programos uždaviniai:**

1. Ugdyti gebėjimą bendrauti.
2. Skatinti pasitikėjimą savimi, formuoti teigiamą savęs vertinimą.
3. Lavinti fizinės ypatybes.

#### 4. Koreguoti merginų laikyseną, judesių koordinaciją

#### **Įgyvendinant programą, buvo remiamasi šiomis teorinėmis nuostatomis:**

1. Saviraiškos teorija.
2. Visaverčio asmens funkcionavimo teorija.
3. Socialinio išmokimo teorija.
4. Asmens reikšmingumo teorija.

*Saviraiškos teorija* teigia, kad žmogus turi jaustis saugus, mylimas ir pripažįstamas, kad pradėtų save gerbti ir siekti keisti, koreguoti savo elgesį. Tik save gerbiantis žmogus įgyja vidinių motyvų siekti ir būti tuo, kuo jis nori. Nesutrikusios raidos asmenybei tai nėra sudėtinga pasiekti jei ją supa sveika aplinka.

Ugdant, teikiant įvairias paslaugas neįgaliesiems žmonėms būtina laikytis hierarchinės poreikių tvarkos. Svarbiausia turi būti patenkinti fiziologiniai poreikiai, po to psichologinio saugumo, meilės, bendravimo ryšių poreikiai. Tik besąlygiškai pripažintas neįgalus asmuo, nepriklausomai nuo jo gebėjimų įgyja vidinės motyvacijos padaryti viską ką jis gali. Šios sąlygos gali padėti neįgaliam žmogui tobulėti ir išreikšti save.

Pagal *visaverčio asmens funkcionavimo teorijos* pradininką C. Rogers kiekvienas žmogus turi idealų savąjį AŠ ir veiklųjį savąjį AŠ. Kuo labiau jie sutampa, tuo labiau funkcionuoja žmogaus saviraiška. Žmogus nesąmoningai siekia realaus ir idealaus savojo AŠ sutapimo, tačiau atmeta ir priešinasi idealiojo AŠ prieštaraujančiais veiklais. Asmuo tobulėdamas geriau vertina save, realiai suvokia save ir aplinką.

Neįgalių asmenų tarp realaus ir įsivaizduojamo AŠ yra labai dideli skirtumai. Šie žmonės nepajėgūs suderinti neatitikimo tarp praktinės patirties ir įsivaizduojamo savęs, todėl ima veikti iškreipimo ir atmetimo apsaugos mechanizmai. Iškreipimo mechanizmas saugo žmogų nuo patirties, kai asmuo save suvokia taip, kaip jis to nori, o ne tokią asmenybę, kokia yra iš tikrųjų. Atmetimo mecha-nizmas pasireiškia, kai asmuo stengiasi nukreipti savo mintis nuo visko kas jam nepatinka, žeidžia, ko nepajėgia padaryti. Todėl ugdymo procese svarbu neįgaliam žmogui padėti suvokti save ir nustatyti vidinius motyvuotus tikslus.

Pagal *socialinio išmokimo teoriją* žmogaus funkcionavimas visuomenėje gali būti pripažintas ir paaiškintas asmens elgesio, pažinimo ir jo aplinkoje vykstančių įvykių pagrindu. Tai paaiškina individo pažinimo ir socialinės aplinkos vaidmenį ir reikšmę mokymo ir mokymosi procese. Tiesioginė įtaka mokymo kokybei vyksta tarp mokymo dirgiklio ir mokymosi kaip atsako į dirgiklį. Todėl galima teigti, kad ryšys tarp mokytojo ir mokinio visada turi ne tik mokomąjį, bet ir socialinį pobūdį.

*Asmens reikšmingumo teorija* pritaikyta neįgaliesiems asmenims. Pagal šią teoriją asmeninė nuomonė yra svarbesnė, negu pats įvykis ar reiškinys. Remiantis asmens reikšmingumo teorija

labai svarbu įvertinti neigalaus asmens požiūrį į jam siūlomą taikomosios fizinės veiklos formą, o gal jam tai nėra priimtina, jo nedomina. Todėl neigalūs mokiniai turėtų dalyvauti įvairių ugdymo programų planavime.

**Aerobikos pratybų programa buvo sudaryta remiantis šiais mokymo principais:**

1. Laisva valia buvo kviečiamos sutrikusio intelekto mergaitės į aerobikos pratybas, nes jokia veikla neįmanoma jei vaikas to nenori.
2. Visi pratimai buvo demonstruojami veidrodiniu principu bei suteikiamas ilgesnis laiko tarpas pratimams suprasti.
3. Veiklos įvairovė pratybų metu, nes ilgalaikė ta pati veikla gali nusibosti.
4. Skatinimas ir pagyrimai.
5. Veiklos visapusiškumu, nes aerobikos pratybos siejamos bendravimu, pagalba sau, elgesiu.

1 lentelė

**Aerobikos užsiėmimų temos**

Eil. nr.	Temos pavadinimas	Pastabos
1.	Pokalbis „ Kas yra aerobika“. Video medžiagos žiūrėjimas. Susipažinimas su ritmu, muzika, judesiu.	
2.	Žemo intensyvumo aerobika. Pagrindinės pratybų dalys (parengiamoji, pagrindinė, baigiamoji). Pratimai rankų, pečių ir krūtinės raumenims stiprinti.	
3.	Ėjimas vietoje ir įvairiomis kryptimis. Pratimų atlikimas skirtingu intensyvumu.	Sunku atlikti judesį greitesniu tempu.
4.	Ėjimas keičiant ritmą, derinant ėjimą su pratimais rankoms, koordinacijos lavinimas.	Nepavyksta suderinti rankų ir kojų judesius.
5.	Tempimo pratimai.	
6.	Pristatomas žingsnis į šalį. Tempimo pratimai.	
7.	Kryžminis žingsnis.	
8.	Kryžminis žingsnis pasisukant 180° ir derinant įvairų ėjimą	Greitesniu tempu sunkiai sekasi atlikti šį žingsnį.
9.	„V“ formos žingsnis „eglutė	
10.	Išmuktų žingsnių kartojimas.	Sunkiau sekasi atlikti išmuktus žingsnius, greitesniu tempu.
11.	Tempimo pratimai. Pratimai šoniniai liemens daliai	

12.	Mambo žingsnis.	
13.	Mambo žingsnis ir 180° posūkis.	
14.	Žingsnis „Tap step“. Išmoktų žingsnių deriniai.	Sunku suderinti rankų ir kojų judesius.
15.	Žemo intensyvumo aerobikos žingsnių deriniai.	
16.	Džas kvadrato žingsnis.	
17.	Įtūpstas. Išmoktų žingsnių kartojimas ir derinimas.	Painiojasi žingsnių pavadinimuose ir jų atlikime.
18.	Šafl žingsnis. Pristatomasi žingsnis. Tempimo pratimai.	
19.	Žemo intensyvumo aerobikos pratimai. Bėgimas vietoje.	
20.	Ėjimas ir bėgimas vietoje. Išmoktų judesių derinimas.	
21.	Pratimai nugaros raumenims, kojoms, sėdmenims. Išmoktų žingsnių deriniai.	

Užsiėmimų medžiagos išplanavime pateikti žemo intensyvumo aerobikos pratimai, priklausomai nuo merginų fizinio pasirengimo į programą galima įtraukti ir sudėtingesnius pratimus. Aerobikos užsiėmimų medžiaga suplanuota remiantis Karbočienės (1997) rekomendacijomis.

**Matematinės statistikos metodai.** Tyrimo rezultatams apdoroti taikyta kompiuterinė SPSS 11,5 for Windows programa. Duomenims įvertinti buvo skaičiuojami dažniai išreikšti procentais, aritmetinis vidurkis, standartinė paklaida, Spermen koreliacijos koeficientas. Skirtumams ir patikimumui nustatyti buvo taikytas t – testas (Stjudento).

## 2.2. Dalyviai

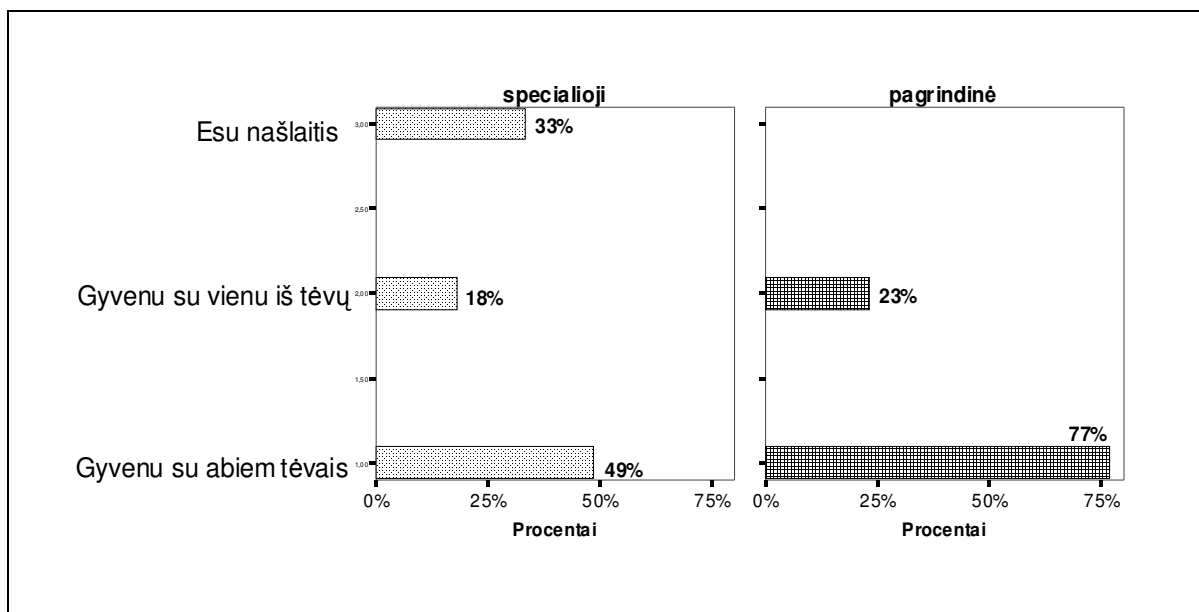
Tyrimo dalyvavo 237 moksleiviai. 72 sutrikusio intelekto moksleiviai ( 24 mergaitės ir 48 berniukai ) iš Rusnės specialiosios mokyklos ir 145 ( 71 mergaitė ir 74 berniukai ) moksleiviai iš Rusnės pagrindinės mokyklos. 20 mergaičių iš Klaipėdos I-os specialiosios mokyklos sudarė kontrolinę pedagoginio eksperimento grupę.

Moksleivių *amžius* buvo suskirstytas į 4 grupes: I gr.-8 -10 metų, II gr.- 11 - 13 metų, III gr. – 14 - 16 metų, IV gr. – 17 - 19 metų. Respondentai pagal amžiaus grupes pasiskirstė taip: I gr. – 9 ( 100%) mokiniai iš specialiosios mokyklos, II gr. – 18 (21,7%) mokinių iš specialiosios mokyklos, 65 (78,3%) mokiniai iš pagrindinės mokyklos, III gr. – 20 (21,7%) mokinių iš specialiosios mokyklos ir 72 (78,3%) mokiniai iš pagrindinės mokyklos, IV gr. – 25 (75,8%) mokiniai iš specialiosios mokyklos ir 8 (24,2%) mokiniai iš pagrindinės mokyklos.



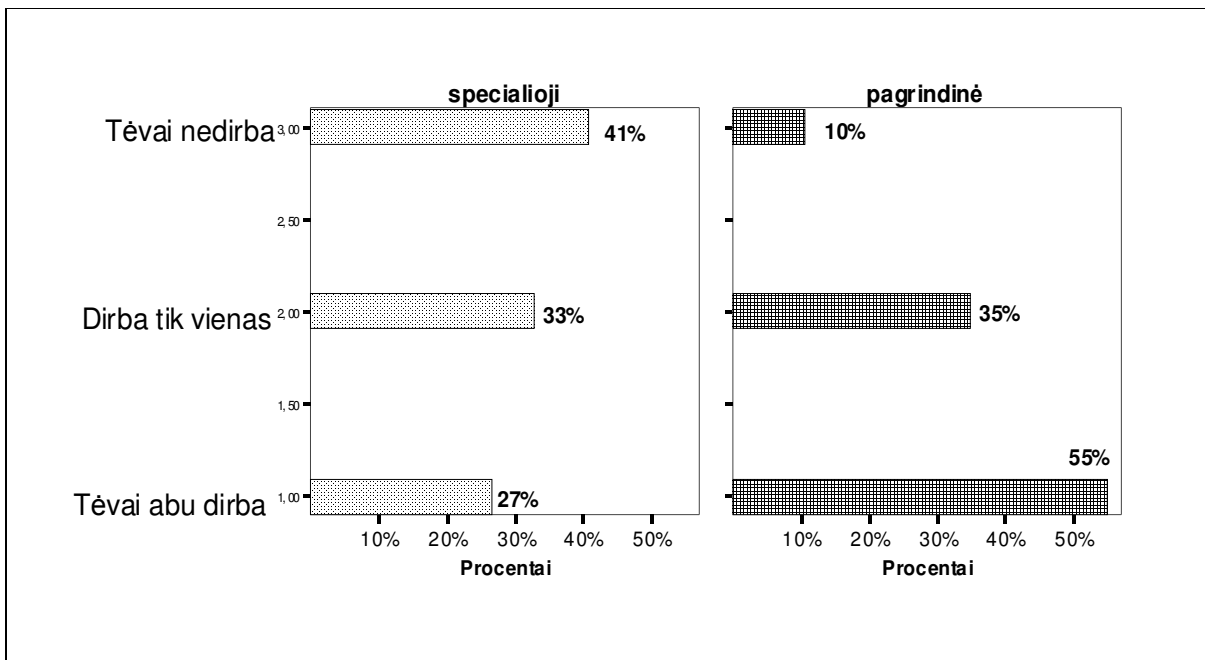
### 2.3 Moksleivių požiūrio į socialinę aplinką tyrimo rezultatai

Respondentų atsakymai į anketos klausimus leido surinkti duomenis, kaip patys moksleiviai vertina savo sveikatą, jų požiūrį į kūno kultūrą, papildomo ugdymo formas –būrelius, laisvalaikio praleidimo būdus, žalingų įpročių paplitimą, savijautą mokykloje bei namuose.



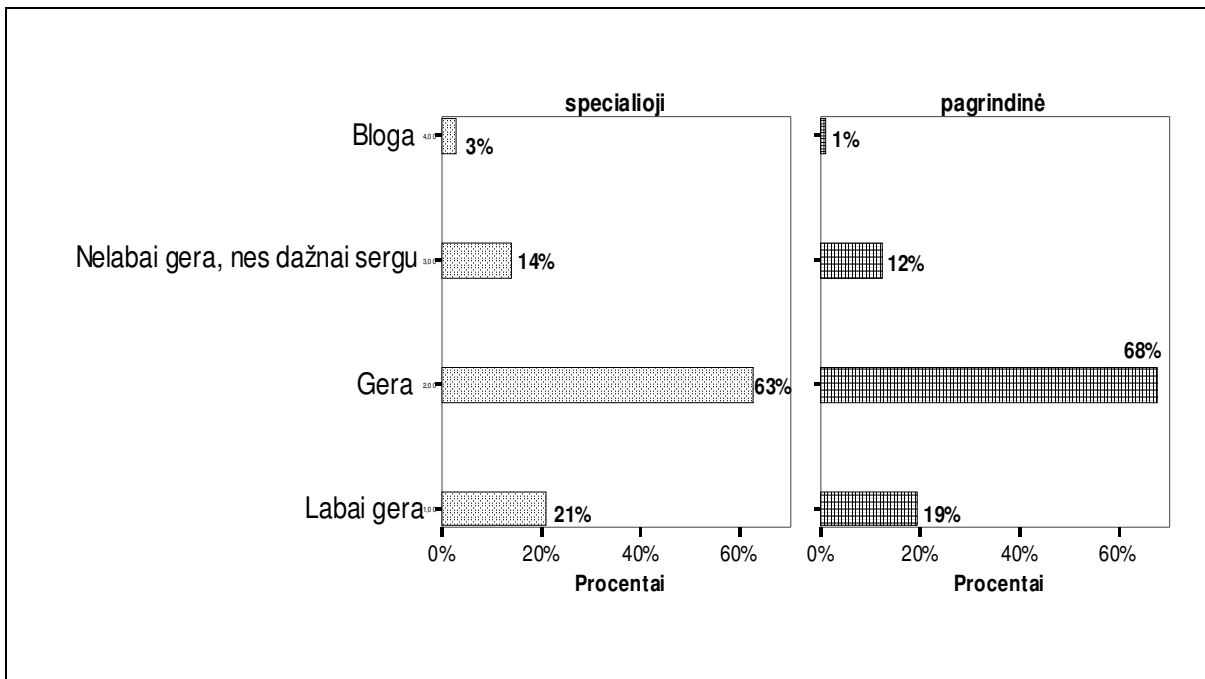
2 pav. Respondentų šeimyninė padėtis. %

Respondentų šeimyninė padėtis pasiskirstė taip: kartu su abiem tėvais dažniau gyveno pagrindinės mokyklos respondentai (2 pav.). Nepilnoje šeimoje (gyveno tik su vienu iš tėvų) gyveno panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai. Specialioje mokykloje gyveno 24, tai sudarė (100%), našlaičiai, vaikai, kurių tėvai mirę arba neterminuotai netekę tėvų globos.



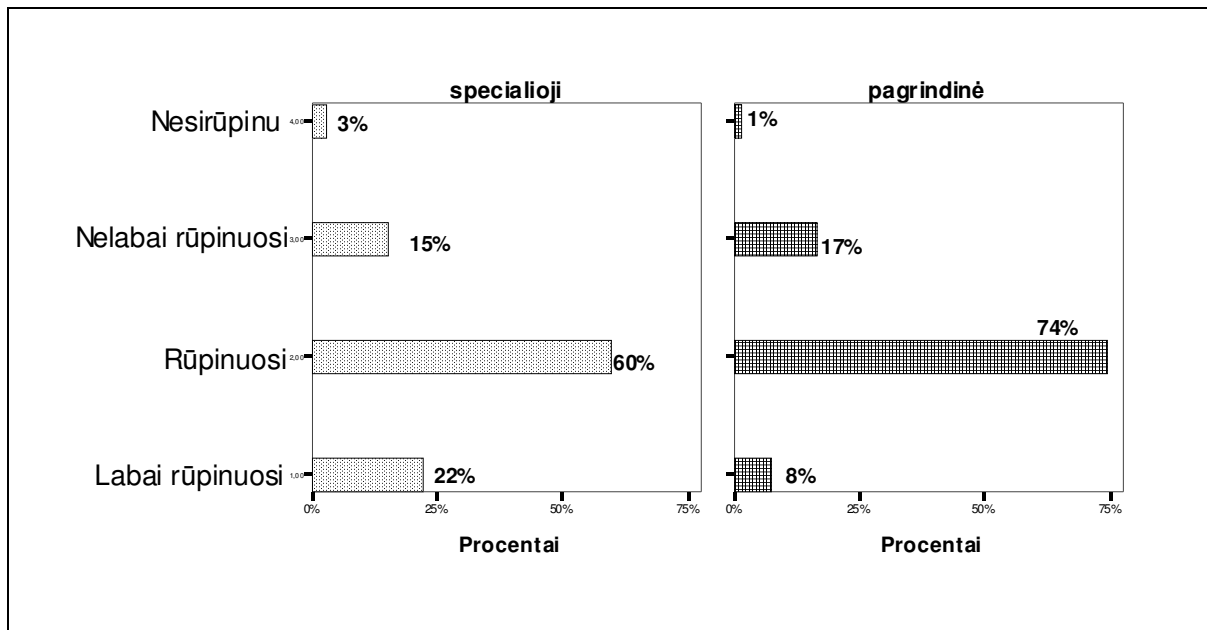
3 pav. Respondentų tėvų darbinė veikla. %

Pagal tėvų darbinę veiklą respondentai pasiskirstė taip: pagrindinės mokyklos respondentai dažniau teigė, kad abu tėvai dirba (3 pav.). Panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai teigė, kad dirba tik vienas iš tėvų. Specialiosios mokyklos respondentų tėvai dažniau buvo bedarbiai.



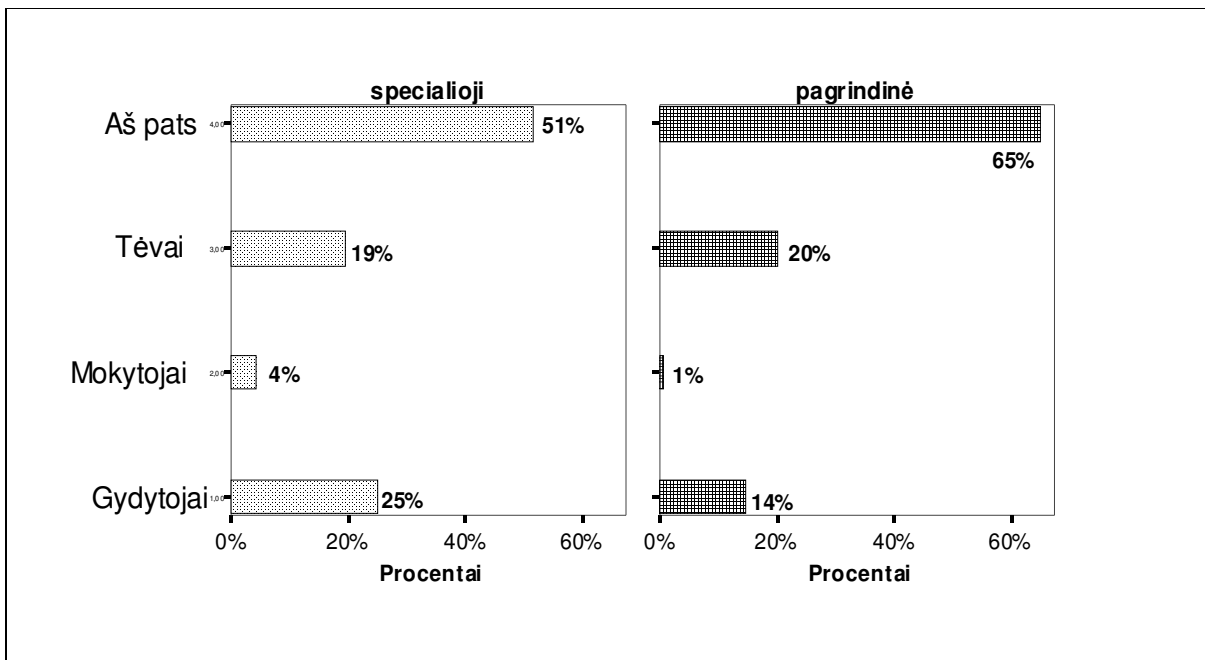
4 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: kaip tu vertini savo sveikatą?, %

Abiejų mokyklų respondentai savo sveikatą, kaip labai gerą ir gerą vertino panašiai vienodai (4 pav.). Dėl įvairių ligų savo sveikatą kaip nelabai gerą ir blogą dažniau vertino specialiosios mokyklos respondentai.



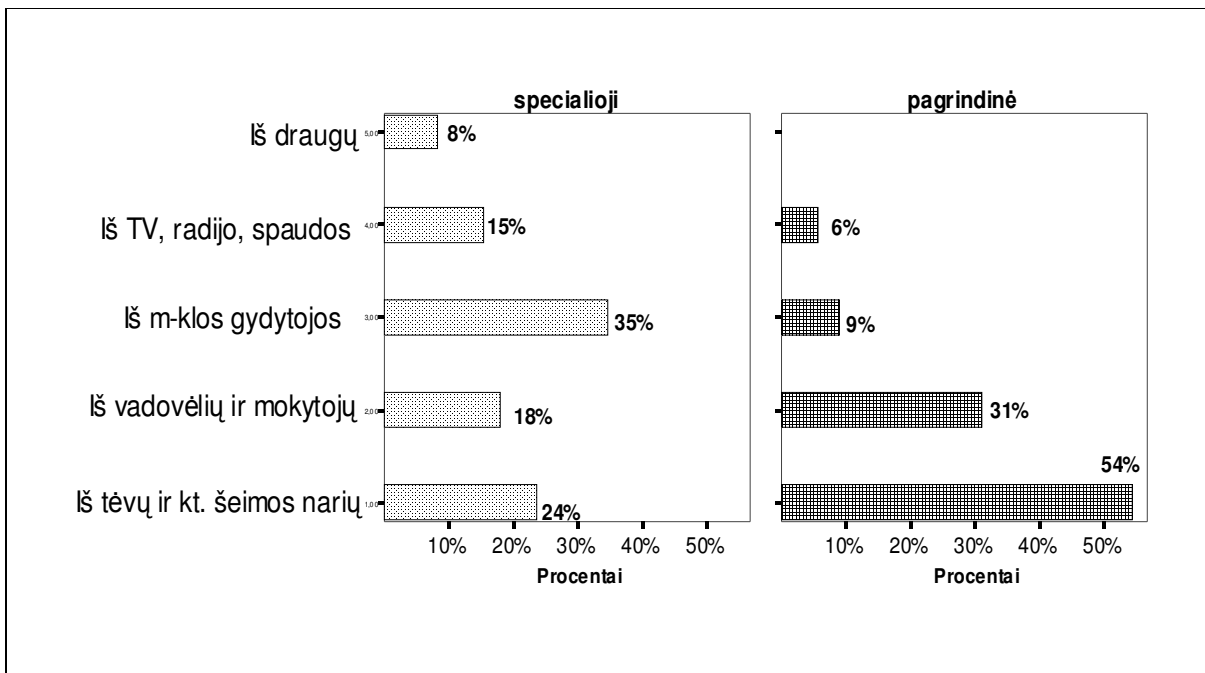
**5 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: ar tu rūpiniesi savo sveikata? %

Didelė dalis respondentų iš specialiosios mokyklos manė, kad labai rūpinasi savo sveikata (5 pav.). Nelabai rūpinosi savo sveikata didesnė dalis respondentų iš pagrindinės mokyklos. Visiškai nesirūpino savo sveikata dažniau specialiosios mokyklos respondentai.



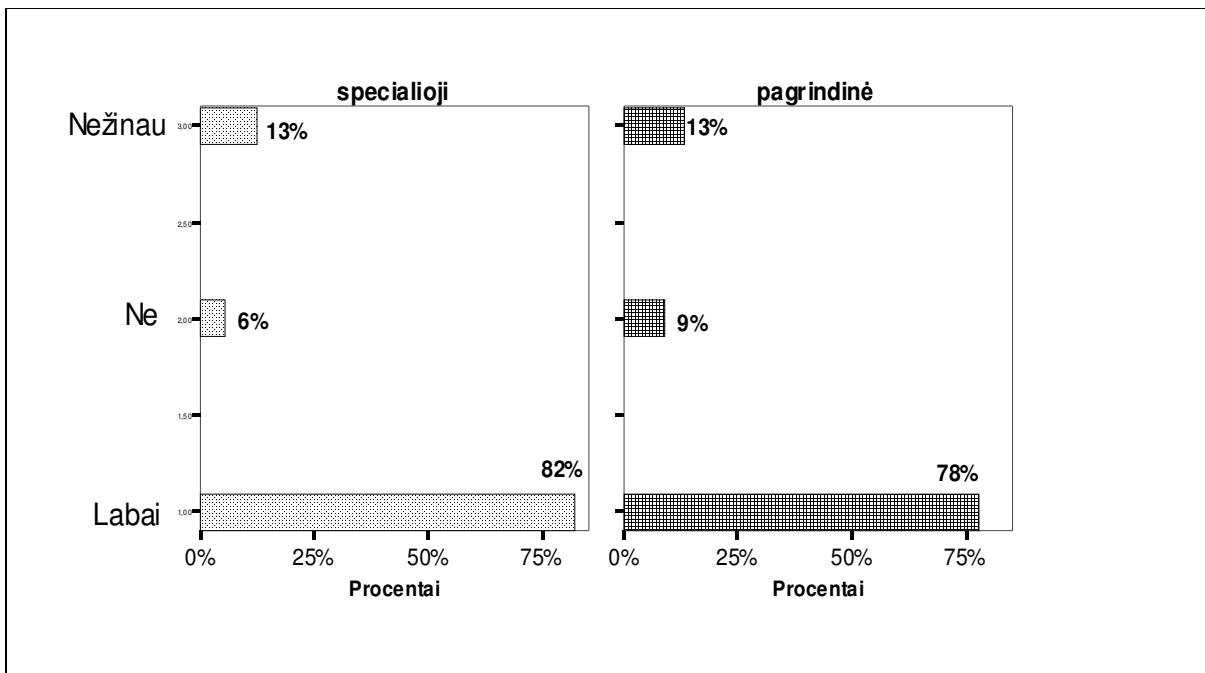
**6 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: kaip manai, kas turi rūpintis tavo sveikata? %

Didelė dalis specialiosios mokyklos respondentų manė, kad jų sveikata turi rūpintis gydytojai (6 pav.). Net 4% respondentų iš specialiosios mokyklos manė, kad jų sveikata turi rūpintis mokytojai. Daugiau kaip pusė pagrindinės mokyklos respondentų manė, kad savo sveikata turi rūpintis patys.



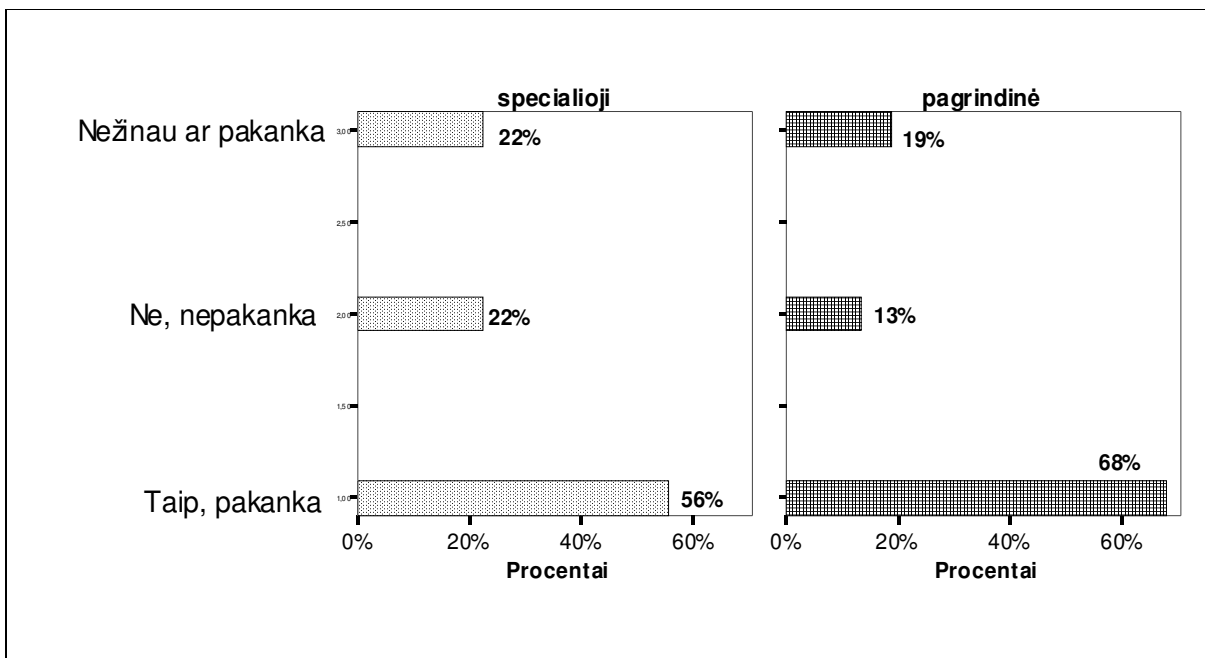
**7 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: iš kur tu daugiausia sužinai apie sveikatą ir sveiką gyvenimą? %

Didelė dalis pagrindinės mokyklos respondentų manė, kad žinių apie sveikatą ir sveiką gyvenimą gauna iš savo šeimos (7 pav.). Todėl galima daryti prielaidą, kad sveikų vaikų tėvai daugiau skiria dėmesio bendravimui su savo vaikais. Beveik dvigubai daugiau pagrindinės mokyklos respondentų manė, kad žinių apie sveikatą ir sveiką gyvenimą gauna iš vadovėlių ir mokytojų. Specialiosios mokyklos respondentai manė, kad apie sveikatos klausimus sužino iš mokyklos gydytojos, TV, radijo laidų, spaudos ir net iš draugų.



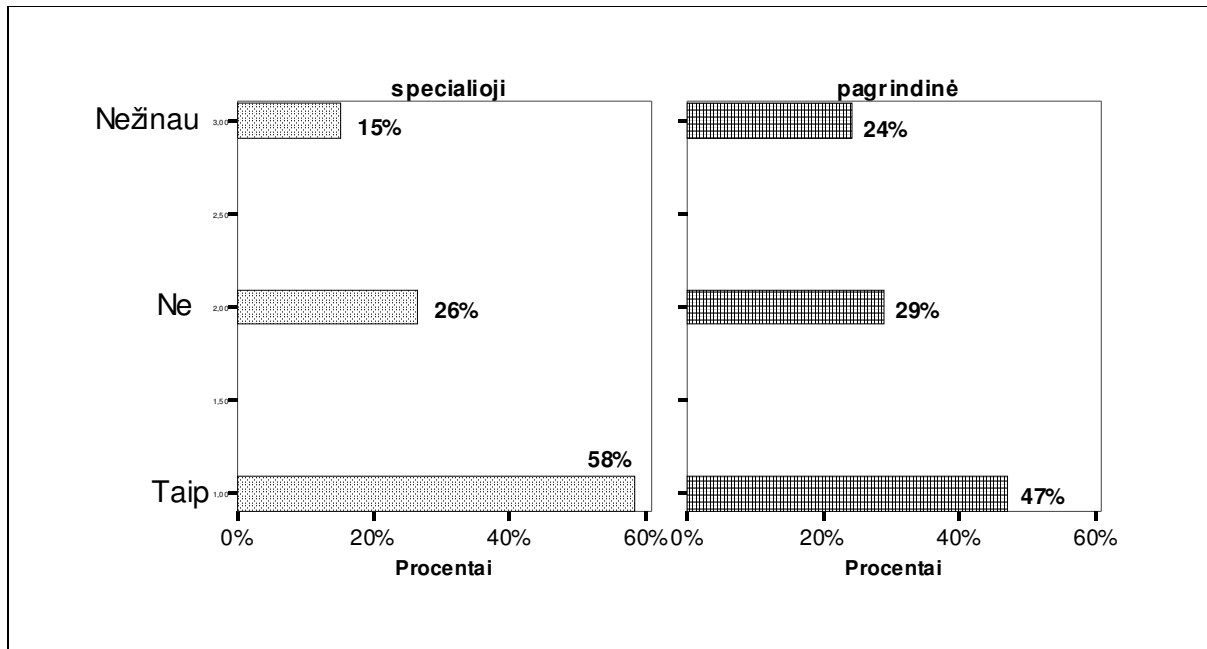
**8 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: ar tau svarbu patikrinti sveikatą kartą per metus? %

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad didesnė dalis respondentų iš abiejų mokyklų mano, kad metinis sveikatos patikrinimas yra būtinas (8 pav.). Dauguma tiriamųjų šiuo klausimu neturi nuomonės.



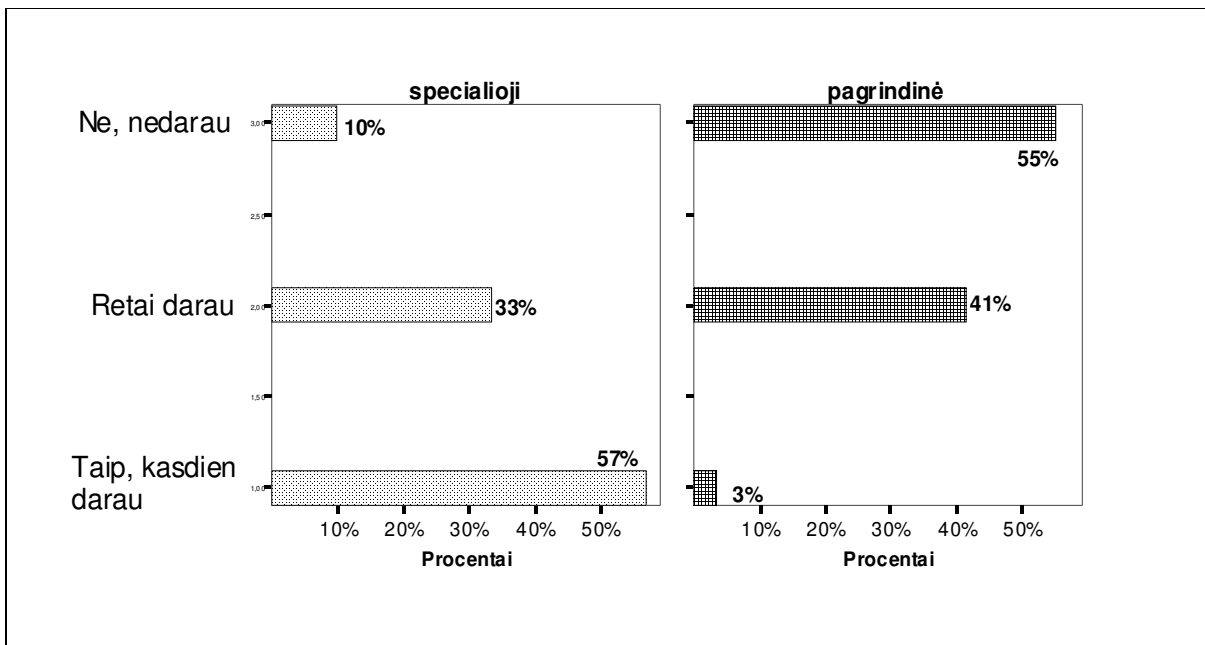
**9 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: ar tau pakanka žinių apie sveikatą ir sveiką gyvenimą? %

Didesnė dalis specialiosios mokyklos respondentų manė, kad žinių apie sveikatą ir sveiką gyvenimą turi pakankamai (9 pav.). Pagrindinės mokyklos respondentai manė, kad per mažai žino apie sveikatą ir sveiką gyvenimą. Neturėjo nuomonės šiuo klausimu panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai.



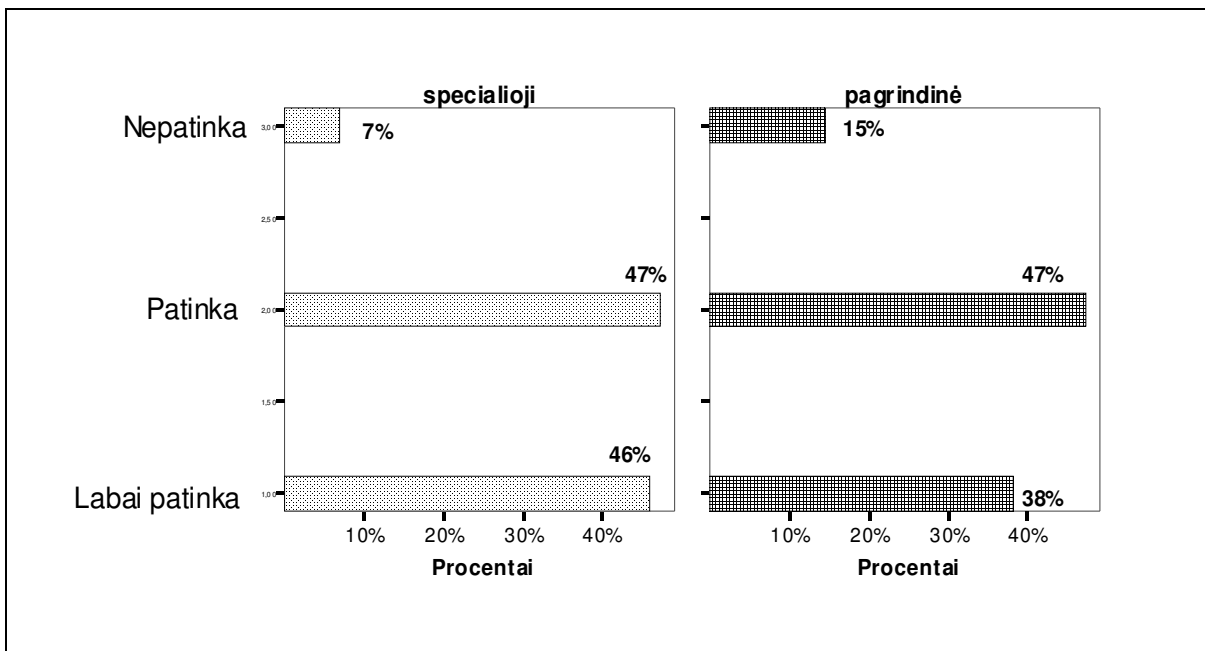
**10 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: kaip manai, ar tu pakankamai sportuoji, kad būtum sveikas? %

Daugiau kaip pusė specialiosios mokyklos respondentų manė, kad jie pakankamai sportuoja, kad būtų sveiki (10 pav.). Nesportuoja ir mano, kad sportas sveikatai nereikšmingas didesnė dalis respondentų iš pagrindinės mokyklos. Nuomonės šiuo klausimu neturėjo panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai.



**11 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: ar darai rytinę mankštą? %

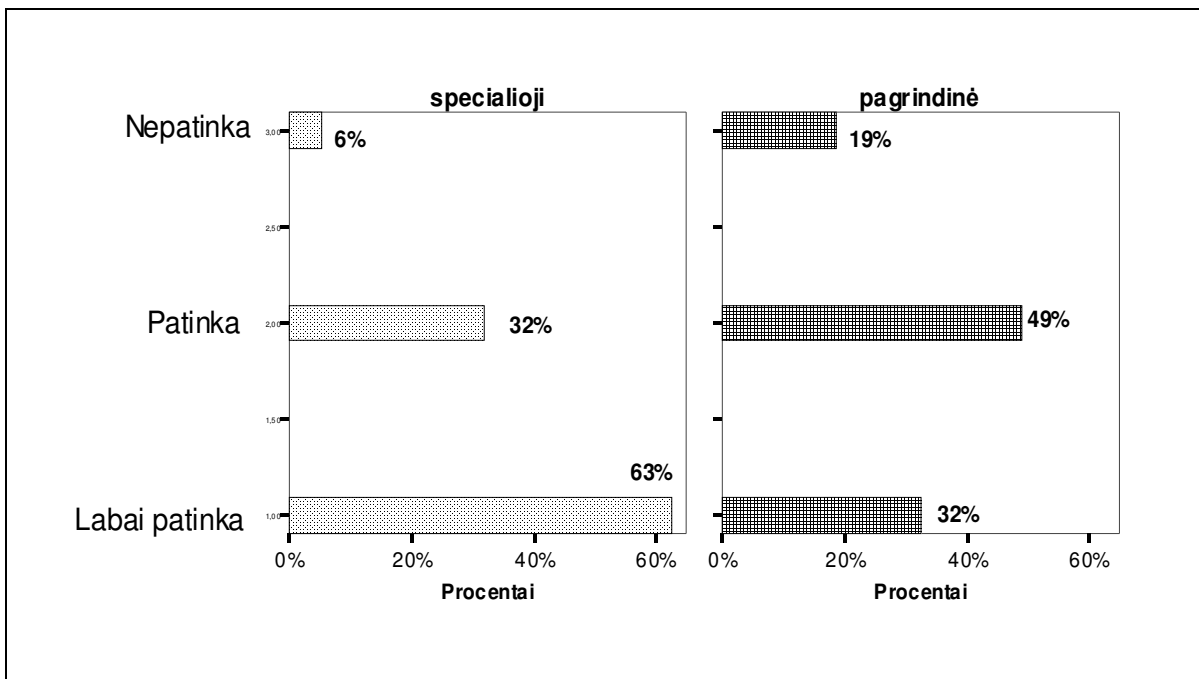
Sutrikusio intelekto moksleiviai gyvendami mokyklos bendrabutyje laikosi nustatyto dienos režimo ir rytais daro mankštą (11 pav.). Pagrindinės mokyklos respondentai tėvų neįtakojami, rytinės mankštos nedaro.



**12 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: ar tau patinka sportuoti? %

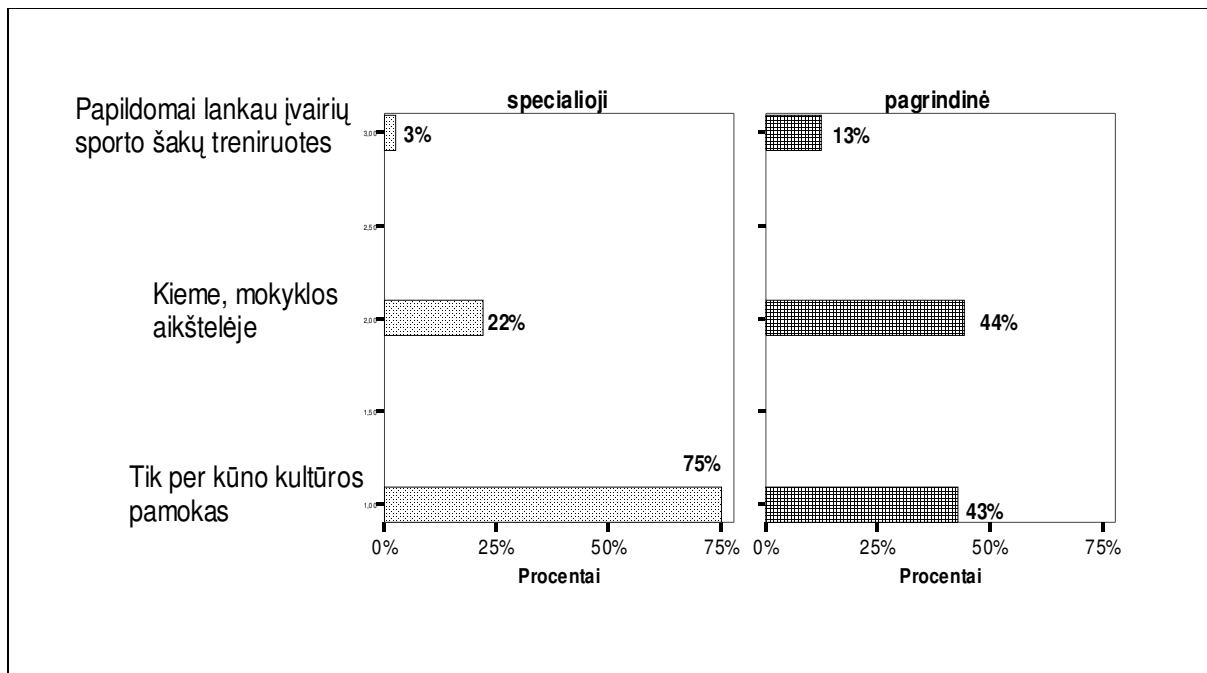


Sportuoti patinka panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentams (12 pav.). Nemėgsta sporto didesnė dalis respondentų iš pagrindinės mokyklos.



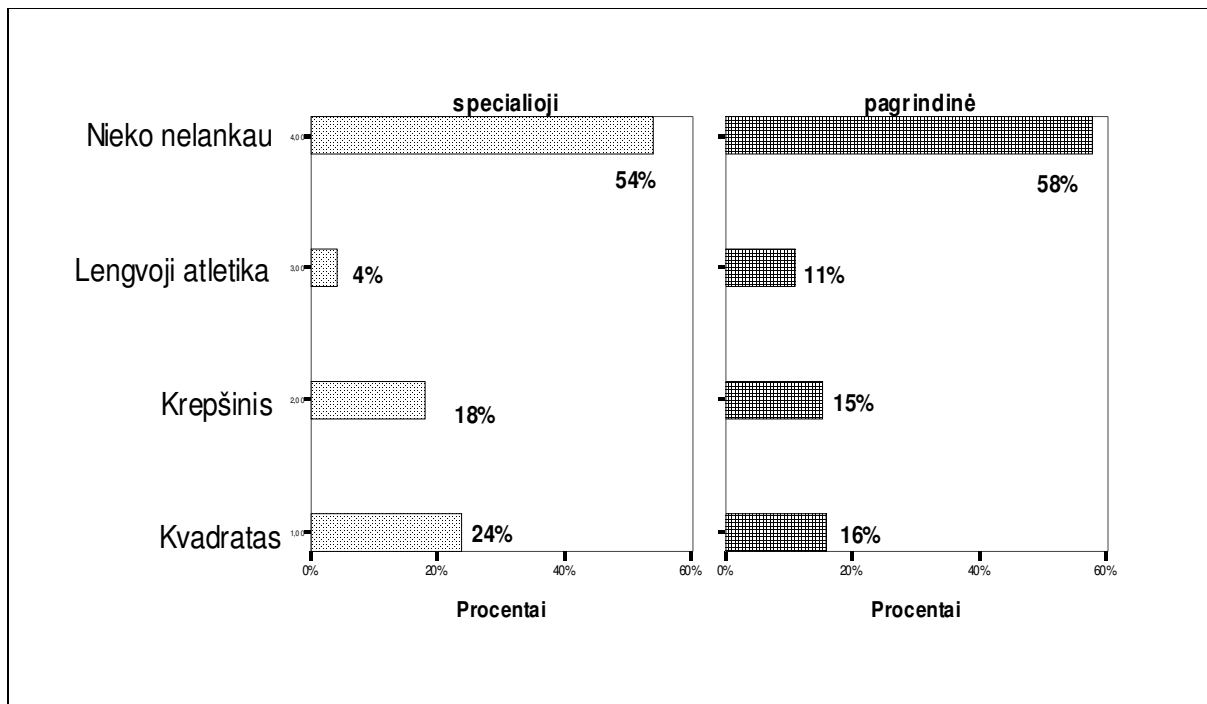
**13 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: ar tau patinka kūno kultūros pamokos? %

Kūno kultūros pamokos labiau patinka specialiosios mokyklos respondentams (13 pav.). Nemėgsta kūno kultūros pamokų didesnė dalis respondentų iš pagrindinės mokyklos.



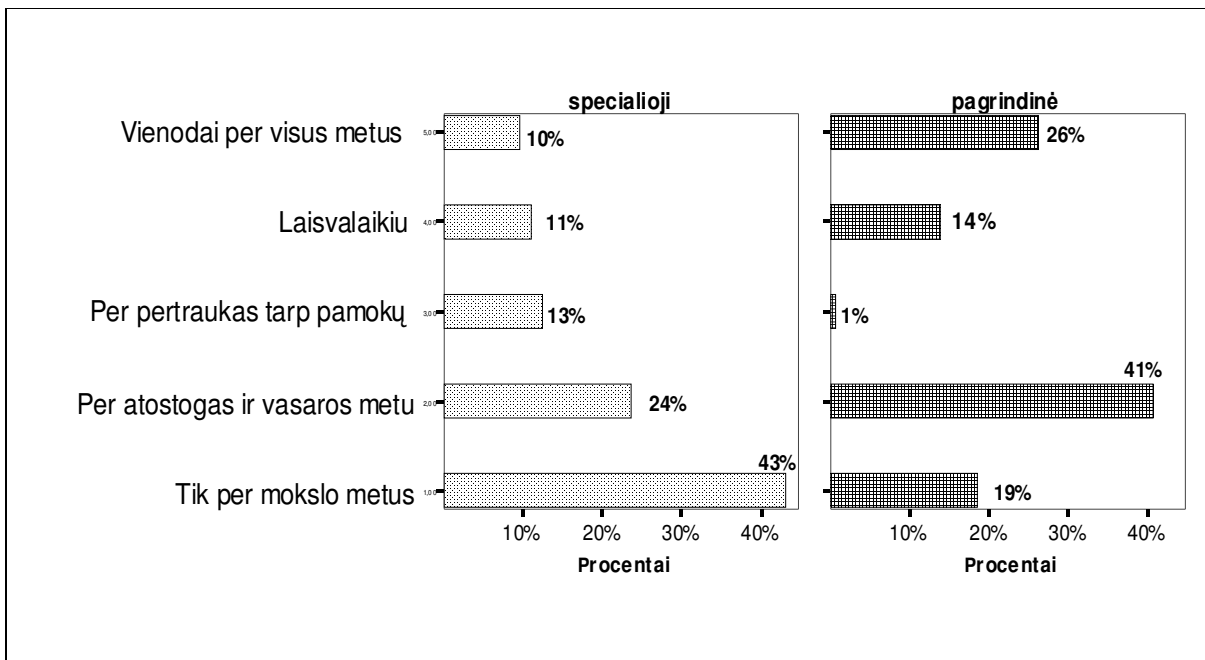
**14 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: kur tu dažniausiai sportuoji? %

Didžioji dalis specialiosios mokyklos respondentų manė, kad dažniau sportuoja tik per kūno kultūros pamokas (14 pav.). Kieme, laisvalaikiu dažniau sportavo pagrindinės mokyklos respondentai. Pagrindinės mokyklos respondentai turėdami geresnes šeimos ekonomines sąlygas dažniau papildomai lankė įvairių sporto šakų treniruotes.



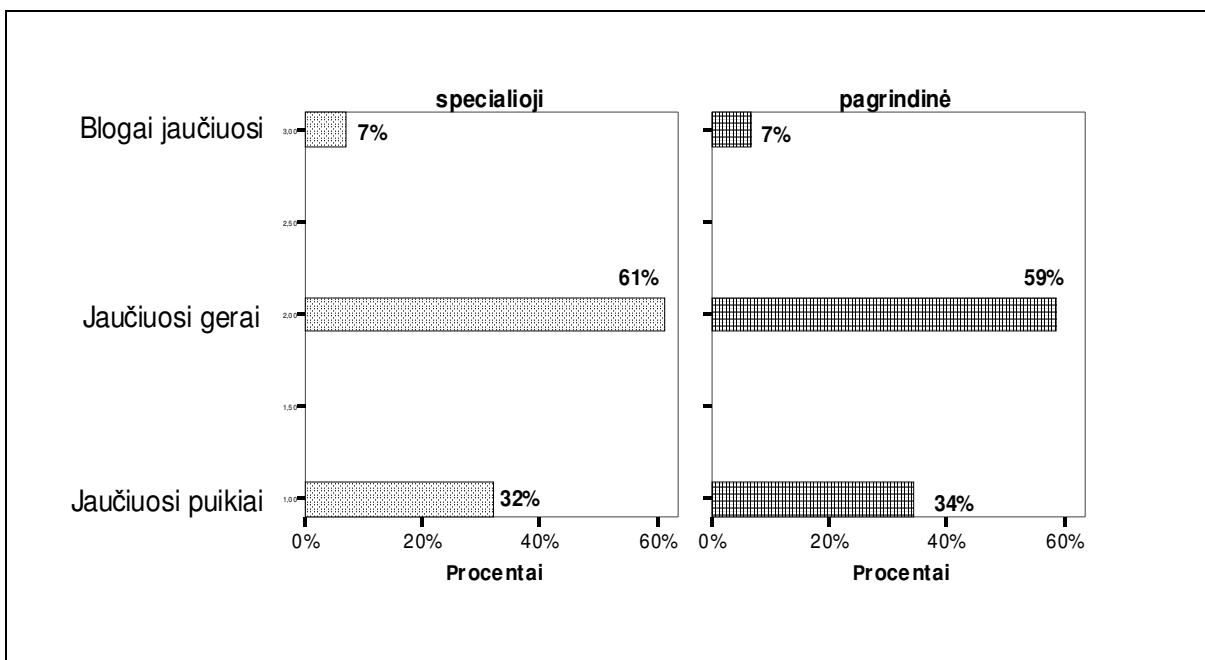
**15 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: kokius sporto būrelius lankai mokykloje? %

Papildomo ugdymo formos – būreliai pasiskirstė taip: kvadrato būrelis buvo populiarsnis specialioje mokykloje (15 pav.). Krepšinių rinkosi panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai. Lengvoji atletika populiarsnė buvo tarp respondentų iš pagrindinės mokyklos. Sportinių būrelių nelankė beveik pusė respondentų iš abiejų mokyklų.



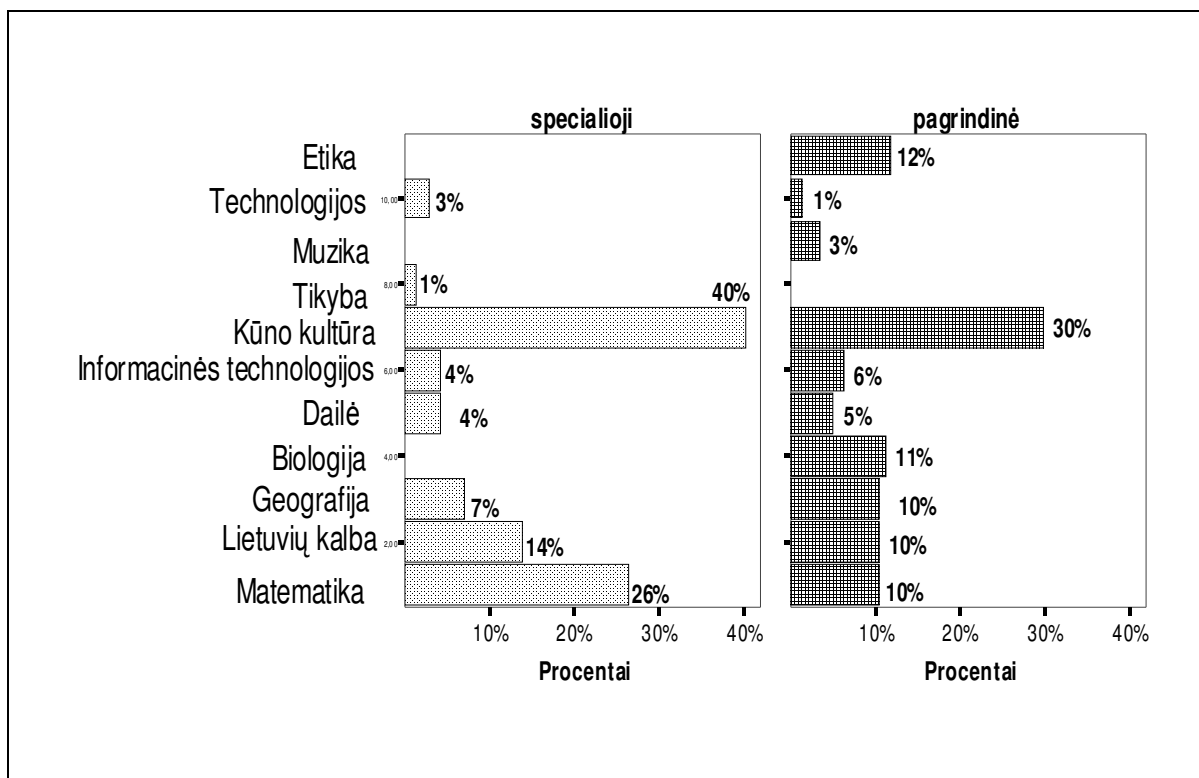
16 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: kada tu daugiausia sportuoji? %

Specialiosios mokyklos moksleiviai mano, kad daugiausia sportuoja tik per mokslo metus (16 pav.). Pagrindinės mokyklos moksleiviai mano, kad sportuoja daugiau per atostogas ir vasarą. Sportą, kaip laisvalaikio praleidimo formą renkami pagrindinės mokyklos moksleiviai.



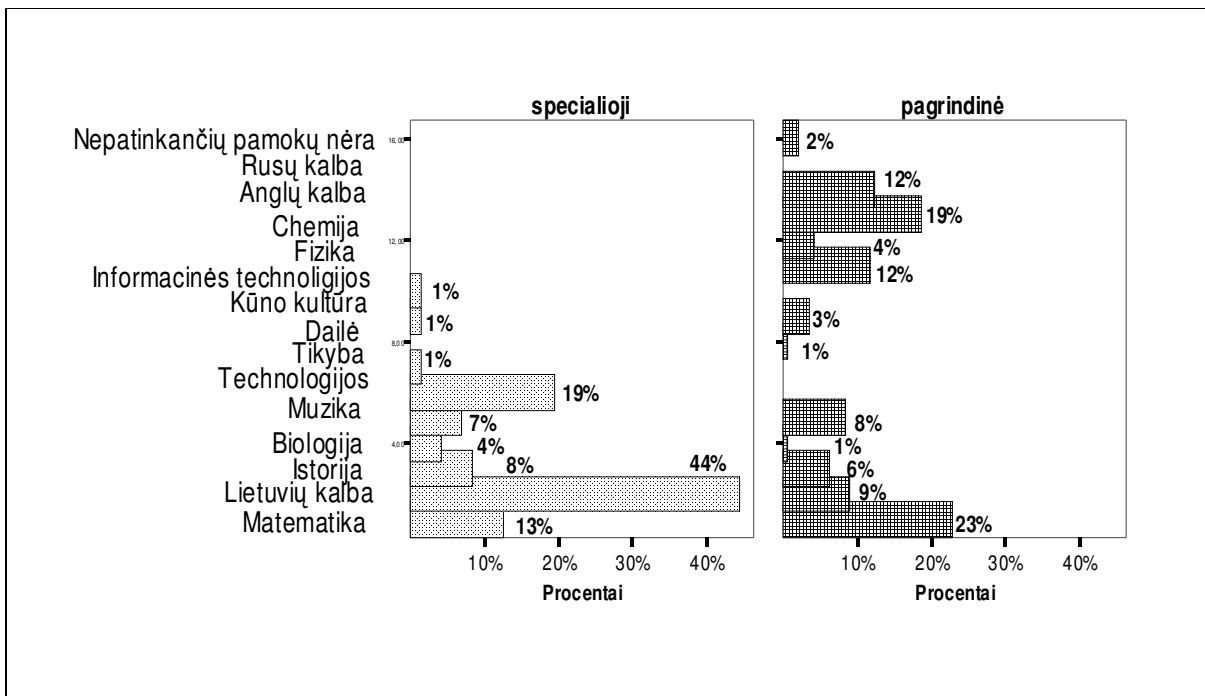
17 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: kaip tu jautiesi sportuodamas? %

Sportuodami puikiai ir gerai jautėsi panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai (17 pav.). Abiejų mokyklų respondentai vienodai manė, kad sportuodami patiria diskomfortą,



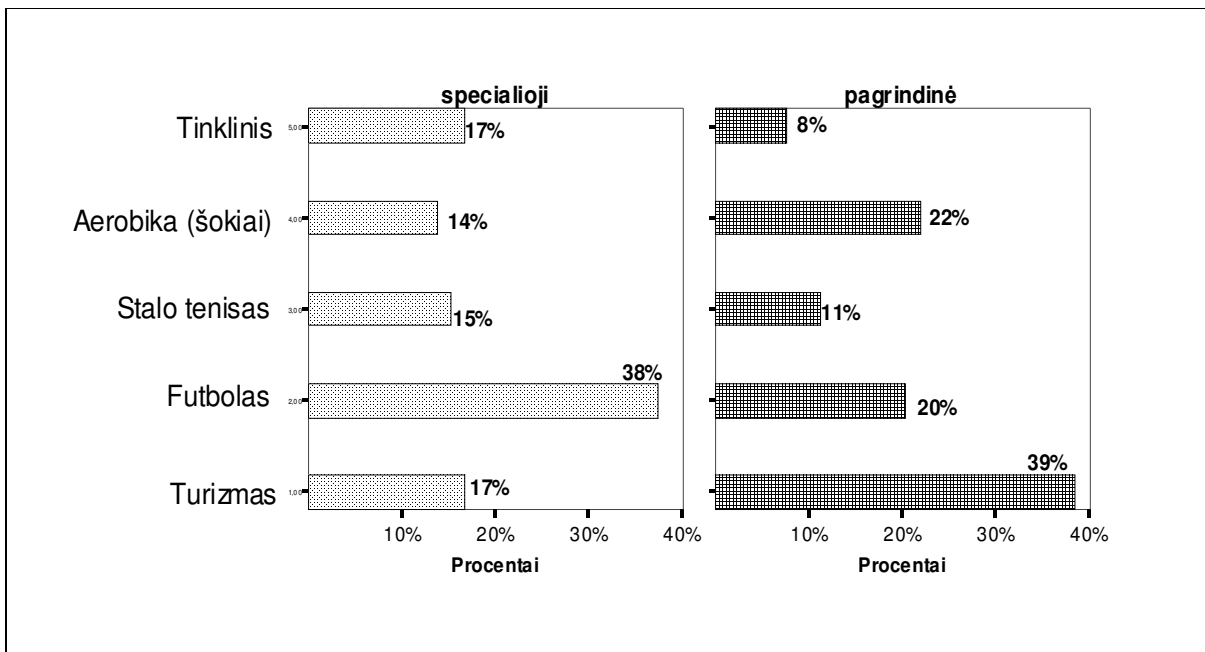
18 pav. Mokinių atsakymai į klausimą: kokios pamokos tau yra mėgstamiausios? %

Abiejų mokyklų respondentams labiausiai patinka kūno kultūros pamokos (18 pav.). Sutrikusio intelekto moksleiviai labiau mėgsta matematiką, negu lietuvių kalbą, nes labai dažnai tokie mokiniai turi įvairių kalbos ir komunikacijos sutrikimų. Gamtamoksliniai dalykai (biologija, geografija) labiau patinka pagrindinės mokyklos moksleiviams. Tikybos pamokas labiau mėgsta specialiosios mokyklos moksleiviai, o muziką, etiką – pagrindinės mokyklos respondentai.



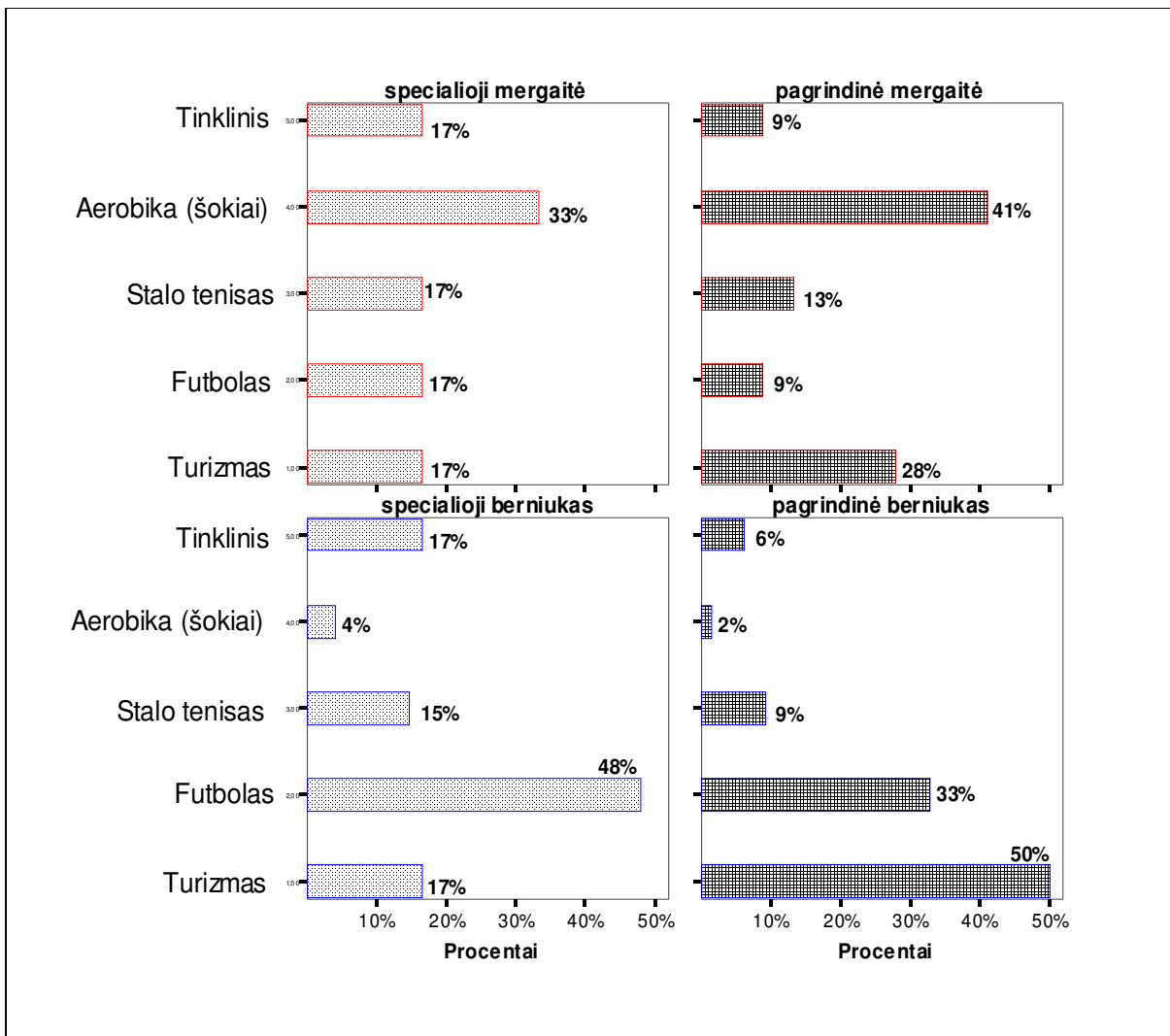
**19 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: kokios pamokos tau yra nemėgstamiausios? %

Matematikos labiau nemėgsta pagrindinės mokyklos respondentai (19 pav.). Sutrikusio intelekto moksleiviai, turėdami įvairių komunikacijos sutrikimų labiausiai memėgsta lietuvių kalbos. Technologijų dalyko (siuvimas, stalystė) nemėgsta specialiosios mokyklos respondentai. Kūno kultūra labiau nepatinka pagrindinės mokyklos respondentams. Kadangi specialiojoje mokykloje nėra tikslųjų mokslų (fizikos, chemijos) ir užsienio kalbų (anglų ir rusų) dalykų tai šio aspekto negalime palyginti.



**20 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: kokius sporto būrelius tu norėtum lankyti? %

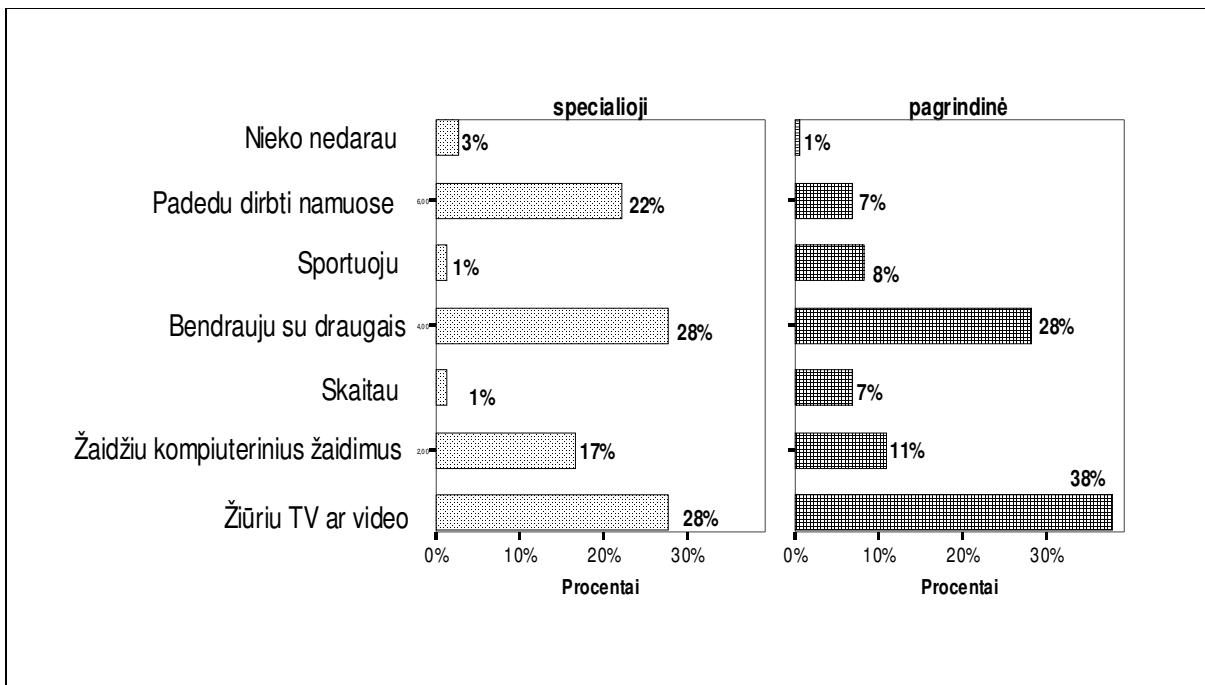
Pagrindinės mokyklos respondentai labiau rinktusi turizmo, aerobikos (šokių) bei futbolo būrelius (20 pav.). Didžioji dalis specialiosios mokyklos respondentų pasirinktų futbolo, turizmo ir tinklinio būrelius. Stalo tenisą pasirinktų panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai.



21 pav. Būrelių pasiskirstymas pagal lytį. %

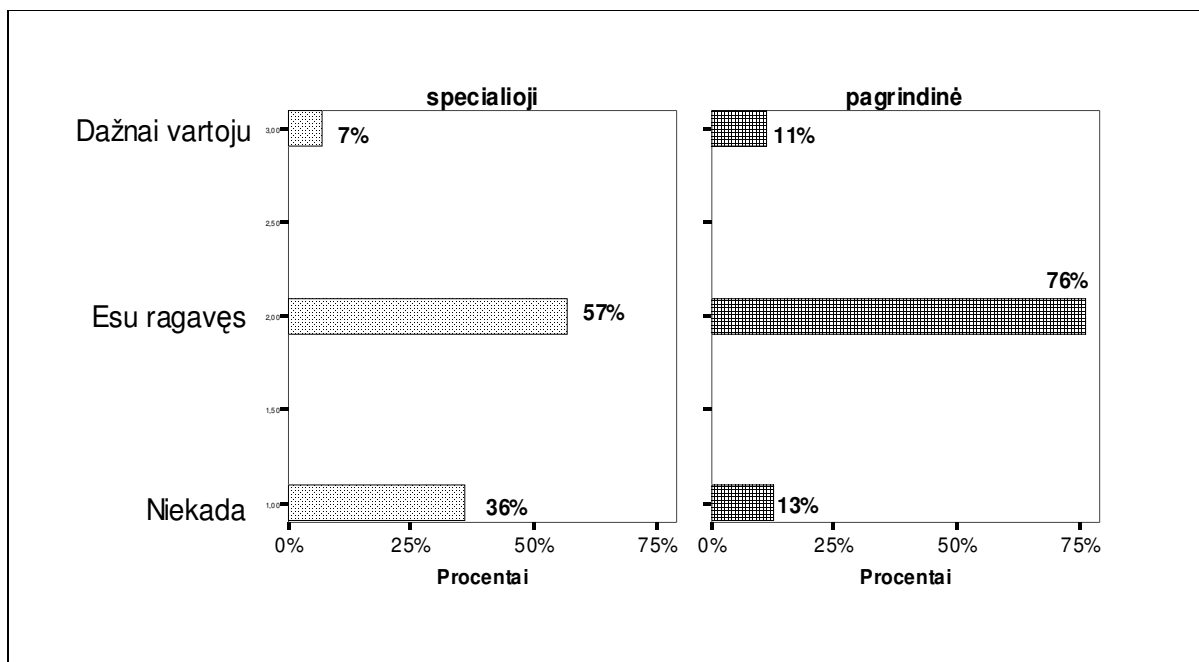
Kaip matyti iš 21 paveikslo specialiosios mokyklos berniukai labiau rinkusių futbolą, o mergaitės – aerobiką (šokius). Pagrindinės mokyklos berniukai mieliai lankytų turizmo ir futbolo būrelius, o mergaitės rinkusių aerobikos (šokių) ir turizmo būrelius.





22 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: ką tu dažniausiai veiki laisvalaikiu? %

Abiejų mokyklų respondentai dažniau renkasi pasyvias laisvalaikio formas (22 pav.). Televizoriaus žiūrėjimas, kompiuterinių žaidimų žaidimas, bendravimas su draugais abiejų mokyklų respondentams užima pakankamai daug laisvalaikio. Pagrindinės mokyklos respondentai dažniau laisvalaikiu skaito, sportuoja. Specialiosios mokyklos respondantai didesnę laisvalaikio dalį praleidžia padėdami dirbti namuose. Visiškai nieko neveikti yra linkę specialiosios mokyklos respondantai.



23 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: ar esi ragavęs alkoholinių gėrimų? %

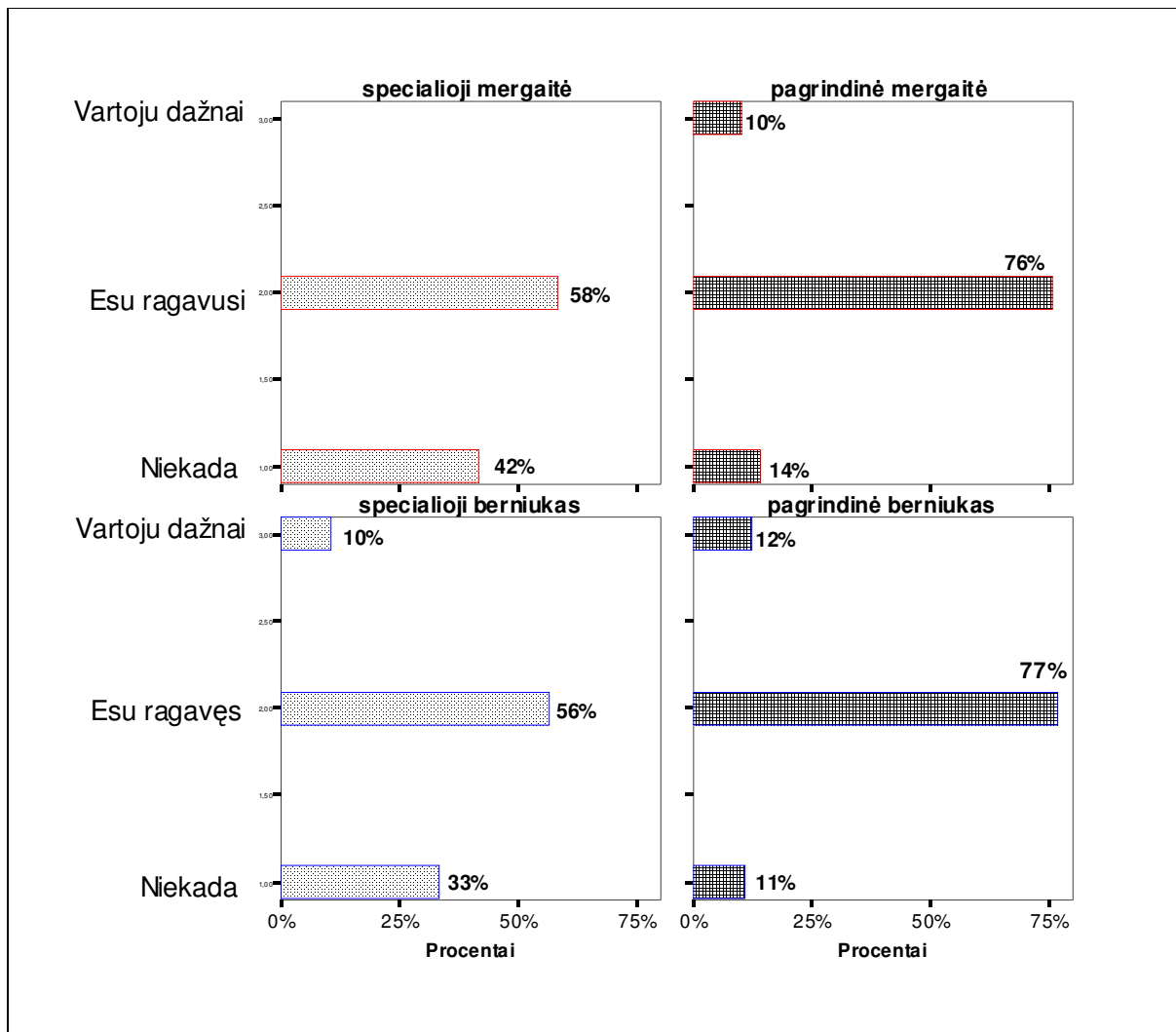
Didelė dalis abiejų mokyklų respondentų teigė, kad yra paragavę alkoholinių gėrimų (23 pav.). Dažnai vartoja alkoholinius gėrimus panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai.

2 lentelė

Moksleivių nuomonė apie alkoholio vartojimą pagal amžiaus grupes.

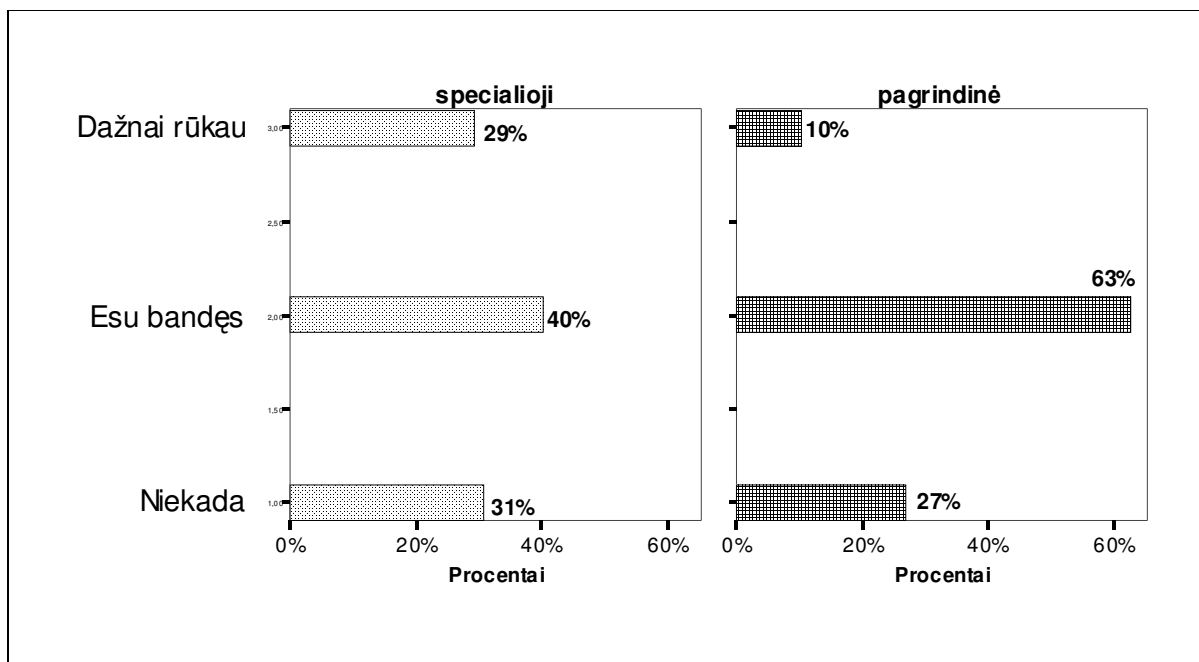
	Amžius				Iš viso %
	8 - 10 metų	11 - 13 metų	14 - 16 metų	17 - 19 metų	
Niekada	13,6%	56,8%	18,2%	11,4%	100%
Esu ragavęs	2%	36,7%	47,3%	14%	100%
Vartoju dažnai	0	9,5%	57,1%	33,3%	100%

Paragavę alkoholinių gėrimų daugiausia nuo 11 – 13 metų ir ši tendencija didėja iki 14 – 16 metų (2 lentelė).



**24 pav.** Moksleivių alkoholio vartojimo pasiskirstymas pagal lytį. %

Paragavę alkoholinių gėrimų yra panašiai vienodai abiejų mokyklų berniukai ir mergaitės (24 pav.). Abiejų mokyklų berniukai panašiai vienodai teigė, kad alkoholinius gėrimus vartoja dažnai. Pagrindinės mokyklos mergaitės teigė, kad dažnai vartoja alkoholinius gėrimus.



25 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: ar bandei kada nors rūkyti? %

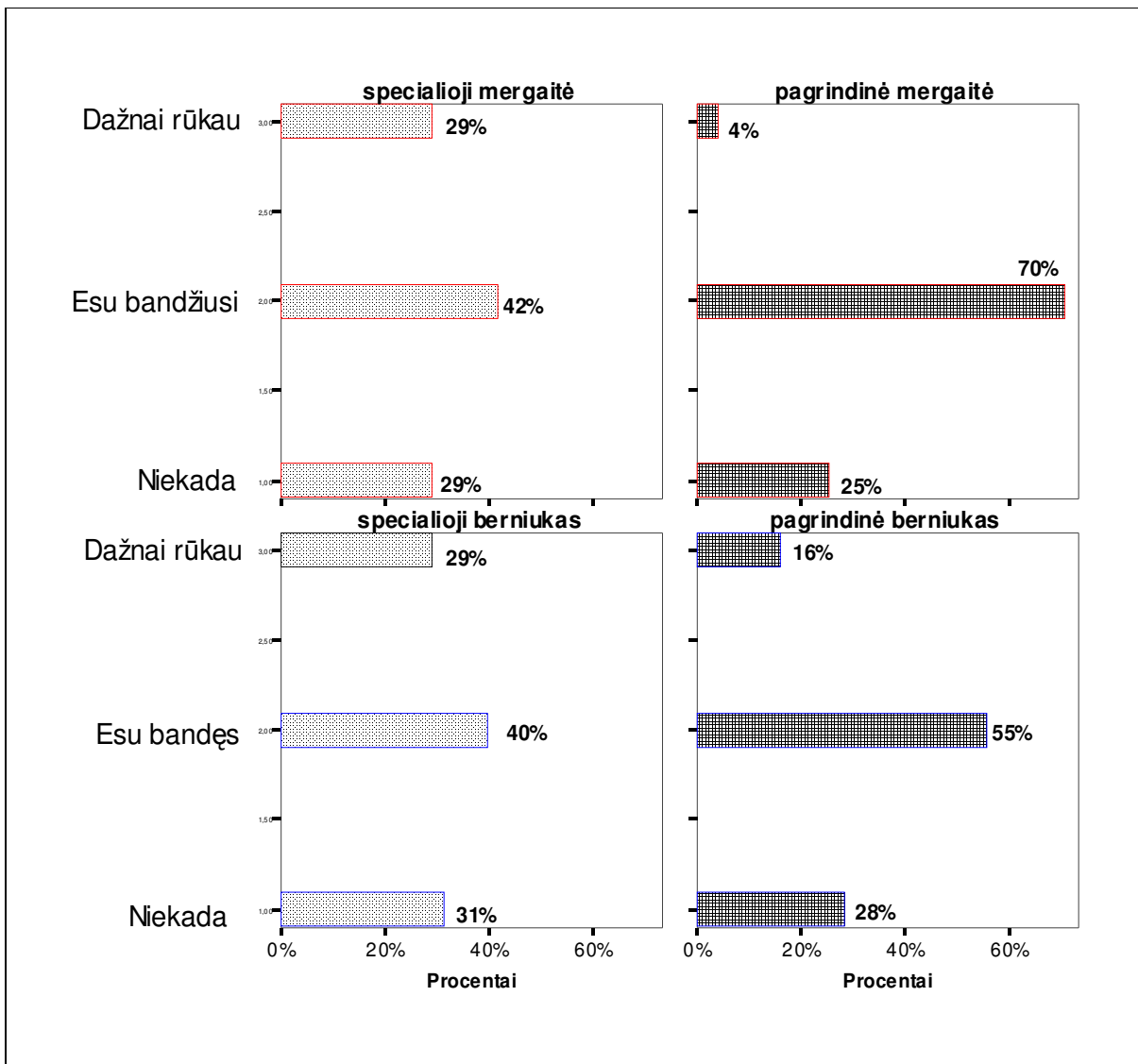
Pagrindinės mokyklos respondentai dažniau teigė, kad yra bandę rūkyti, negu specialiosios mokyklos respondentai (25 pav.). Specialiosios mokyklos respondentai dažniau teigė, kad rūko dažnai.

3 lentelė

**Moksleivių nuomonės apie rūkymą pasiskirstymas pagal amžiaus grupes.**

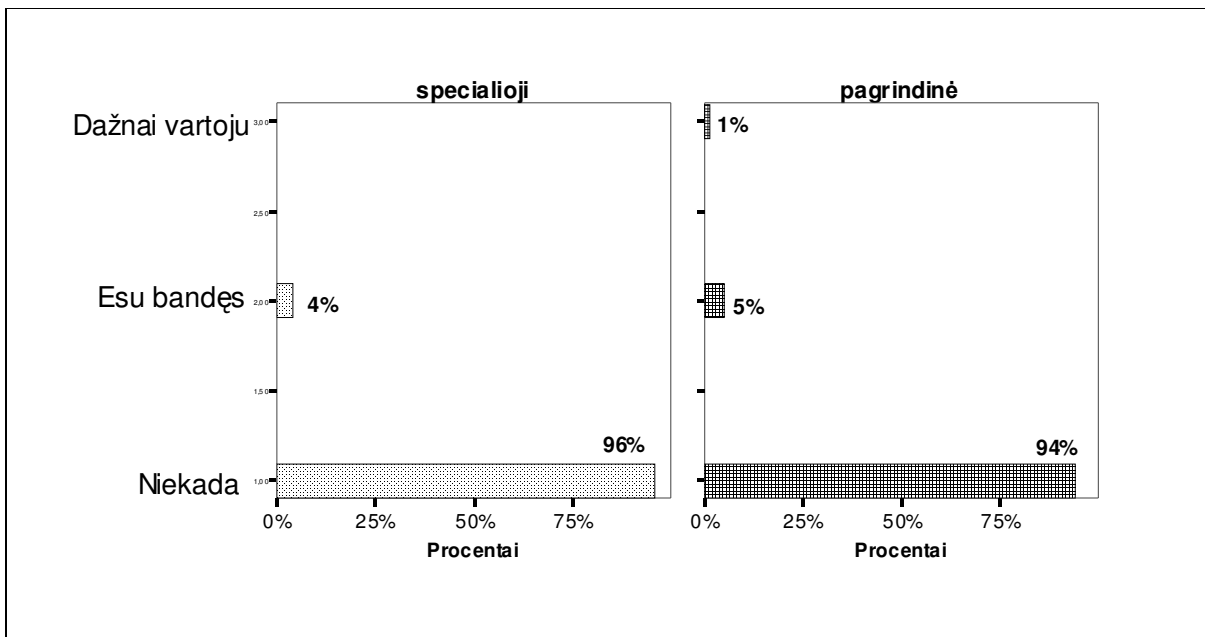
	Amžius				Iš viso %
	8 - 10 metų	11 - 13 metų	14 - 16 metų	17 - 19 metų	
Niekada	13,1%	52,5%	27,9%	6,6%	100%
Esu bandęs	8%	38,3%	47,5%	13,3%	100%
Dažnai rūkau	0	13,9%	50%	36,1%	100%

Pabando rūkyti nuo 11 - 13 metų ir didesnė dalis 14 - 16 metų respondentų (3 lentelė). Dažnai rūko daugiausia 14 -16 metų respondentai.



**26 pav.** Moksleivių nuomonės apie rūkymą pasiskirstymas pagal lytį. %

Pabandę rūkyti yra abiejų mokyklų berniukai ir mergaitės (26 pav.). Pagrindinės mokyklos mergaitės dažniau teigė, kad yra bandžiusios rūkyti. Specialiosios mokyklos berniukai ir mergaitės dažniau teigė, kad rūko dažnai.



27 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: ar esi vartojęs narkotinių medžiagų? %

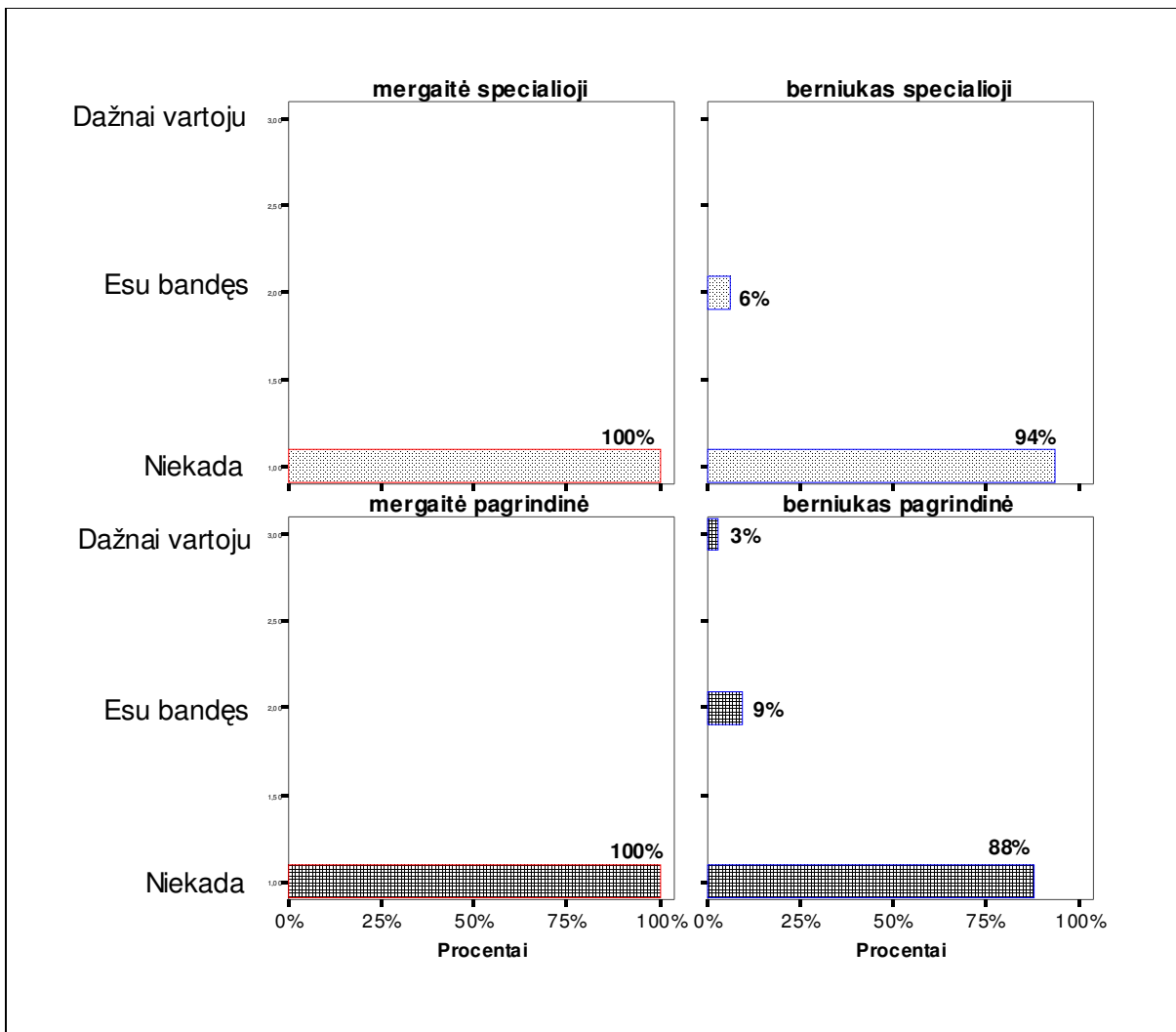
Abiejų mokyklų respondentai panašiai vienodai teigė, kad yra bandę vartoti narkotines medžiagas (24 pav.). Pagrindinės mokyklos 2 respondentai, tai sudarė 1% teigė, kad narkotines medžiagas vartoja dažnai.

4 lentelė

Moksleivių nuomonės apie narkotinių medžiagų vartojimą pasiskirstymas pagal amžiaus grupes. %

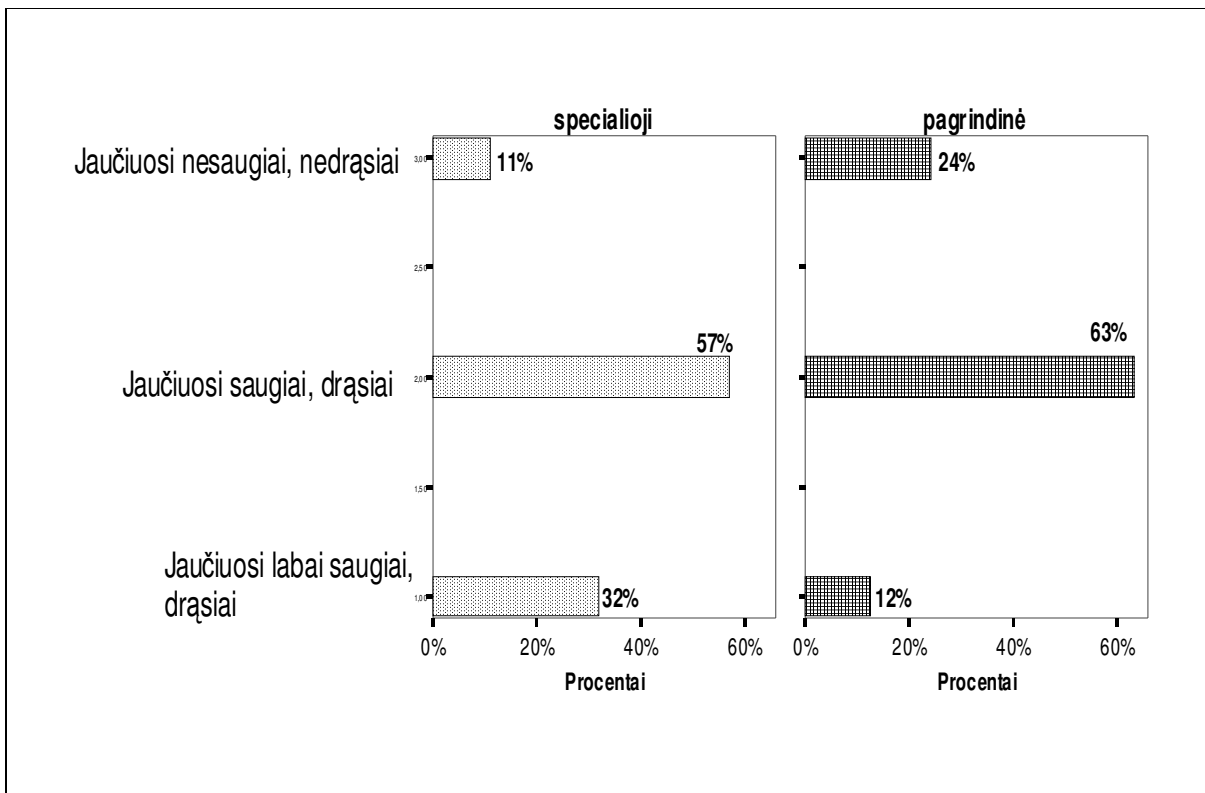
	Amžius				Iš viso %
	8 - 10 metų	11 - 13 metų	14 - 16 metų	17 - 19 metų	
Niekada	4,4%	40%	42%	13,7%	100%
Esu bandęs	0	10%	40%	50%	100%
Dažnai vartuju	0	0	100%	0	100%

Narkotines medžiagas yra bandę vartoti 11 - 13 metų respondentai ir ši tendencija su metais didėja. Tyrimas atskleidė, kad dažnai vartoja narkotines medžiagas 14 - 16 metų.



28 pav. Narkotinių medžiagų vartojimo pasiskirstymas pagal lytį. %

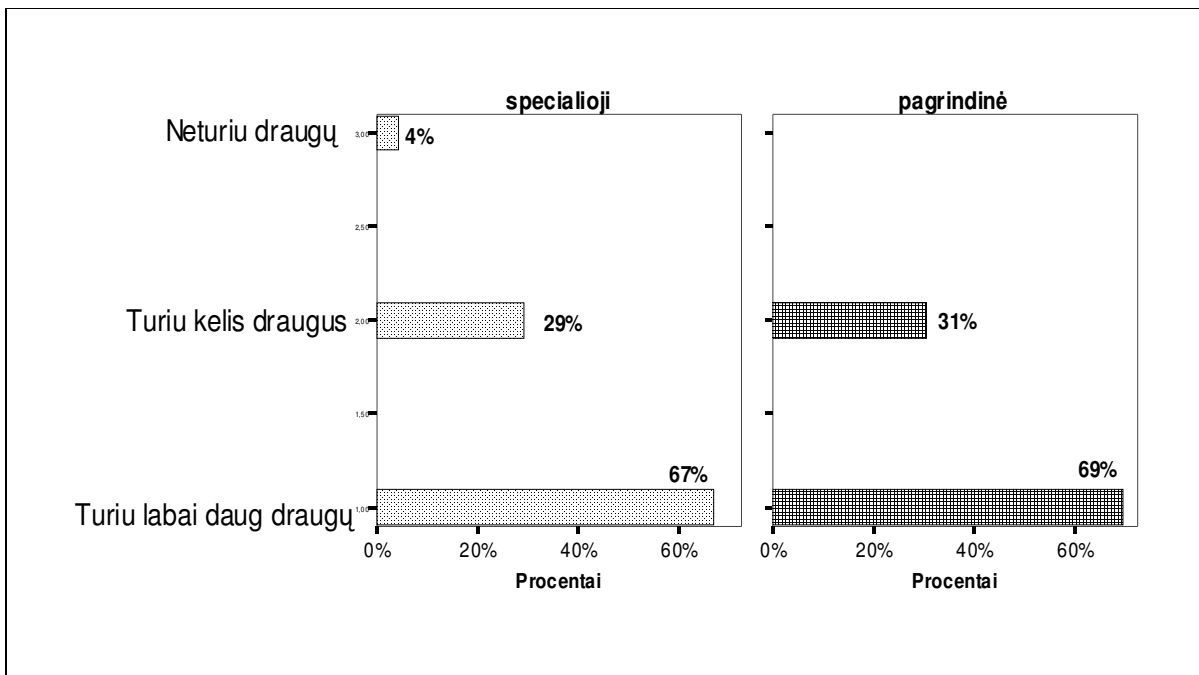
Pabandę vartoti narkotines medžiagas dažniau teigė pagrindinės mokyklos berniukai, negu specialiosios mokyklos (28 pav.). Pagrindinės mokyklos berniukai teigė, kad narkotines medžiagas vartoja dažnai. Abiejų mokyklų mergaitės teigė, kad narkotinių medžiagų nevartoja.



**29 pav.** Moksleivių atsakymai į klausimą: kaip tu jautiesi mokykloje? %

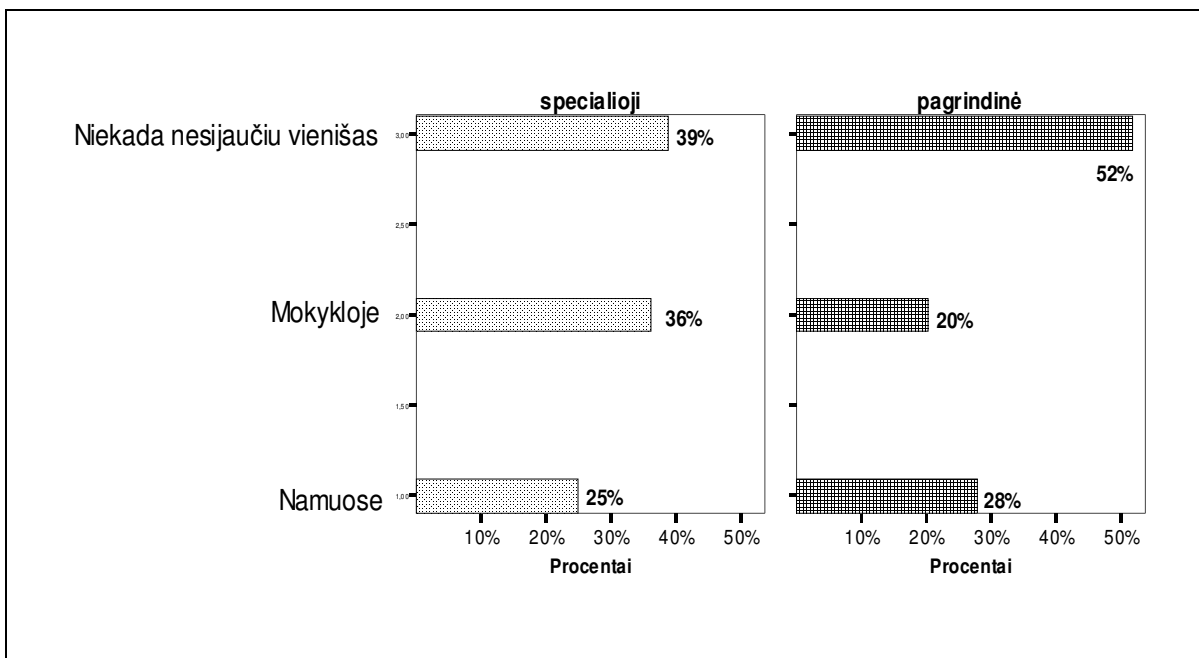
Specialiosios mokyklos respondentai dažniau teigė, kad yra labai saugūs, drąsūs mokykloje (29 pav.). Saugiai ir drąsiai jautėsi panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai. Nesaugumo, nedrąsumo jausmą dažniau patiria pagrindinės mokyklos respondentai.





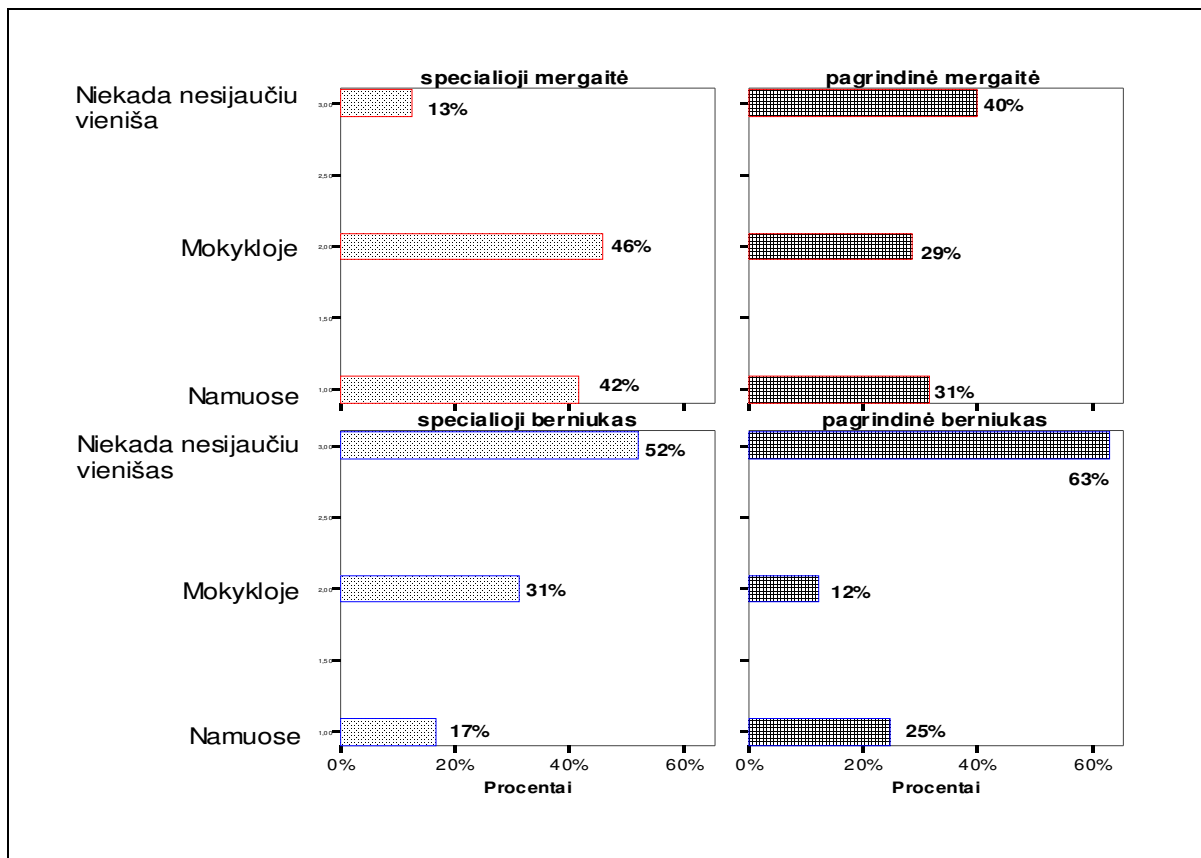
30 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: ar turi draugų? %

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad didžioji dauguma respondentų turėjo draugų (30 pav.). Specialiosios mokyklos respondentai dažniau teigė, kad neturi draugų.



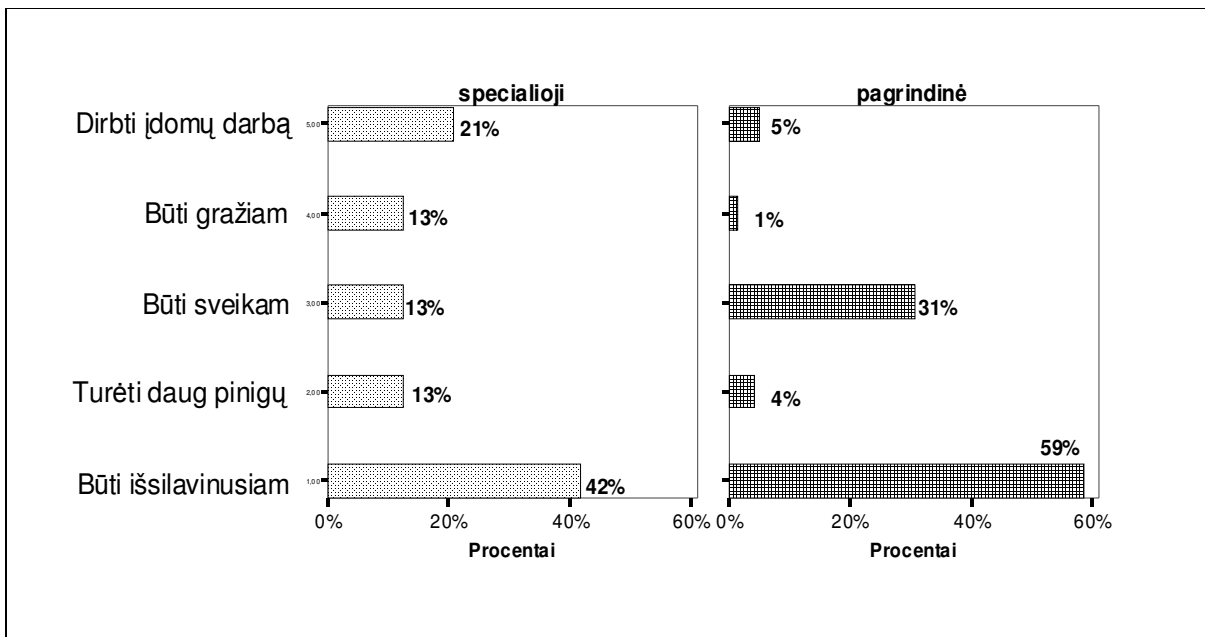
31 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: kur tu dažniausiai jautiesi vienišas? %

Abiejų mokyklų respondentai panašiai vienodai vienišumo jausmą patiria namuose (31 pav.). Specialiosios mokyklos respondentai dažniau teigė, kad mokykloje jaučiasi vieniši.



32 pav. Moksleivių nuomonės apie vienišumą pasiskirstymas pagal lytį. %

Pagrindinės mokyklos berniukai dažniau vieniši jaučiasi namuose, o specialiosios mokyklos berniukai – mokykloje (32 pav.). Specialiosios mokyklos mergaitės vienišumo jausmą dažniau patiria ir namuose ir mokykloje. Bendravimo, dėmesio stoką dažniau patiria mergaitės, negu berniukai.



33 pav. Moksleivių atsakymai į klausimą: kas tavo nuomone gyvenime svarbiausia? %

Pagrindinės mokyklos respondentai mano, kad svarbiausios vertybės gyvenime yra išsilavinimas ir sveikata (33 pav.). Specialiosios mokyklos respondentai mano, kad gyvenime svarbiausia yra turėti daug pinigų, būti gražiam ir dirbti įdomų darbą.

### Moksleivių požiūrio į socialinę aplinką tyrimo rezultatų apibendrinimas

Šiame tyrime dalyvavo 217 moksleivių, iš jų 72 sutrikusio intelekto. Sutinkame su Ališausko (2003) nuomone, kad negalime teigti, jog gauti duomenys yra būdingi visai Lietuvos sutrikusio intelekto vaikų populiacijai.

Tyrimo rezultatai parodė, 49% sutrikusio intelekto respondentų gyveno pilnoje šeimoje ir 18% gyveno su vienu iš tėvų (2 pav.). Lyginant pagrindinės mokyklos respondentų šeimyninę situaciją paaiškėjo, jog 77% respondentų gyvena pilnose šeimose ir 23% gyveno su vienu iš tėvų. Pagrindinės mokyklos respondentų šeimyninės situacijos rezultatus palyginus su Zaborskio, Makari (2001) rezultatais, tai mūsų gautieji rezultatai yra panašūs: pilnose šeimose gyveno dauguma respondentų apie 80%. Šie autoriai duomenų apie sutrikusio intelekto respondentų šeimyninę situaciją nepateikia. Karvelio (2001) atlikto tyrimo rezultatai šiek tiek skiriasi nuo mūsų gautų duomenų apie sutrikusio intelekto respondentų šeimyninę situaciją. Karvelio (2001), tyrimo duomenimis pilnose šeimose gyveno 68,5% sutrikusio intelekto respondentų ir 25,8% buvo auklėjami nepilnose šeimose. Tarp respondentų buvo ir 24 (33%) našlaičiai iš specialiosios mokyklos, vaikai, kurių tėvai mirę arba neterminuotai apribota tėvų valdžia.

Tyrimo rezultatai parodė, kad iš esmės skiriasi abiejų mokyklų respondentų tėvų darbinė veikla (3 pav.). Didžioji dauguma pagrindinės mokyklos respondentų dirbo abu tėvai (55%) ir perpus mažiau (27%) - sutrikusio intelekto respondentų. Vienas iš tėvų dirbo panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentų. Didžioji dauguma sutrikusio intelekto respondentų tėvų (41%) buvo bedarbiai. Tėvai neturėdami darbo, ne visada gali patenkinti svarbiausius, fiziologinius vaikų poreikius (maistas, apranga).

Surinkti duomenys leido įvertinti kaip patys respondentai vertina savo sveikatą. Pagrindinės mokyklos respondentai savo sveikatą vertina geriau, negu sutrikusio intelekto (4 pav.). Pagrindinės mokyklos respondentai mano, kad jų sveikata yra labai gera (19%) ir gera (68%). Mūsų gauti duomenys yra panašūs į Zaborskio, Makari (2001) tyrimo rezultatus: 84% moksleivių mano, kad yra visiškai sveiki arba sveiki. Didesnė dalis sutrikusio intelekto respondentų manė, kad jų sveikata yra nelabai gera (14%) ir bloga (3%). Tai susiję su tuo, kad sutrikusio intelekto vaikai labai dažnai turi įvairių somatinių problemų.

Specialiosios mokyklos respondentai dažniau teigė, kad labai rūpinasi savo sveikata (22%), negu pagrindinės mokyklos respondentai (8%) (5 pav.). Į klausimą kas turi rūpintis tavo sveikata? sutrikusio intelekto moksleiviai dažniau atsakė, kad jais turi rūpintis gydytojai (25%), tėvai (19%) ir net mokytojai (4%), tai parodo, kad jie stokoja dėmesio, globos. Didesnė dalis pagrindinės mokyklos moksleivių teigė, kad savo sveikata gali pasirūpinti patys (65%).

Pagrindinės mokyklos respondentai manė, kad daugiausia žinių apie sveikatą ir sveiką gyvenimą sužino iš šeimos (54%) ir iš vadovėlių bei mokytojų (31%) (7 pav.). Sutrikusio intelekto respondentai dėl pažintinės veiklos sutrikimų neakcentuoja gaunamų žinių iš ugdytojų, taip teigia tik 18%. 15% sutrikusio intelekto respondentų manė, kad žinių apie sveikatą gauna iš TV, radijo laidų, spaudos ir 8% - tokių žinių gauna iš draugų.

Tiek sveiki, tiek neįgalūs moksleiviai supranta kokia svarbi yra žmogui sveikata. 8 paveikslas atspindi, nuomonę, kad profilaktinis sveikatos patikrinimas yra labai svarbus panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentams. Kaip matyti 9 paveiksle daugumai abiejų mokyklų respondentų pakanka žinių apie sveikatą ir sveiką gyvenimą. 22% sutrikusio intelekto moksleivių teigia, kad jiems nepakanka žinių ir tai leistų daryti prielaidą, kad specialiojoje mokykloje pedagogai tai sričiai skiria nepakankamai dėmesio.

Specialiosios mokyklos respondentai mano, kad jie (58%) pakankamai sportuoja, kad būtų sveiki (10 pav.). Sutrikusio intelekto respondentai visą savaitę gyvendami segreguotoje aplinkoje laikosi nustatyto režimo ir kasdien, rytais daro mankštą, taip teigia (57%) respondentų (11 pav.). Pagrindinės mokyklos respondentai tėvų neįtakojami rytinės mankštos nedarą, taip teigia 55% respondentų.

Sporto, kaip fizinės veiklos nemėgsta 15% pagrindinės mokyklos respondentų (12 pav.). Kūno kultūros pamokų nemėgsta dažniau (19%) respondentai iš pagrindinės mokyklos (13 pav.). Tik per kūno kultūros pamokas sportuoja (75%) specialiosios mokyklos respondentų (14 pav.). Kieme dažniau sportine veikla užsiima 44% ir papildomai lanko įvairių sporto šakų treniruotes (13%) respondentų iš pagrindinės mokyklos. Abiejose mokyklose veikė panašiai vienodi sporto būreliai. Sportinių būrelių nelanko 54% specialiosios ir 58% pagrindinės mokyklų respondentai (15 pav.). Sportuodami blogai jautėsi vienodai abiejų mokyklų respondentai (17 pav.). Didesnę laiko dalį sportui pagrindinės mokyklos respondentai skiria per atostogas ir vasaros metu (41%), laisvalaikiu – (14%) (16 pav.). Sutrikusio intelekto respondentai mano, kad daugiausia sportuoja tik per mokslo metus (43%), per pertraukas tarp pamokų (13%), o laisvalaikiu tik – (11%). Rezultatai leidžia daryti prielaidą, kad sutrikusio intelekto moksleiviai sportine veikla užsiima tik pedagogų įtakojami. Todėl pritariame Zaborskio, Makari, (2001) teiginiui, kad ekonominė šeimos būklė lemia moksleivio laisvalaikio užimtumą.

Tarp mėgstamų pamokų dominuoja kūno kultūra abiejų mokyklų respondentų atsakymuose (18 pav.). Sutrikusio intelekto moksleiviai labai dažnai turėdami įvairių kalbos ir komunikacijos sutrikimų dažniau teigė, kad nemėgsta lietuvių kalbos (44%) (19 pav.).

Anketinėje apklausoje buvo pasiūlyti nauji sporto būreliai (20 pav.). Pagrindinės mokyklos respondentai rinktusi turizmo (39%) ir aerobikos (22%) būrelius. Sutrikusio intelekto – futbolo (38% būrelį. Specialiosios mokyklos berniukai labiau linkę rinktis futbolo (48%), o pagrindinės mokyklos berniukai – turizmo (50%) būrelius (21 pav.). Abiejų mokyklų mergaitės rinktusi aerobiką.

Tyrimo duomenys atskleidė, kad abiejų mokyklų respondentai dažniau renkasi pasyvias laisvalaikio formas (22 pav.). Pagrindinės mokyklos respondentai dažniau laisvalaikiu skaito (7%), sportuoja (8%). Sutrikusio intelekto respondentai laisvalaikiu dažniau nieko neveikia (3%), padeda dirbti namuose (22%). Gauti duomenys panašūs į Ališausko, Gerulaičio (2003) tyrimo duomenis: specialiųjų poreikių turintys, respondentai laisvalaikiu žaidžia kompiuteriu (37,5%), žiūri televizorių – (53%); bendraamžiai – renkasi bendravimą su draugais (62,5%), lanko būrelius, treniruotes (58,3%).

Žalingi įpročiai sparčiai plinta tarp vaikų, nesvarbu ar jie sveiki, ar turintys kokią nors negalę. Atlikus tyrimą paaiškėjo, kad alkoholinius gėrimus dažniau vartojo pagrindinės mokyklos respondentai (11%), negu sutrikusio intelekto – (7%) (23 pav.). 2 lentelė parodo, kad respondentai jau ankstyvame amžiuje (8-10 metų) 2% yra paragavę alkoholinių gėrimų ir dažnai išgėrinėjančių respondentų amžius didėja iki 14 -16 metų (57,1%). Alkoholi dažnai vartoja pagrindinės mokyklos berniukai (12%) ir mergaitės (10%) (24 pav.). Specialiosios mokyklos

respondentai turėdami, bendravimo sunkumų, būdami bailesni rečiau vartoja alkoholinius gėrimus.

Moksleivių tarpe vartojami rūkalai.<sup>25</sup> paveiksle matyti, kad dažniau rūkė sutrikusio intelekto respondentai (29%), negu pagrindinės mokyklos respondentai (10%). Rūkyti pradedančiųjų amžius nuo 8-10 metų (8%) ir rūkalių procentas didėja iki 14-16 metų (47,5%) (3 lentelė). Dažnai rūko 16-16 metų 50%. Gauti duomenys panašūs į Zaborskio, Makari (2001) tyrimo duomenis: 15 metų berniukų rūkė 35%. Dažniau rūko specialiosios mokyklos berniukai (29%) ir mergaitės (29%) (26 pav.).

Narkotines medžiagas bandė vartoti panašiai vienodai: pagrindinės mokyklos respondentai (5%), specialiosios mokyklos- (4%)(27 pav.). Gauti duomenys atskleidė, kad dažnai narkotines medžiagas vartoja (1%) pagrindinės mokyklos respondentų. 4 lentelė rodo, kad narkotines medžiagas bando vartoti gana jauname amžiuje 11-13 metų (10%), o 17-19 metų bandančių vartoti yra (50%). Dažnai vartoja šias medžiagas 3% pagrindinės mokyklos berniukų (28 pav.). Kaip teigia Zaborskis, Makari (2001) 13 -15 paauglio metai yra tas amžiaus slenkstis, kai absoliuti dauguma paauglių būna išbandę rūkyti, vartoti alkoholį ar net kitus narkotikus, o smalsumas ir nenoras išsiskirti iš draugų ypač padidina vartojančiųjų skaičių.

Nesaugumo jausmą mokykloje dažniau patyrė pagrindinės mokyklos respondentai (24%) ir tik (11%) sutrikusio intelekto respondentų (29 pav.). Draugai vaikui dažnai padeda pasijusti asmenybe, įgauti pasitikėjimą savo jėgomis. Gauti tyrimo rezultatai (30 pav.) atskleidė, kad didžioji dauguma respondentų turėjo draugų. 3 (4%) sutrikusio intelekto respondentai neturėjo draugų, manoma dėl bendravimo sunkumų. Palyginus su Zaborskio, Makari (2001) tyrimu maždaug 12% respondentų neturėjo draugų .

Vieniši namuose jautėsi panašiai vienodai abiejų mokyklų respondentai (31 pav.) Specialiosios mokyklos respondentai (36%) tokį jausmą patiria išvykę į specialiąją mokyklą. Pagrindinės mokyklos berniukai dažniau vieniši jaučiasi namuose, o specialiosios mokyklos berniukai – mokykloje (32 pav.). Specialiosios mokyklos mergaitės vienišumo jausmą dažniau patiria ir namuose ir mokykloje. Bendravimo, dėmesio stoką dažniau patiria mergaitės, negu berniukai.

Vertinant svarbiausius gyvenimo tikslus pagrindinės mokyklos respondentai labiausiai išskyrė sveikatą (31%) ir išsilavinimą (59%), o sutrikusio intelekto respondentai kaip svarbiausią dalyką vertiną pinigus (13%), išorinį grožį (13%) bei įdomų darbą (21%) (33 pav.). Kaip teigia Ališauskas, Gerulaitis (2003) dažniausiai specialiųjų poreikių turintiems vaikams trūksta adekvatumo vertinant save. Gauti rezultatai yra panašūs į Ališausko, Gerulaičio (2003) tyrimo rezultatus: specialiųjų ugdymosi poreikių respondentai gyvenime taip pat vertino materialę padėtį.

## 2.4 Sutrikusio intelekto moksleivių fizinio pajėgumo vertinimo rezultatai

Testuojami buvo 66 sutrikusio intelekto mokiniai iš specialiosios mokyklos, iš jų 21 mergaitė ir 45 berniukai.

Testuojant sutrikusio intelekto mokinių fizinį pajėgumą buvo pasirinkti šie rodikliai:

1. bendroji pusiausvyra ( Flamingo poza, matuojama kartais/ minutę),
2. galūnės judesio greitis (Tepingas, matuojama 25 ciklai/ laiko vienetą)
3. staigioji jėga ( šuolis į tolį, matuojama centimetrais),
4. liemens jėga (sėstis ir gultis, matuojama kartais per laiko vienetą),
5. funkcinė jėga (rankų ir pečių raumenų ištvėrmė, matuojama laiko vienetais)
6. bėgimo greitis, vikrumas (10x5 m bėgimas šaudykle, matuojama 5 bėgimo ciklai/ laiko vienetą).

Fizinio pajėgumo testai buvo atliekami kūno kultūros pamokų metu. Rezultatai buvo vertinami pagal lytį ir amžiaus grupes: 8-10 metų – I grupė, 11-13 metų – II grupė, 14-16 metų – III grupė, 17-19 metų – IV grupė.

5 lentelė

Sutrikusio intelekto moksleivių fizinio pajėgumo rodikliai

Testo pavadinimas	Lytis		Levene testo p-reikšmė	Amžiaus grupės			
	M.*	B.*		I gr.	II gr.	III gr.	IV gr.
Pusiausvyra (kartai/1 min)	11,4±1,3	12,2±1,0	0,42	7,0±4,6	13,4±1,6	10,6±1,7	12,8±1,0
Tepingas (25 kartai/ laiko vienetą -s)	123,4±11,0	121,2±7,9	0,52	59,6±32,1	123,3±12,0	138,7±9,8	121,2±9,7
Šuolis į tolį (cm)	127,5±12,0	124,2±11,5	0,02**	25,6±25,6	129,7±12,6	141,2±13,1	130,8±15,8
Sėstis ir gultis (kartai/30 s)	14,4±1,4	15,5±1,3	0,09	2,4±2,4	13,7±1,9	17,1±1,4	17,3±1,5
Kybojimas sulenktomis	63,1±17,6	135,7±25,8	0,01**	Neatliko	72,2±36,8	114,6±33,9	160,2±31,6

rankomis (laiko vienetai- s)							
10x5 bėgimas šau- dykle (5 bėgimo ciklai/ laiko vieneta-s )	286,6±31,3	261,5±21,2	0,83	69,2±69,2	309,1±29,1	267,1±35,0	284,7±23,8

\* M – mergaitė; B – berniukas

\*\*skirtumas statistiškai reikšmingas, kai  $p < 0,05$

Mergaičių bendroji pusiausvyra buvo geresnė  $11,4 \pm 1,3$ , negu berniukų  $12,2 \pm 1,0$  ( $p > 0,05$ ). Pagal amžių pusiausvyra kito nevienodai, geriausi pusiausvyros Flamingo testo rezultatai yra III amžiaus grupės (14-16 metų)  $10,6 \pm 1,7$ . Galūnės judesio greitis (tepingas) yra geresnis berniukų  $121,2 \pm 7,9$ , negu mergaičių  $123,4 \pm 11,0$  ( $p > 0,05$ ). Vertinant pagal amžiaus grupės geresnį rezultatą pasiekia vyresni moksleiviai – IV amžiaus grupės (17-19 metų)  $121,2 \pm 9,7$ . Šuolio į toliū testo rezultatai geresni mergaičių  $127,5 \pm 12,0$ , negu berniukų  $124,2 \pm 11,5$ ; čia pastebėtas statistiškai reikšmingas skirtumas ( $p = 0,02 < 0,05$ ). III amžiaus grupės (14-16 metų) moksleiviai nušoko toliau  $141,2 \pm 13$ , tačiau jau IV amžiaus grupėje (17-19 metų) šis rezultatas sumažėjo  $130,8 \pm 15,8$ . Liemens jėgos testą sėstis ir gultis atliko geriau berniukai  $15,5 \pm 1,3$ , negu mergaitės  $14,4 \pm 1,4$  ( $p > 0,05$ ). Pagal amžių liemens jėga kito nevienodai: nuo 11-13, metų ryškus padidėjimas nuo  $13,7 \pm 1,9$  ir 14-16 metų  $17,1 \pm 1,4$  bei 17-19 metų  $17,3 \pm 1,5$  pasiektas beveik vienodas rezultatas. Kybojimo sulenktomis rankomis testo rezultatai ryškiai geresni berniukų  $135,7 \pm 25,8$ , negu mergaičių  $63,1 \pm 17,6$ ; čia pastebėtas statistiškai reikšmingas skirtumas ( $p = 0,01 < 0,05$ ). I amžiaus grupė (8-10 metų) funkcinės jėgos testo kybojimo sulenktomis rankomis neatliko. Funkcinė jėga kito nevienodai. Geresni rezultatai pasiekti vyresnių 17-19 metų moksleivių  $160,2 \pm 31,6$ . Berniukų bėgimo greitis nežymiai geresnis  $261,5 \pm 21,2$ s, negu mergaičių  $286,6 \pm 31,3$  ( $p > 0,05$ ). Bėgimo greitis vertinant pagal amžių kito nevienodai. Geriausių rezultatų pasiekė III amžiaus grupė (14-16 metų)  $267,1 \pm 35,0$ .

Apibendrinant galime teigti, kad sutrikusio intelekto moksleivių fizinio pajėgumo didėjimas buvo nevienodas. Pusiausvyra ir staigioji jėga (šuolis į toliū) geresnė buvo mergaičių, negu berniukų. Galūnės judesio greitis (tepingas), liemens (sėstis ir gultis) ir funkcinė (kybojimas sulenktomis rankomis) jėga bei bėgimo greitis (10x5 bėgimas šaudykle) buvo geresni berniukų. Pagal amžių geriausi rezultatai buvo 14-16 metų, o 17-19 metų - galūnės judesio greitis



(tepingas), funkcinė jėga (kybojimas sulenktomis rankomis) buvo ryškiai geresni, negu 14-16 metų, o liemens jėga (sėstis ir gultis) buvo tik truputį geresnė, negu 14-16 metų.

### Sutrikusio intelekto mokinių fizinio pajėgumo rodiklių koreliacija

( *Spearman* koreliacijos koeficientai )

Atskirų fizinio pajėgumo rodiklių koreliacinė analizė rodo, kad:

- pusiausvyra labiausiai susijusi su galūnės judesio greičiu  $r = 0,324$  ir vikrumu  $r = 0,385$ ;
- galūnės judesio greitis labiausiai susijęs su vikrumu  $r = 0,428$ ;
- liemens jėga susijusi su sprogstamąją  $r = 0,729$  ir funkcinė jėga  $r = 0,396$ ;
- funkcinė jėga susijusi su liemens jėga  $r = 0,461$ ;

6 lentelė

### Normalaus ir sutrikusio intelekto moksleivių fizinio pajėgumo rodiklių palyginimas

Testo pavadinimas	Normalaus intelekto moksleiviai			Sutrikusio intelekto moksleiviai		
	Amžiaus grupės			Amžiaus grupės		
	II grupė	III grupė	IV grupė	II grupė	III grupė	IV grupė
Pusiauvyra	12,1±5,5	10,8±5,1*	9,6±4,7	13,4±1,6	10,6±1,7*	12,8±1,0
Tepingas	132,3±14,1	123,5±12,4	119,9±11,3	123,3±12,0	138,7±9,8	121,2±9,7
Šuolis į tolį	152,7±19,4	164,5±19,6	170,2±19,4	129,7±12,6	141,2±13,1	130,8±15,8
Sėstis ir gultis	22,8±4,2	24,2±3,9	25,32±4,1	13,7±1,9	17,1±1,4	17,3±1,5
Kybojimas sulenktomis rankomis	110,4±85,1	126,9±96,9	139,4±107,6	72,2±36,8	114,6±33,9	160,2±31,6
10x5 bėgimas šaudykle	226,9±18,1	220,2±17,2	215,1±15,7	309,1±29,1	267,1±35,0	284,7±23,8

Fizinio pajėgumo rodikliai buvo palyginti tarp normalaus ir sutrikusio intelekto moksleivių. Normalaus intelekto moksleivių fizinio pajėgumo rodikliai palyginimui pateikti pagal EUROFITO testų rodiklius ( Volbekienė, Kavaliauskas, 2002). Amžiaus grupės: II grupė- 11-13 metų, III grupė – 14-16 metų, IV grupė – 17-19 metų ( normalaus intelekto moksleiviai buvo 17-18 metų, o tarp sutrikusio intelekto – 17,18,19 metų). I grupės nelyginome, nes šios amžiaus grupės normalaus intelekto moksleivių fizinio pajėgumo lentelių nepateikta.

Kaip matyti iš 6 lentelės tik pusiausvyra III grupėje normalaus intelekto moksleivių šiek tiek geresnė 10,8±5,1, negu sutrikusio intelekto - 10,6±1,7. O visi kiti sutrikusio intelekto moksleivių

fizinio pajėgumo rodikliai buvo žemo lygio. Galime daryti prielaidą, kad sutrikusio intelekto moksleivių fiziniui pajėgumui turi įtakos pažintinės veiklos sutrikimai ( pažinimo bei veiksmų supratimo, nesugebėjimas sukaupti dėmesį).

## 2.5 Pedagoginio eksperimento poveikio rezultatai

Eksperimento pradžioje tiriamoji ir kontrolinė grupės atliko pradinį fizinio pajėgumo testavimą.

Buvo pasirinkti šie fizinio pajėgumo rodikliai:

1. bendroji pusiausvyra ( Flamingo poza, matuojama kartais/ minutę),
2. galūnės judesio greitis (Tepingas, matuojama 25 ciklai/ laiko vieneta)
3. staigioji jėga ( šuolis į tolį, matuojama centimetrais),
4. liemens jėga (sėstis ir gultis, matuojama kartais per laiko vieneta).

7 lentelė

**Pradinio testavimo fizinio pajėgumo rodikliai**

Testo pavadinimas	Grupė		Levene testo p - reikšmė
	Eksperimentinė	Kontrolinė	
Pusiausvyra ( <i>kartai/ 1 min</i> )	12,9±1,2	15,9±1,6	0,29
Tepingas ( <i>25 kartai/ laiko vieneta –s</i> )	130,1±10,8	182,5±12,3	0,19
Šuolis į tolį ( <i>cm</i> )	131,2±10,6	141,1±5,8	0,33
Sėstis ir gultis ( <i>kartai/ 30s</i> )	14,6±1,2	14,6±1,0	0,35

\*skirtumas statistiškai reikšmingas, kai  $p < 0,05$

Pradinio testavimo rezultatai rodo, kad eksperimentinės grupės pusiausvyra 12,9±1,2 , galūnės judesio greitis (tepingas) 130,1±10,8 buvo geresni, negu kontrolinės. Tuo tarpu staigioji jėga (šuolis į tolį) 141,1±5,8 buvo geresnė kontrolinės grupės. Liemens jėga ( sėstis ir gultis ) abiejų grupių buvo beveik vienoda. Tarp grupių statiškai reikšmingo skirtumo nepastebėta.

Eksperimentinei grupei buvo taikytas poveikis – aerobikos pratybos. Kontrolinei grupei nebuvo taikomas jokios poveikio priemonės, tik ši grupė kaip įprasta dalyvavo kūno kultūros pamokose. Eksperimento pabaigoje abi grupės atliko baigiamąjį testavimą.

## Baigiamojo testavimo fizinio pajėgumo rodikliai

Testo pavadinimas	Grupės		Levene testo p - reikšmė
	Eksperimentinė	Kontrolinė	
Pusiausvyra	11,6±1,4	16,1±1,5	0,76
Tepingas	130,1±2,8	183,0±12,2	0,01*
Šuolis į tolį	152,9±3,9	138,5±5,3	0,21
Sėstis ir gultis	16,9±0,5	14,2±0,9	0,08

\*statistiškai reikšmingas skirtumas, kai  $p < 0,05$

Eksperimento pabaigoje gauti rezultatai parodė, kad eksperimentinės grupės fizinio pajėgumo rodikliai išliko beveik nepakitę. Eksperimentinės grupės mergaitės toliau nušoko į tolį iki 152,9 cm palyginti su jų rezultatu, kuris buvo nustatytas pradinio testavimo metu iki 131,2 cm ir šiek tiek pagerėjo liemens jėga: nuo 14,6 iki 16,9 judesių per 30 sekundžių. Statistiškai reikšmingas skirtumas tarp grupių pastebėtas, atliekant tepingo testą, kai  $p = 0,01 < 0,05$ . Kontrolinės grupės mergaičių fizinio pajėgumo rodikliai išliko beveik tie patys.

## **Išvados**

**1.** Tyrimo duomenys, susiję su pirmojo uždavinio sprendimu, atskleidė, kad mokyklose moksleiviai dalyvauja tik kūno kultūros pamokose, nes jos yra privalomos. Nelanko sportinių būrelių 54% specialiosios ir 58% pagrindinės mokyklos mokiniai.

**2.** Pasitvirtino hipotezė, kad socialinė aplinka ir fizinis pajėgumas įtakoja sutrikusio intelekto mokinių motyvavimą sportuoti. Sveikų vaikų socialinė aplinka daugiau skatina mankštintis ir sportuoti, o sutrikusio intelekto vaikus daugiau užsiimti fizine veikla skatina tik pedagogai.

**3.** Specialiosios mokyklos mokinių neadekvačiai vertina savo gebėjimus: 22% respondentų teigia, kad labai rūpinasi savo sveikata; 58% sutrikusio intelekto mokinių teigia, kad pakankamai sportuoja, kad būtų sveiki. 44% sutrikusio intelekto mokinių, turėdami kalbos ir komunikacijos sutrikimų nemėgsta lietuvių kalbos. 4% specialiosios mokyklos mokinių dėl bendravimo sunkumų neturi draugų.

**4.** Sutrikusio intelekto mokinių fizinio pajėgumo rodikliai kito nevienodai. Geresnių rezultatų pasiekama 14-16 metų.

**5.** Dėl aerobikos pratybų poveikio eksperimentinės grupės mergaičių fizinio pajėgumo rodikliai nežymiai pagerėjo staigioji ir liemens jėga. Eksperimentinė aerobikos programa gali būti viena iš laisvalaikio užimtumo formų: ši veikla suteikia daug teigiamų emocijų, į užsiėmimus mergaitės ateina laisva valia, pagerėja fizinis pajėgumas.

## Literatūra

1. Adaškevičienė, E. (1999). *Vaikų sveikatos ugdymas pedagoginiu aspektu*. Kaunas: Lietuvos sporto informacijos centras.
2. Ališauskas, A., Gerulaitis, D. (2003). *Bendrojo ugdymo klasėje besimokančio specialiųjų poreikių vaiko socialinės – psichologinės charakteristikos atskleidimas: Tyrimo ataskaita*. [http://www.smm.lt/svietimo\\_bukle/docs/ATASKAITA-Alisauskas-2003.doc](http://www.smm.lt/svietimo_bukle/docs/ATASKAITA-Alisauskas-2003.doc) (žiūrėta 2006-06-06).
3. Ališauskienė, S. (2003). Vaikai, turintys judesio ir padėties sutrikimų. Ambrukaitis, J. (Sud.) *Specialiojo ugdymo pagrindai*. Šiauliai: Šiaulių universitetas. p.373-392.
4. Augis, R. ir kt. (Red.). (1993). *Psichologijos žodynas*. Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidykla.
5. Bagdonas, A. (1995). *Sutrikimų klasifikacija*. Vilnius: Švietimo ir mokslo ministerija.
6. Bagdonas, A., Brazauskaitė, A., Gevorgianienė, V., Girdzijauskienė, S., Kašalynienė, J., (2003). *Specialiųjų poreikių vaikų integravimo problemos*. [http://www.smm.lt/svietimo\\_bukle/tyrimai.htm](http://www.smm.lt/svietimo_bukle/tyrimai.htm) (žiūrėta 2006-05-07)
7. Barkauskienė, R. (2001). *Vilniaus miesto moksleivių sveikatos grupės*. [http://www.vilniausvsc.lt/gyvenimo\\_budas/3\\_fiz\\_aktyvumas.htm](http://www.vilniausvsc.lt/gyvenimo_budas/3_fiz_aktyvumas.htm) (žiūrėta 2007-04-12).
8. Barkauskienė, R., Bulotaitė, L., Davidavičienė, A.G., Indrašienė, V., Sturlienė, N., Šabliauskienė, J., Karmaza, E., Voišnienė, V. (2005). *Paauglys. Šeima. Mokykla*. Metodinės rekomendacijos pirminei narkotikų vartojimo prevencijai ir intervencijai mokyklose vykdyti. Vilnius.
9. Baubiniene, A. ir kt. (Red. kol.). (1991). *Medicinos enciklopedija*. 1 tomas. Vilnius: Valstybinė enciklopedijų leidykla.
10. Baubiniene, A. ir kt. (Red. kol.). (1993). *Medicinos enciklopedija*. 2 tomas. Vilnius: Valstybinė enciklopedijų leidykla.
11. Baublienė, R. (2003). *Aerobikos poveikio moterims asmenybei galimybės*. Mokomoji priemonė. Kaunas:Lietuvos kūno kultūros akademija.
12. Bobrova, L., Mackevičius, L., Norkus, S. (2004). *Specialiosios mokyklos kūno kultūros metodikos realizavimas pedagoginėje praktikoje*. Šiauliai: Šiaulių universitetas.
13. Daulenskienė, J. N. V. (2003). *Protinio atsilikimo klinika*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
14. Elijošienė, I. (1998). Vaikai, turintys intelekto sutrikimų. Ambrukaitis, J. (Sud.). *Specialiųjų poreikių vaikai*. Šiauliai: Šiaulių universitetas. p.5-19.
15. Elijošienė, I. (2003). Vaikai, turintys intelekto sutrikimų. Ambrukaitis, J. (Red.). *Specialiojo ugdymo pagrindai*. Šiauliai: Šiaulių universitetas.p.260-273.
16. *Filosofijos žodynas*. <http://filo.web1000.com/texts/zodynas/index.htm> (žiūrėta 2007-04-10)

17. Fominienė, V., Kardelienė, L., Kardelis, K. (2006). Kūno kultūros mokytojų nuostata dėl komunikacijos kaip mokinių požiūrio į kūno kultūros ugdymąsi determinantė. *Ugdymas Kūno kultūra. Sportas*. Nr. 4(63).
18. Gage, N.L., Berliner, D.C. (1994). *Pedagoginė psichologija*. Vilnius: Alma Litera.
19. Garšvienė, A., Ivoškuvienė, R. Vaikai, turintys kalbėjimo, kalbos ir kitų komunikacijos sutrikimų. Ambrukaitis, J. *Specialiojo ugdymo pagrindai*. Šiauliai: Šiaulių universitetas. p.295-310.
20. Grinienė, E., Vaitkevičius, Vl. (1998). Šiaulių miesto moksleivių, turinčių specialiųjų mokymosi poreikių, fizinis pajėgumas. Ambrukaitis, J. (Sud.). *Specialioji mokykla: praeitis, dabartis, ateitis*. Mokslinės konferencijos medžiaga. Šiauliai: Šiaulių universitetas. p.45-48.
21. Grinienė, E. (2001). Vaikų, turinčių specialiųjų poreikių požiūris į sveikatą. *Specialusis ugdymas*. I. (IV). p.16-21.
22. Grinienė, E., Puidaitė, A. (2003). Nežymiai protiškai atsilikusių paauglių fizinio pajėgumo raidos ypatumai. *Specialusis ugdymas*. Nr.1(8), p.40-46.
23. Gudonis, V. (1996). *Vaikų vystymosi sutrikimų priežastys*. Šiauliai: Šiaulių pedagoginis institutas.
24. Gudonis, V. (1998). Specialiojo ir integruoto ugdymo formų įtaka socialiniams ryšiams. J. Ambrukaitis (Sud.). *Specialioji mokykla: praeitis, dabartis, ateitis*. Mokslinės konferencijos medžiaga 1998 m. sausio 27-28d. (p.48-50). Šiauliai: Šiaulių universitetas.
25. Gvazdauskienė, I., Kardelis, K. (2005). Veiksniai, sąlygojantys profesinio rengimo institucijos moksleivių nenorą lankyti mokyklą. *Specialusis ugdymas*, 1 (12), p.106
26. Hetherington, E. (1989). Coping with family transitions: Winners, losers and survivors. *Child Development*, 60, 1-14. Radzevičienė, L. (2003). *Ankstyvojo amžiaus vaikų psichosocialinė raida*. Ankstyvasis ugdymas: dabartis ir perspektyvos. (p.111-146) Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
27. Hallahan, D.P., Kauffman, J.M. (2003). *Ypatingieji mokiniai specialiojo ugdymo įvadas*. Vilnius: Alma littera.
28. Jovaiša, J. (1993). *Pedagogikos terminai*. <http://www.vpu.lt/socpedagogika/zodynemis/a.html> (žiūrėta 2007-02-14)
29. Juškeliene, V., Ustilaitė, S., Proškuvienė, R., Kalibatas, J., Naudžiutė, S. (2006). *11-12 klasių mokinių sveikata ir jos pokyčiai per 5 metus*. [http://www.smm.lt/svietimo\\_bukle/docs/tyrimai/11\\_12\\_moks\\_sveik.pdf](http://www.smm.lt/svietimo_bukle/docs/tyrimai/11_12_moks_sveik.pdf) (žiūrėta 2007-04-15)
30. Kaffemanas, R. (1997). *Nežymiai sutrikusio intelekto vaikų suvokimo ypatumai*. Šiauliai: Šiaulių universitetas.

31. Karbočienė, E. (1997). *Aerobikos pratimai ir jų panaudojimo galimybės*. Šiauliai: Šiaulių universitetas.
32. Kardelis, K., Kavaliauskas, S., Balzeris, V. (2001). *Mokyklinė kūno kultūra: realijos ir perspektyvos*. Kaunas: Kūno kultūros akademija.
33. Kardelienė, L., Kardelis, K. (2004). Deprivuotų jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikų savęs vertinimo sąsajos su pedagogų vertinimu profesinės etikos požiūriu. *Pedagogika*. T.74 <http://www.vpu.lt/pedagogika/pedagogika/200474.htm> (žiūrėta 2007-04-03)
34. Karvelis, V. (2001). *Neįgaliųjų vaikų psichologinės pedagoginės sąlygos šeimoje*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla
35. Kučinskas, V. (2000). *Socialinis darbas švietimo sistemoje*. <http://www.vpu.lt/socpedagogika/zodynelis/a.html> (žiūrėta 2007-04-02).
36. Kvieskienė, G. (2003). *Socializacija ir vaiko gerovė*. Monografija. Vilnius. [http://www.vpu.lt/socpedagogika/file/G\\_Kvieskiene\\_Socializacija\\_ir\\_vaiko\\_gerove.pdf](http://www.vpu.lt/socpedagogika/file/G_Kvieskiene_Socializacija_ir_vaiko_gerove.pdf) (žiūrėta 2007-03-05).
37. Laužikas, J. (1997). *Rinktiniai raštai*. 3 tomas. Kaunas: Šviesa.
38. Lietuvos Respublikos Vyriausybė (2004). *Vaikų ir jaunimo socializacijos programa*. <http://www.nplc.lt/lit/ta/20040223.doc> (žiūrėta 2007-02-14)
39. Mikelkevičiūtė, J. (2002). *Taikomosios fizinės veiklos poveikis nežymiai protiškai atsilikusių paauglių savęs vertinimui ir fizinės kompetencijos suvokimui*. Daktaro disertacija. Kaunas: Kūno kultūros akademija.
40. Mikelkevičiūtė, J. (2003). Sutrikusio intelekto ir psichikos neįgaliųjų taikomoji fizinė veikla. Adomaitienė, R. (Sud. ir red.). *Taikomoji neįgaliųjų fizinė veikla*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija. p.333-380.
41. Mikulėnaitė, L. (2003). Bendrosios ir smulkiosios motorikos raida. Ališauskienė, S. (Sud.). *Ankstyvasis ugdymas: dabartis ir perspektyvos*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
42. Mockevičienė, D. (2003). *Kūdikų sutrikusios kaitos raida taikant korekcinį ugdymą*. Daktaro disertacija. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija.
43. Mockevičienė, D., Mikelkevičiūtė, J., Adomaitienė, R. (2005). *Vaikų motorinė raida. Pirmieji gyvenimo metai*. Šiauliai: Šiaulių universitetas.
44. Никол, Р. (2001). Практическое руководство по детско-юношеской психиатрии. Екатеринбург. Daulenskienė, J. N. V. (2003). *Protinio atsilikimo klinika*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla. p.5
45. Ostasevičienė, O. (2003). Specialiosios psichologijos pagrindai. Adomaitienė, R. (Sud. ir red.). *Taikomoji neįgaliųjų fizinė veikla*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija. p.57-84
46. Poteliūnienė, S. (2003). *Savarankiškas mankštinimasis atliekant aerobikos pratimus*. Vilnius

47. Povilaitis, R. (2006). *Konferencijoje bus pristatomi kovos su patyčiomis mokykloje būdai*. <http://www.vaikulinija.lt/index.php/spaudai/20061205/> (žiūrėta 2007-04-03)
48. Prasauskienė, A.(2003). *Vaikų raidos sutrikimai*. Kaunas: Kauno medicinos universitetas.
49. Radzevičienė, L.(2003). Ankstyvojo amžiaus vaikų pažinimo raida. Ališauskienė, S. (Sud.) *Ankstyvasis ugdymas: dabartis ir perspektyvos* (p.83-110). Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
50. Raglin, J. (1995). Exercise and Mental Health. In IDEA Today 7. International Association of Fitness Professionals. Baublienė, R. (2003). *Aerobikos poveikio moters asmenybei galimybės*. Kaunas: Lietuvos kūno kultūros akademija. p.6.
51. Razmienė, A., Daškevičienė R. (2006). *Fizinio aktyvumo stoka Vilniaus miesto mokyklose*. <http://www.vilniausvsc.lt/2006/FA.htm> (žiūrėta 2006-05-27).
52. Ремшмидт, Х. (2001). Детская и подростковая психиатрия. Ульяновск. Daulenskienė, J.N. V. (2003). *Protinio atsilikimo klinika*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla. p.5
53. Rėklaitienė, D. (2003). *Vidutiniškai protiškai atsilikusių merginų psichosocialinio elgesio ir fizinio pajėgumo kaita dėl aerobikos pratybų poveikio*. Daktaro disertacija. Kaunas:Lietuvos kūno kultūros akademija.
54. Rupšienė, L. (2000). *Nenoras mokytiis – socialinis pedagoginis reiškinyis*. Monografija. Klaipėda.
55. Ruškus, J. (2002). *Negalės fenomenas*. Šiauliai: Šiaulių universitetas.
56. Ruzgienė, A., Petružienė, S. (2005). *Vaikas ir aplinka*. Monografija. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
57. Sherrill, C. (1998). *Adapted Physical Activity, recreation and sport: Cross disciplinary and lifespan* (5th ed). Dubuque, IA: Brown and Benchmark. Mikelkevičiūtė, J. Sutrikusio intelekto ir psichikos neįgaliųjų fizinė veikla. Adomaitienė, R. (Sud. ir red.).*Taikomoji neįgaliųjų fi zinė veikla*.Kaunas: Lietuvos Kūno kultūros akademija. p.339.
58. Skurvydas, A. (2001). *Judesių valdymo ir sporto fiziologijos konspektai*. Kaunas: Lietuvos Kūno kultūros akademija.
59. Specialiųjų poreikių asmenų ir jų laipsnių nustatymo ir specialiųjų poreikių asmenų priskyrimo specialaus ugdymosi poreikių grupei tvarka. 2002-07-12. Įsakymas nr. 1329/368/98. Ambrukaitis, J.(Red.) (2003). *Specialiojo ugdymo pagrindai*. Šiaulai: Šiaulių universitetas.
60. Stašienė, S., Petkevičienė, N (2003).*Žmogus ir aplinka*. Mokomoji knyga. Kaunas: Technologija.
61. Statistikos Departamentas, (2007). *Neįgaliųjų socialinė integracija 2003,2004, 2005*. Vilnius: Statistikos departamentas prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės. <http://www.stat.gov.lt/lt/pages/view/?id=1880> (žiūrėta 2007-04-15)



62. Stonkus, S. (Parengė) (2002). *Sporto terminų žodynas*. Kaunas: Kūno kultūros akademija.
63. *Švietimo įstatymas*, (1991). [http://www3lrs.lt/pls/inter2/dokpaieska.showdoc\\_l?\\_id=279441](http://www3lrs.lt/pls/inter2/dokpaieska.showdoc_l?_id=279441)  
(žiūrėta 2007-04-12)
64. Švietimo ministro įsakymas (2005). *Dėl subjektų, vykdančių vaikų ir jaunimo socializaciją, socialinės, edukacinės ir teisinės kompetencijos aprašo patvirtinimo*. 2005-12-23 ISAK- 2636. [http://www.smm.lt/teisine\\_baze/isakymai.htm](http://www.smm.lt/teisine_baze/isakymai.htm) (žiūrėta 2007-03-24)
65. TKL-10 psichikos ir elgesio sutrikimai: klinika ir diagnostika. Pasaulinė sveikatos organizacija, Ženeva, 1992. Adomaitienė, R. (2003). *Taikomoji neįgaliųjų fizinė veikla*. Kaunas: Kauno kūno kultūros akademija.
66. Vaitkevičius, J.V., Grinienė, E., Šlapkauskaitė, D.A., Navickienė, V., Mockevičienė, D. (2001). *Vaiko anatomijos, fiziologijos ir ugdymo higienos laboratoriniai darbai*. Šiauliai: Šiaulių universitetas.
67. Vaitkevičius, J. V. (2005). *Sveikatos rizikos veiksnių valdymas ir savikontrolė ugdymo srityje*. Mokomoji knyga. Šiauliai: Leidykla Šiaurės Lietuva.
68. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes* (M. Cole, V. John-Steiner, S. Scribner, & E. Souberman, Eds. and Trans.). Cambridge: Harvard University Pres. Gage, N.L., Berliner, D.C. (1994). *Pedagoginė psichologija*. Vilnius: Alna Litera. p.103.
69. Volbekienė, V., Kavaliauskas, S. (parengė). (2002). *EUROFITAS Fizinio pajėgumo testai ir metodika*. Vilnius: Lietuvos sporto informacijos centras.
70. Volbekienė, V. (2005). *Lietuvos didžiųjų miestų vidurinių mokyklų mokinių fizinio aktyvumo tyrimo (2005) išvados*. <http://www.kksd.lt/index.php?-264723875> (žiūrėta 2006-05-27).
71. Zaborskis, A., Makari, J. (2001). *Lietuvos moksleivių gyvensena: raida 1994 – 1998 metais ir vertinimas tarptautiniu požiūriu*. Panevėžys: E. Vaičekausko leidykla.

## Summary of work for Master's degree

*Theoretical* analysis of pupils' conception of social environment, factors that predetermine conception of mental retardation and the analysis of peculiarities of the development of children with intellectual disabilities have been carried out in the research paper.

The set up *Hypothesis* is that social environment and physical capacity influence the motivation to engage intellectually retarded pupils in sports activities.

The research, applying *questionnaire survey, testing, pedagogical experiment method* to determine the impact of social environment and physical capacity on motivation to engage pupils with intellectual disabilities in sport activities, has been carried out. *Statistical* (frequency, average, standard error, Spearman Rank Correlation Coefficient, t-test) *data analysis* has been carried out.

72 pupils from Rusne, 20 pupils from Klaipeda 1<sup>st</sup> Special School for Intellectually Disabled pupils and 145 pupils from Rusne Primary School participated in the research.

In the *empirical* part the attitude of intellectually disabled pupils and pupils from primary school towards social environment is analyzed. Rate of physical capacity and the influence of experimental program on intellectually disabled pupils are evaluated.

Fundamental *conclusions* of the research:

1. Research data, related to solution of the first problem, showed that pupils participate in physical education lessons at school only because they are compulsory. 54% of pupils from Special School and 58% from primary school are not engaged in after school sport activities.
2. Hypothesis, that social environment and physical capacity influence motivation to engage intellectually disabled pupils in sports activities, was proved. Social environment of healthy children stimulates to exercise and engage in sports activities more, whereas intellectually disabled children are more encouraged by teachers to get engaged in physical activity.
3. Students from Special School evaluate their abilities inadequately: 22% of respondents claim that they care about their health a lot; 58% of intellectually disabled pupils state that they exercise enough to be healthy. 44% of intellectually disabled pupils do not like Lithuanian language, as they have language and communication disorders. 4% of intellectually disabled pupils do not have friends because of communication difficulties.
4. Rate of physical capacity of intellectually disabled pupils was changing unevenly. Better results are achieved in the age of 14-16.
5. Physical capacity rate of experimental group of girls slightly improved due to aerobics exercise, also the sudden and waist power showed a great improvement. Experimental program of aerobics could be one of the forms of spending leisure time: this activity gives a lot of positive emotions, girls come by free will, and their physical capacities improve.

*Key words:* social environment, family, intellectually disabled students, physical capacity.

***PRIEDAI***

## ANKETA

### Gerbiamas moksleivi, gerbiama moksleive !

Pastaruoju metu vis daugiau vaikų per mažai mankštinasi arba visai nesportuoja, todėl svarbu kuo ankščiau įteigti fizinio aktyvumo svarbą, skatinti sportuoti.

Anketos tikslas – sužinoti: kaip vertinate savo sveikatą, Jūsų požiūris į kūno kultūrą, žalingus įpročius, koks Jūsų laisvalaikis ir kokios sportinės veiklos pageidautumėte.

Jūsų atsakymai ypatingai svarbūs, todėl prašome kuo nuoširdžiau atsakyti į žemiau pateiktus klausimus.

*Anketa anoniminė, mus domina tik apibendrinti rezultatai.*

*Iš anksto dėkojame*

Pasirinktą atsakymą pažymėk taip : ✕

#### **Jūs esate:**

- Mergaitė
- Berniukas

Kiek tau metų?

#### **1.Tavo šeima**

- Gyvenu kartu su tėčiu ir mama
- Gyvenu su vienu iš jų
- Esu našlaitis

#### **2. Tėvų darbinė veikla**

- Tėvai abu dirba
- Dirba tik vienas iš jų
- Tėvai nedirba

#### **3.Kaip tu vertini savo sveikatą?**

- Labai gera
- Gera
- Nelabai gera, nes dažnai sergu
- Bloga

**4.Ar tu rūpiniesi savo sveikata?**

- Labai rūpinuosi
- Rūpinuosi
- Nelabai rūpinuosi
- Nesirūpinu

**5.Kaip manai, kas turi rūpintis tavo sveikata?**

- Gydytojai
- Mokytojai
- Tėvai
- Aš pats

**6.Iš kur tu daugiausiai sužinai apie sveikatą ir sveiką gyvenimą?**

- Iš tėvų ir kitų šeimos narių
- Iš vadovėlių ir mokytojų
- Iš mokyklos gydytojos
- Iš televizijos, radijo laidų,spaudos
- Iš draugų

**7.Ar tau yra svarbu pasitikrinti sveikatą kartą per metus?**

- Labai
- Ne
- Nežinau

**8.Ar tau pakanka žinių apie sveikatą ir sveiką gyvenimą?**

- Taip, pakanka
- Ne, nepakanka
- Nežinau ar pakanka

**9.Kaip manai, ar tu pakankamai sportuoji,kad būtum sveikas?**

- Taip
- Ne
- Nežinau

**10.Ar darai rytinę mankštą?**

- Taip,kasdien darau
- Retai darau
- Ne, nedarau

**11.Ar tau patinka sportuoti?**

- Labai patinka
- Patinka
- Nepatinka

**12.Ar tau patinka kūno kultūros pamokos?**

- Labai patinka
- Patinka
- Nepatinka

**13.Kur tu dažniausiai sportuoji?**

- Tik per kūno kultūros pamokas
- Kieme, mokyklos aikštelėje
- Papildomai lankau įvairių sporto šakų treniruotes

**14. Kokius sporto būrelius lankai mokykloje?**

- Kvadrato
- Krepšinio
- Lengvosios atletikos
- Nieko nelankau

**15. Kada daugiausiai tu sportuoji?**

- Tik per mokslo metus
- Per atostogas ir vasaros metu
- Per pertraukas tarp pamokų
- Laisvalaikiu
- Vienodai per visus metus

**16. Kaip tu jautiesi sportuodamas?**

- Jaučiuosi puikiai
- Jaučiuosi gerai
- Blogai jaučiuosi

**17. Kokios pamokos tau yra mėgstamiausios?**

	mėgstamiausios
1.	
2.	

**18. Kokios pamokos tau yra nemėgstamiausios?**

	nemėgstamiausios
1.	
2.	

**19. Kokius sporto būrelius tu norėtumei lankyti?**

- turizmo
- futbolo
- stalo teniso
- aerobikos (šokių)
- tinklinio

**20. Ką tu dažniausiai veiki laisvalaikiu?**

- Žiūriu TV ar video
- Žaidžiu kompiuterinius žaidimus
- Skaitau
- Bendrauju su draugais
- Sportuoju
- Padedu dirbti namuose
- Nieko nedarau

**21. Ar esi kada nors ragavęs alkoholinių gėrimų?**

- Niekada
- Esu ragavęs
- Vartoju dažnai

**22. Ar bandei kada nors rūkyti?**

- Niekada
- Esu bandęs
- Dažnai rūkau

**23. Ar esi vartojęs narkotinių medžiagų?**

- Niekada
- Esu bandęs
- Dažnai vartoju

**24. Kaip tu jautiesi mokykloje?**

- Jaučiuosi labai saugiai, drąsiai
- Jaučiuosi saugiai, drąsiai
- Jaučiuosiu nesaugiai, nedrąsiai

**25. Ar turi draugų?**

- Turiu labai daug draugų
- Turiu kelis draugus
- Neturiu draugų

**26. Kur tu dažniausiai jautiesi vienišas?**

- Namuose
- Mokykloje
- Niekada nesijaučiu vienišas

**27. Kas tavo nuomone gyvenime yra svarbiausia?**

- Būti išsilavinusiam, daug žinoti
- Turėti daug pinigų
- Būti sveikam
- Būti gražiam
- Dirbti įdomų darbą