

Mokytojas – sveiko gyvenimo būdo pavyzdys !?

(Radviliškio rajono mokytojų apklausos rezultatų pristatymas)

Radviliškio Lizdeikos gimnazija

Rasa Dagienė direktoriaus pavaduotoja ugdymui, biologijos mokytoja metodininkė,
Asta Šmukštienė biologijos mokytoja metodininkė

2014 m.

Atlikta Radviliškio rajono mokytojų
apklausa

($N= 200$; *6 įstaigos*)

Informaciją išimename :

10 proc. – skaitydami;

20 proc. – klausydami;

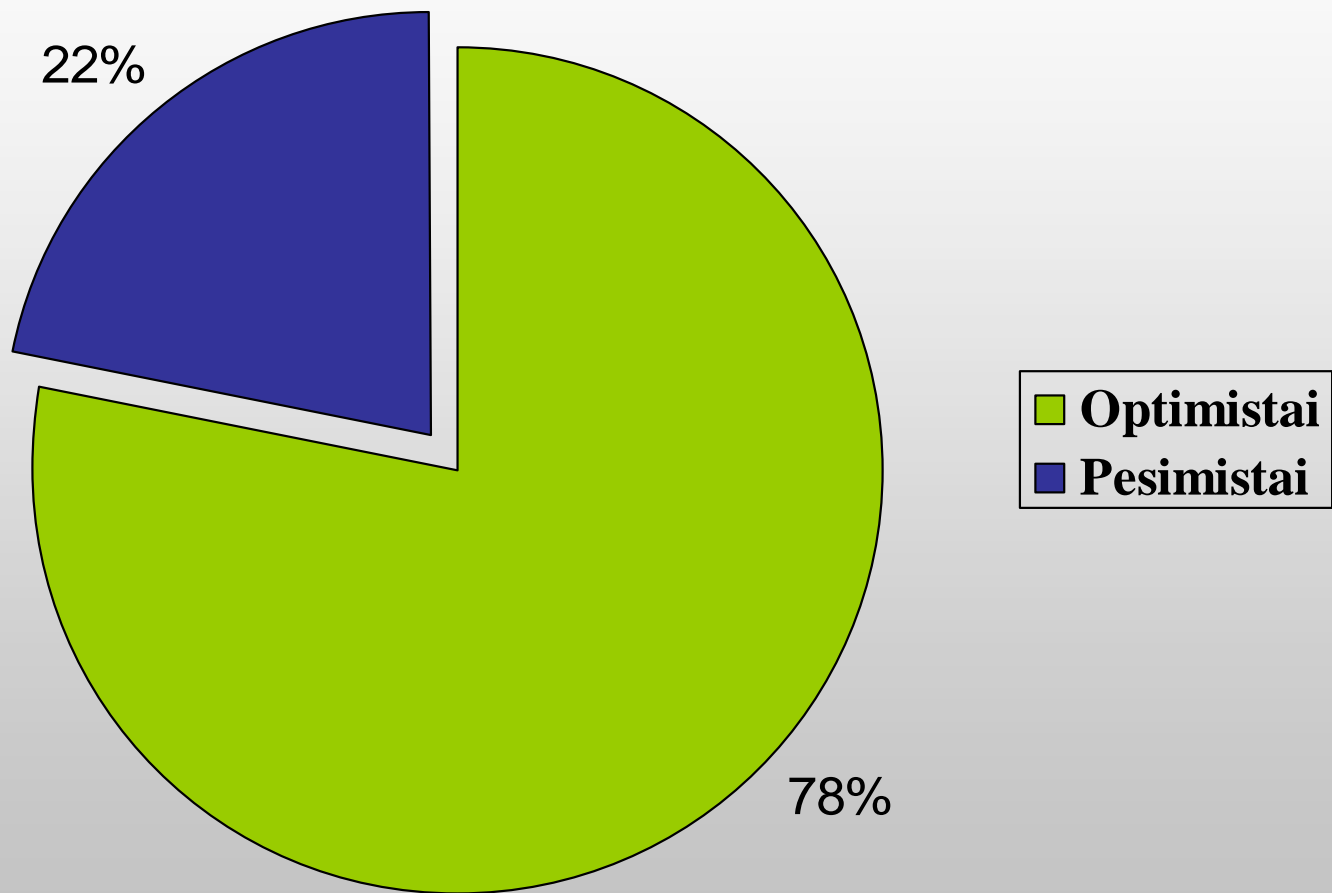
30 proc. – matydami;

50 proc. – klausydami ir matydami;

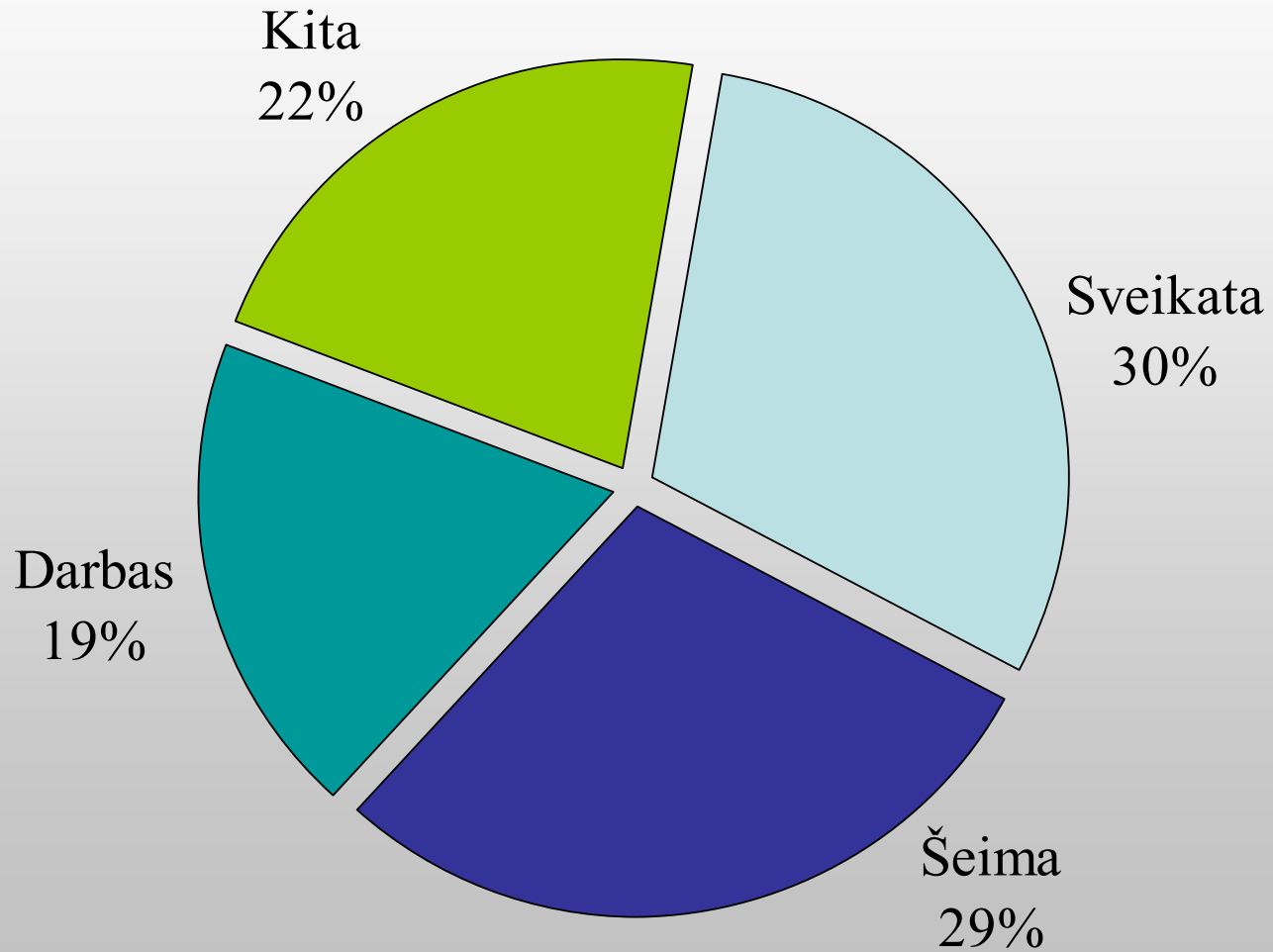
70 proc. – kalbėdami ir pristatydami;

90 proc. – kai kalbame ir darome.

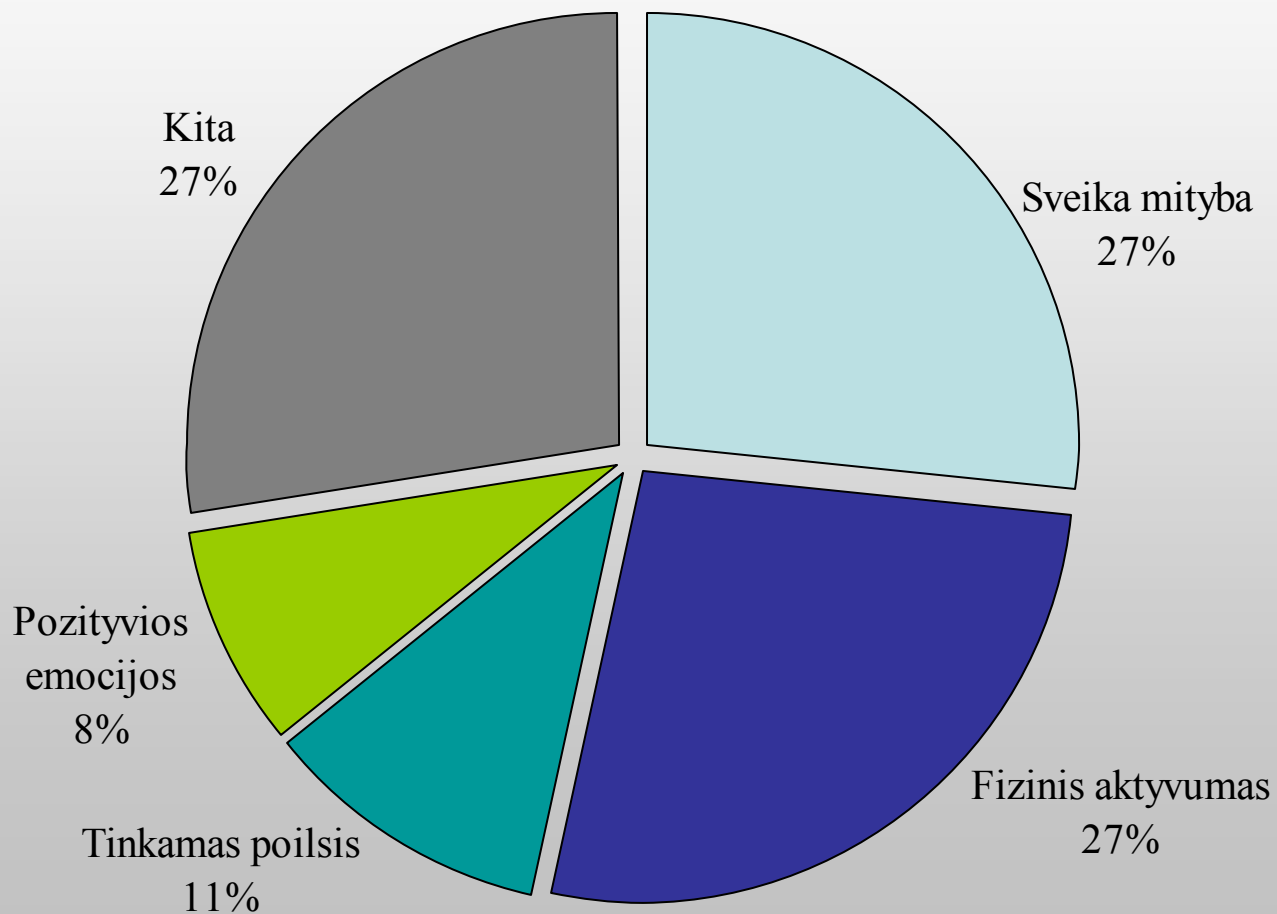
Esate optimistas ar pesimistas?



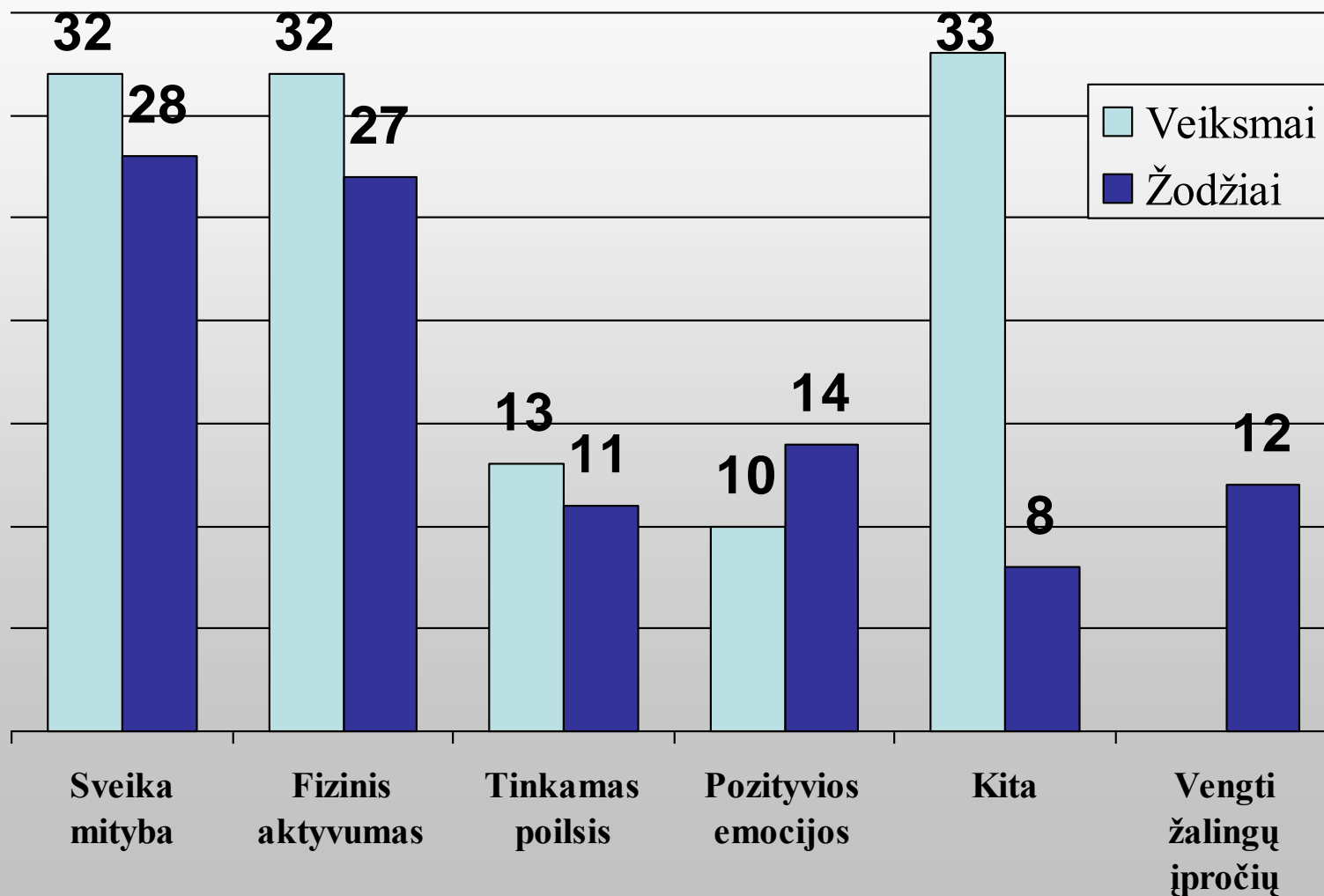
Gyvenime svarbiausia:



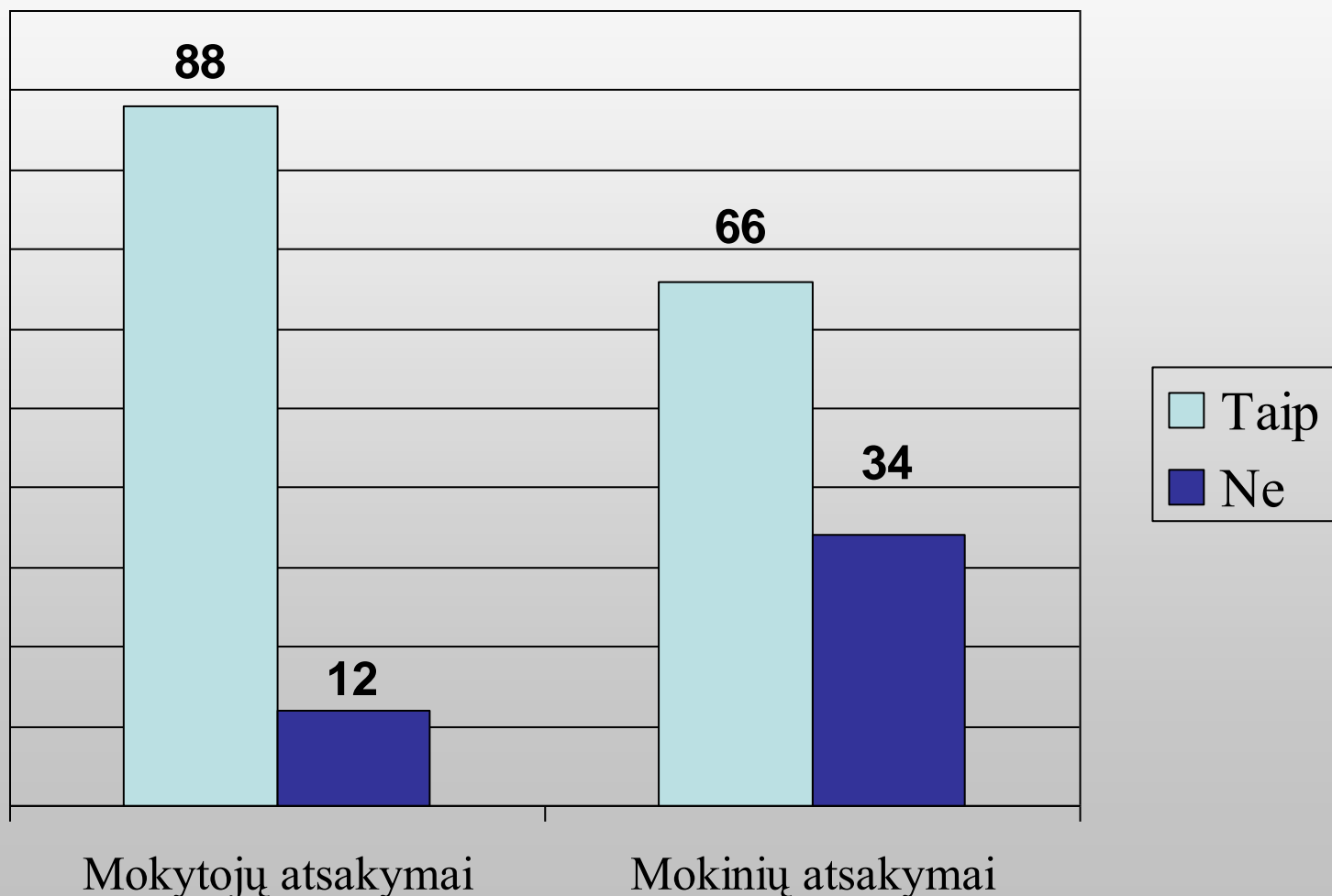
Stiprinantys sveikatą veiksmai



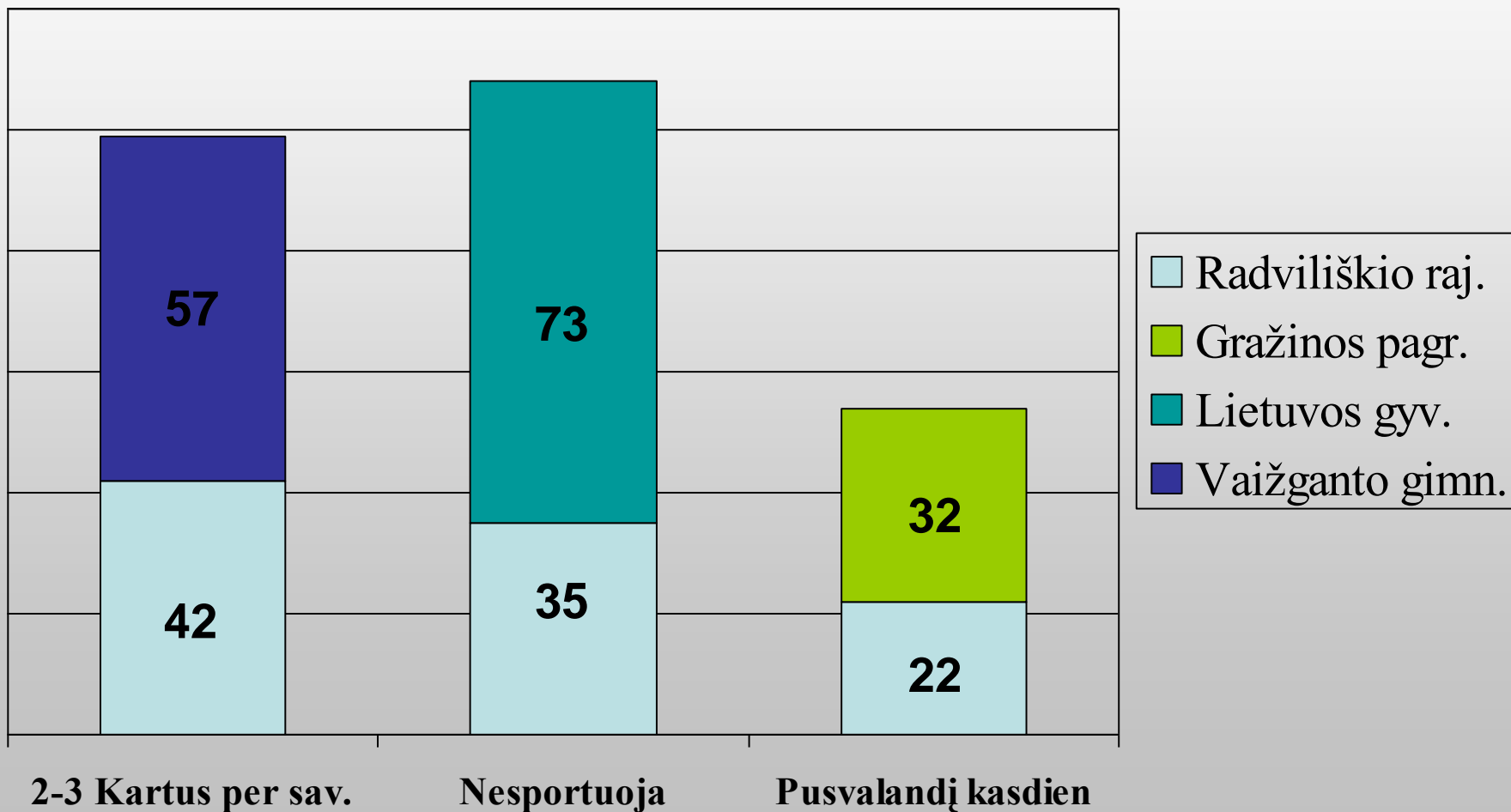
Veiksmai - Žodžiai (proc.)



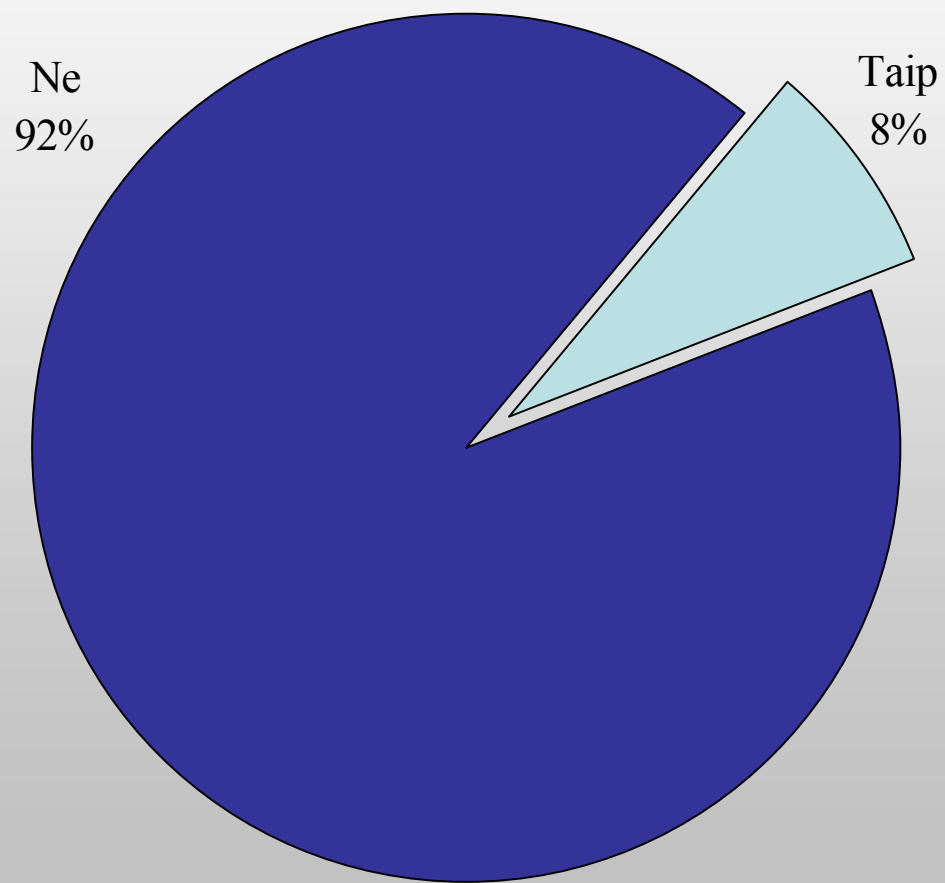
Ar mokytojas turi būti sveiko gyvenimo būdo pavyzdys (proc.)?



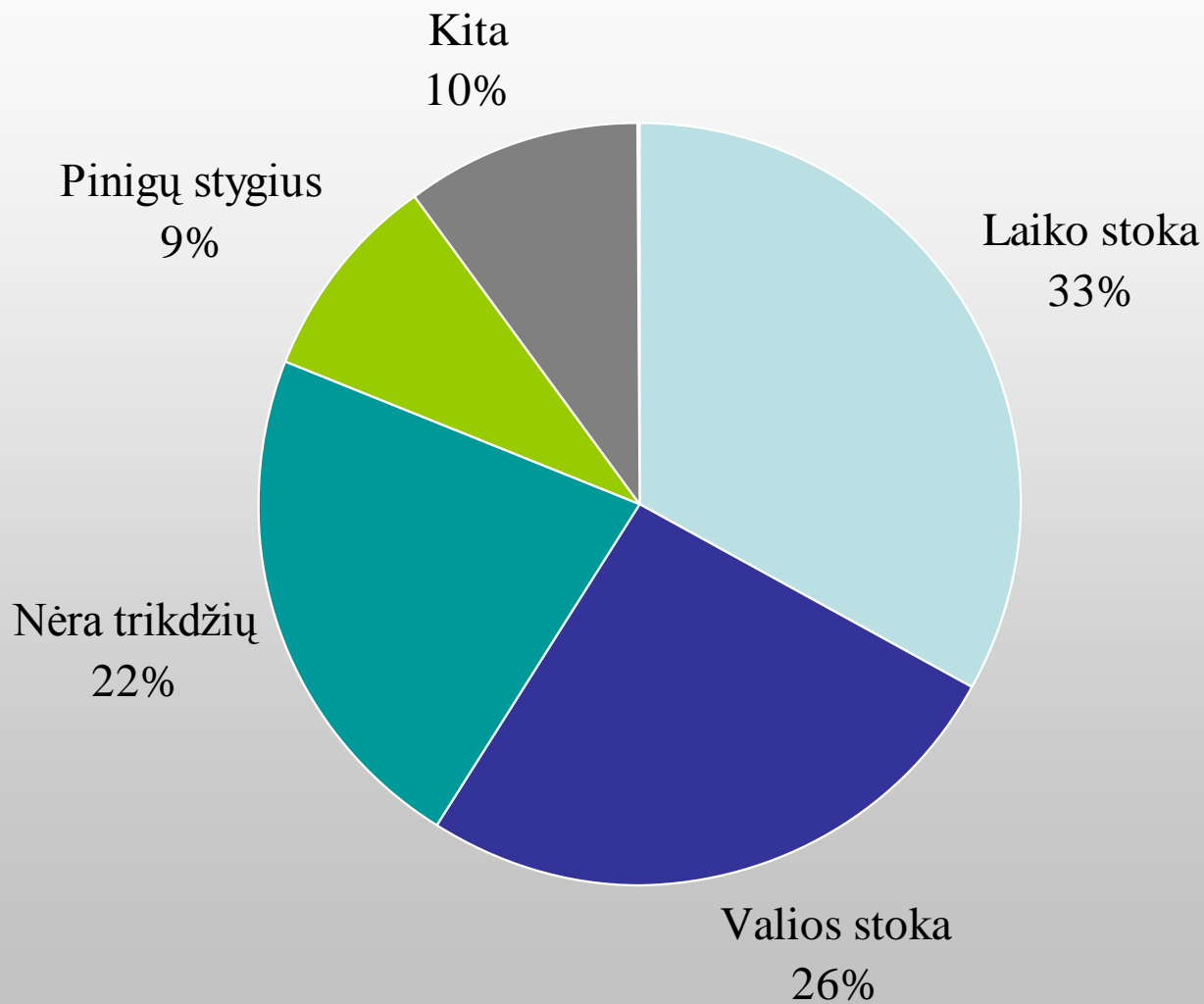
Sportuoja



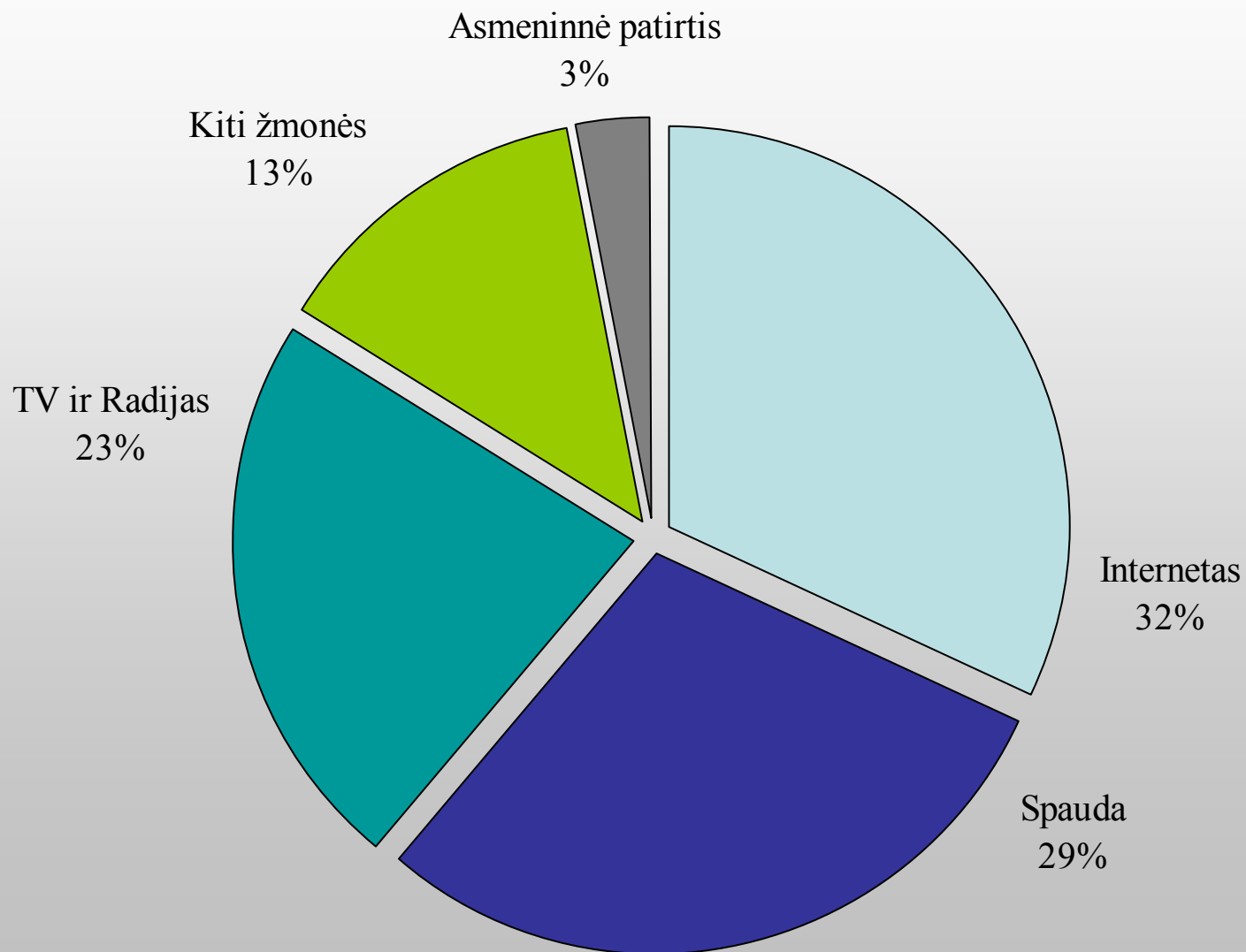
Rūkote?



Sveiko gyvenimo trikdžiai



Informacijos šaltiniai



Apibendrinkim (1)

1. Sveikata - **svarbiausia**;
2. Sveikatos stiprinimą **suprantame kaip**
 - sveiką mitybą,
 - fizinį aktyvumą,
 - tinkamą poilsį
 - pozityvų mąstymą;
3. 88 proc. mokytojų **sutinka**, kad reikėtų būti sveiko gyvenimo būdo pavyzdžiu, tačiau tik 48 proc. tokiais išsivardija.

Apibendrinkim (2)

4. 65 proc. mokytojų **sportuoja !!!**

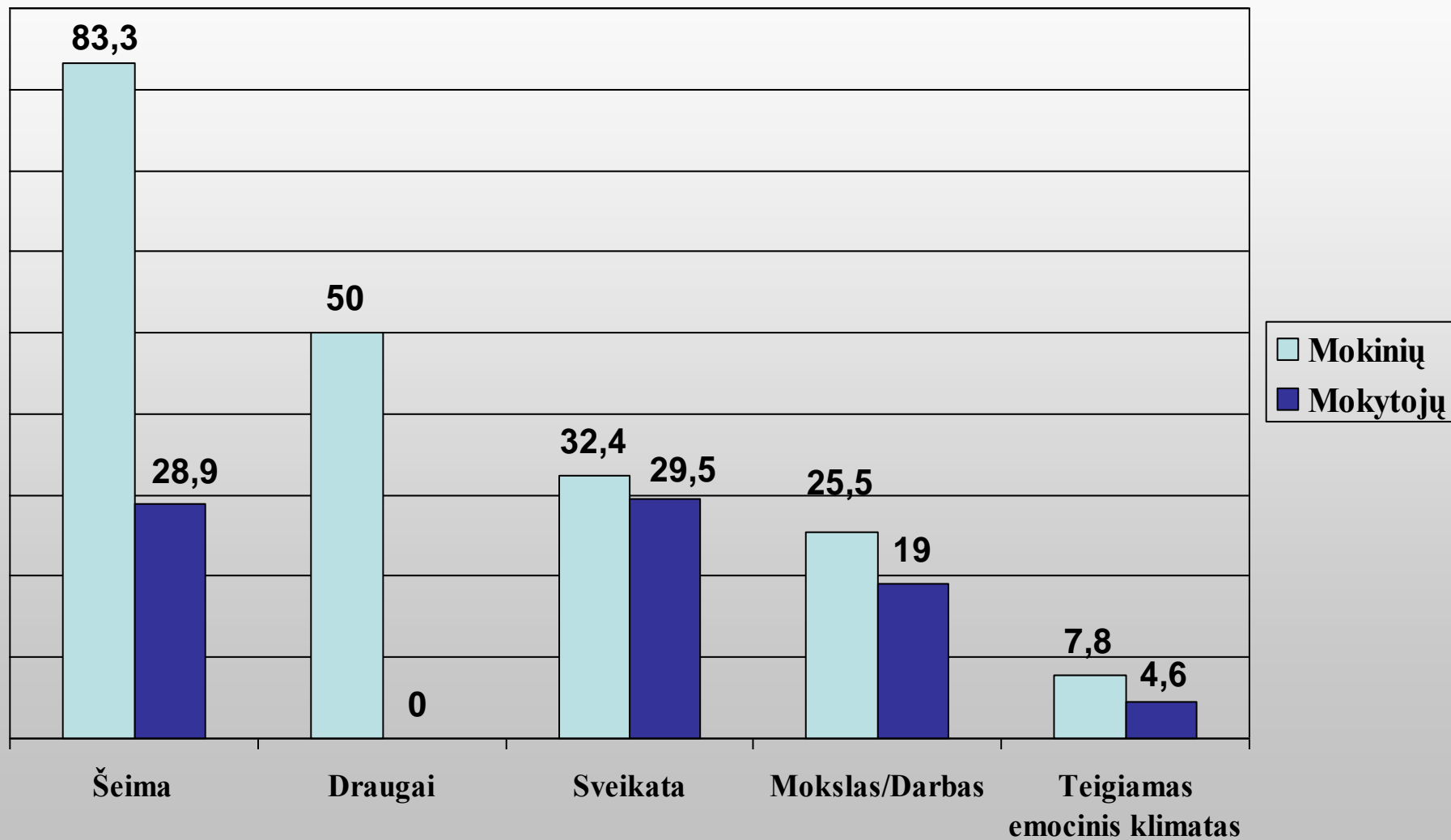
5. **Tik 8 proc.** rūkančių pedagogų;

6. Sveikai gyventi trukdo **laiko ir valios stoka** (60 proc.) !!!

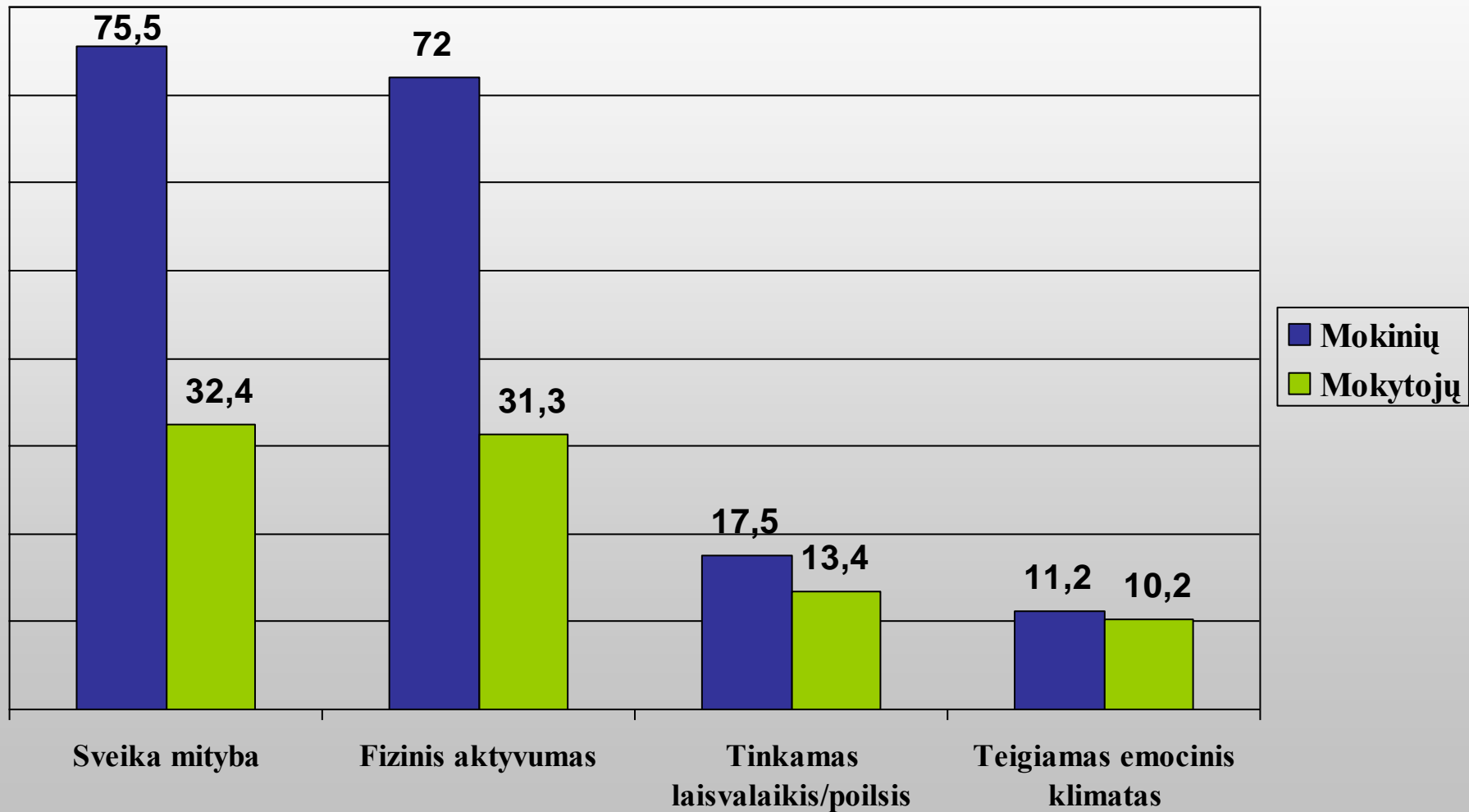
7. Apie sveiką gyvenimą **mus informuoja** internetas (32 proc.), spauda (29 proc.), TV ir radijas (23 proc.).

Atlikta Lizdeikos gimnazijos
1 – 4 klasių mokinių apklausa
(15 – 19 metų)

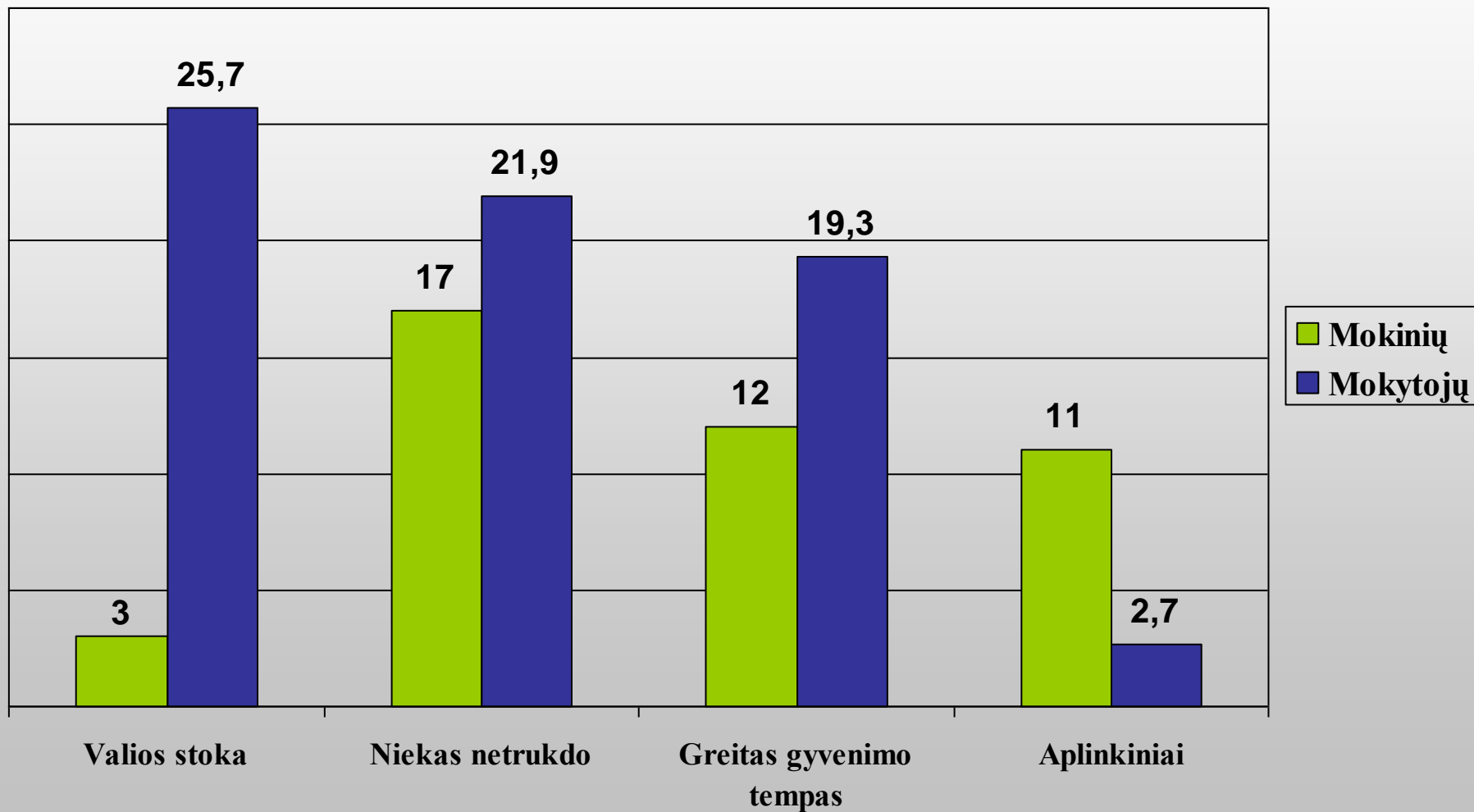
Gyvenime svarbiausia



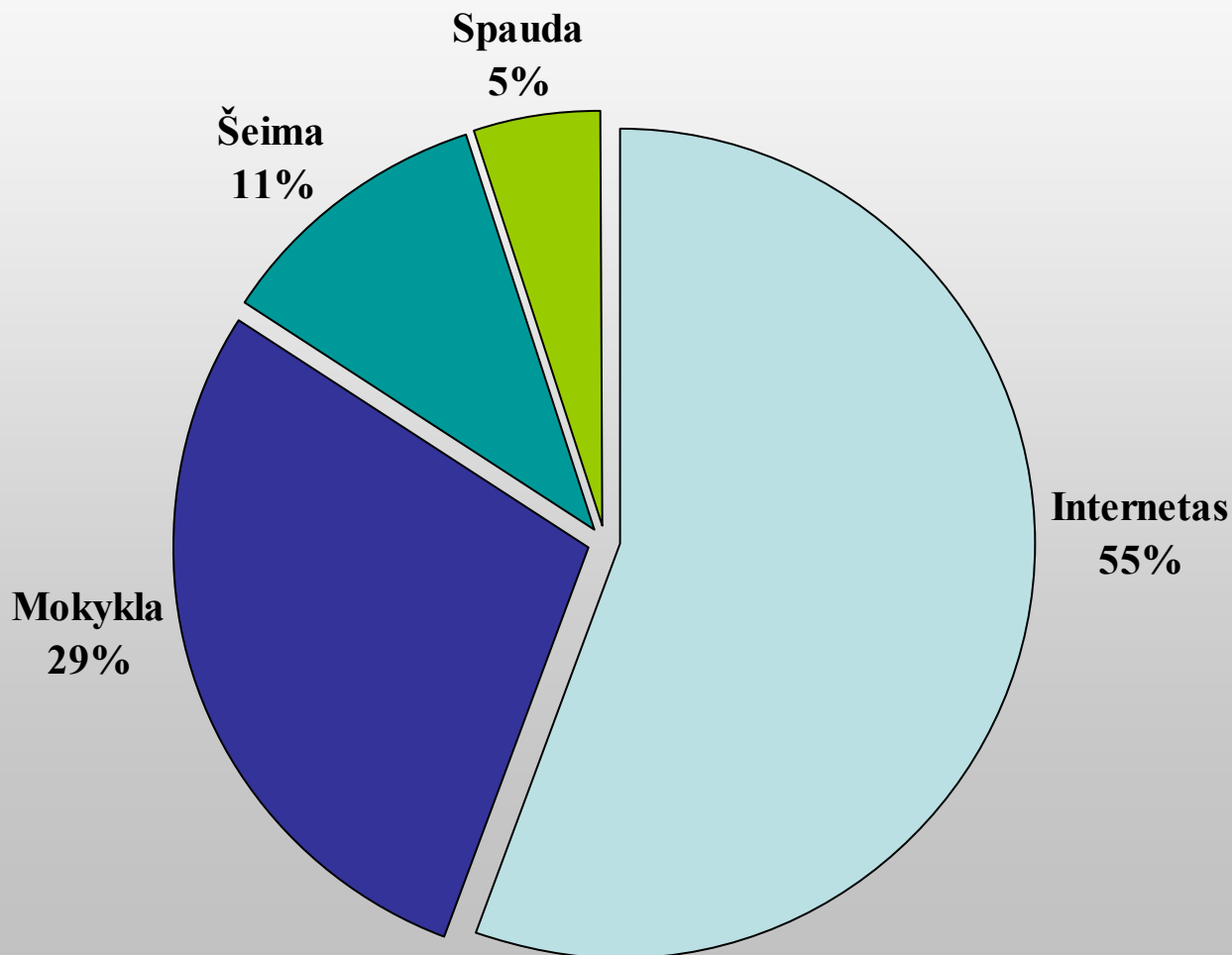
Stiprinantys sveikatą veiksmai



Įvardinkite, kas Jums trukdo gyventi sveikai:



Informacijos šaltiniai apie sveiką gyvenseną



Išvados:

1. „Tavo darbai **kalba garsiau** už tavo žodžius”
(Abrahamas Linkolnas).
2. **Būtina** informacijos apie sveiką gyvenimo būdą
higiена.
3. Iki susitikimo **2015 m. sausio 2 d.**