



AKMENĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Gyventojų, dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės
visuomenės sveikatos biuro organizuojamuose
sportiniuose užsiėmimuose, apklausa

„SPORTINIS AKTYVUMAS“

Parengė: Akmenės rajono savivaldybės visuomenės
sveikatos biuro specialistai

Naujoji Akmenė,

2019

IVADAS

Visose valstybėse susirūpinimą kelia žmonių sveikata, jų sergamumo tam tikromis ligomis didėjimas, kurį dažniausiai lemia modernėjantis šiuolaikinis gyvenimas, kupinas skubos ir stresų bei pasyvus gyvenimo būdas.

Fizinės būklės, sveikatos blogėjimo tendencijos pastebimos visame pasaulyje. Dabartinio laikotarpio aktualija – šviesti gyventojus ir ugdyti kūno kultūros, sveikos gyvensenos teorinius ir praktinius įgūdžius. Tai glaudžiai susiję tarpusavyje – nuosekli, reguliari ir adekvačiai valdoma mankšta didina fizinių ypatybių ir psichinių savybių raiškos lygį.

Akmenės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (Akmenės rajono savivaldybės VSB) – visuomenės sveikatos priežiūros įstaiga, vykdanči Akmenės savivaldybės teritorijoje Lietuvos Respublikos įstatymais ir teisės aktais reglamentuotą visuomenės sveikatos priežiūrą. Pagrindinis biuro veiklos tikslas – rūpintis gyventojų sveikata ir vykdyti teisės aktais reglamentuojamą visuomenės sveikatos stiprinimo priežiūrą, taikant koordinacines, informacines ir kitas profilaktikos priemones, informuoti, ir mokyti gyventojus apie rizikos veiksnius, ir pagal galimybes mažinti rizikos veiksnių paplitimą, sergamumą, propaguoti sveikos gyvensenos įgūdžius bendruomenės narių tarpe, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas.

Akmenės rajono savivaldybės VSB specialistai 2019 metų vasario mėnesį organizavo apklausą asmenims, kurie dalyvavo šį mėnesį Akmenės rajono savivaldybės VSB organizuojamuose sportinio aktyvumo renginiuose.

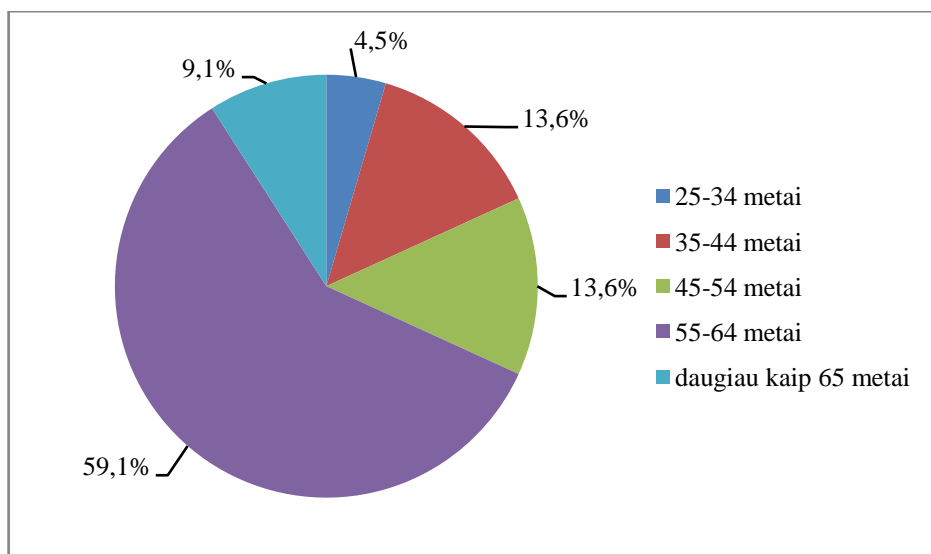
Šio tyrimo tikslas – išsiaiškinti Akmenės rajono savivaldybės gyventojų sportinį aktyvumą.

Paruoštą anketą sudarė 18 uždarų ir atvirų klausimų. Respondentai turėjo atsakyti į klausimus pasirenkant jiems tinkamą atsakymo variantą. Pasirinktas išdalijamasis anketavimo būdas, anketa užpildyta vietoje ir grąžinama iš karto.

2019 m. vasario mėnesį Akmenės rajono savivaldybės VSB organizuojamuose sportinio aktyvumo renginiuose apsilankė 22 asmenys.

1. APKLAUSOS REZULTATAI

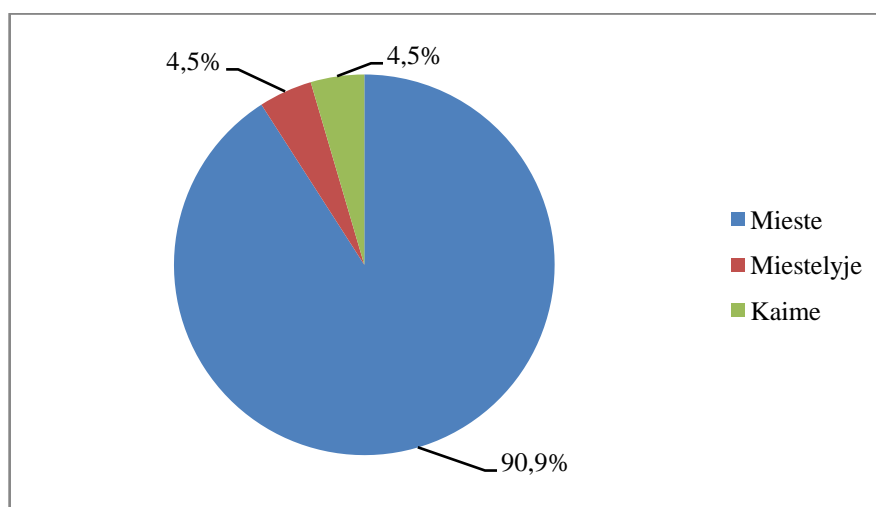
Bendras tyrime dalyvavusių respondentų skaičius yra 22 asmenys, jų lytis moteriška. Tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų pasiskirstymas pagal amžių pateikiamas 1 paveiksle.



1 pav. Respondentų amžius, procentais

1 paveiksle matome, kad daugiausiai apklausoje dalyvavo Akmenės rajono savivaldybės gyventojų nuo 55 iki 64 metų ir tai sudaro 59,1 proc., iš viso nedalyvavo jaunesni kaip 24 metų amžiaus gyventojai.

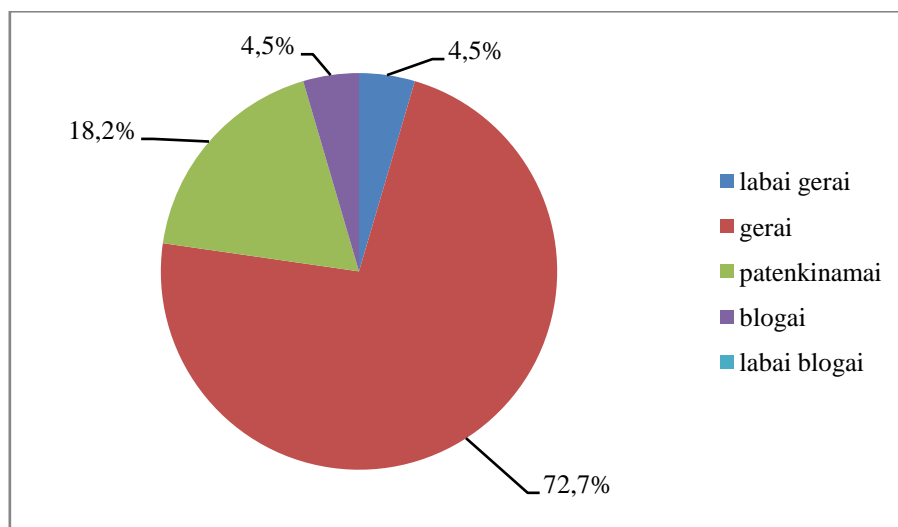
Apklausoje dalyvavo 90,9 proc. Akmenės rajono savivaldybės miestų gyventojų. 4,5 proc. respondentų dalyvavo gyvenančių miesteliuose, tiek pat gyvenančių kaimuose (24 proc.) (2 pav.).



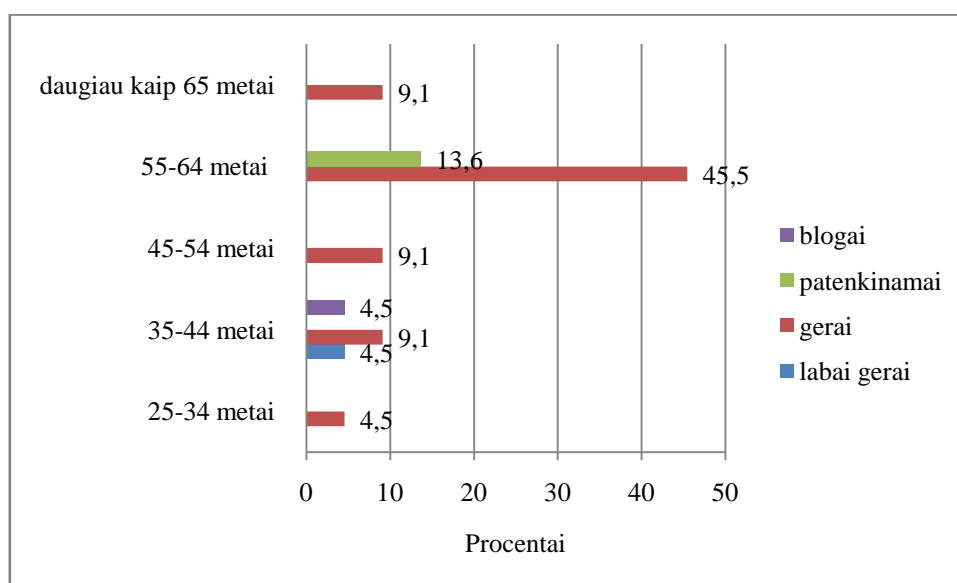
2 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal gyvenamąją vietą, procentais

Tyrimo metu pirmiausia respondentų buvo paprašyta įvertinti savo sveikatą. Paanalizavus gautus duomenis stebima, kad net 77,2 procentai tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų savo sveikatą vertina labai gerai ir gerai. Blogai vertina 4,5 proc. apklaustųjų, o labai blogai įvertinusių asmenų nėra.

Paanalizavus respondentus pagal amžių kaip jie vertina savo sveikatą, galima teigti, kad labai gerai savo sveikatą vertina 35-44 metų amžiaus respondentai. 55-64 m. amžiaus 45,5 proc. atsakė, kad jų sveikata yra gera. 4,5 proc. 35-44 metų amžiaus Akmenės rajono savivaldybės gyventojai savo sveikatą vertina blogai. Dalyvavusių tyrime Akmenės rajono savivaldybės gyventojų savo sveikatos vertinimas ir jų pasiskirstymas pagal amžiaus grupes vertinant savo sveikatą pateikiamas 3 ir 4 paveiksluose.

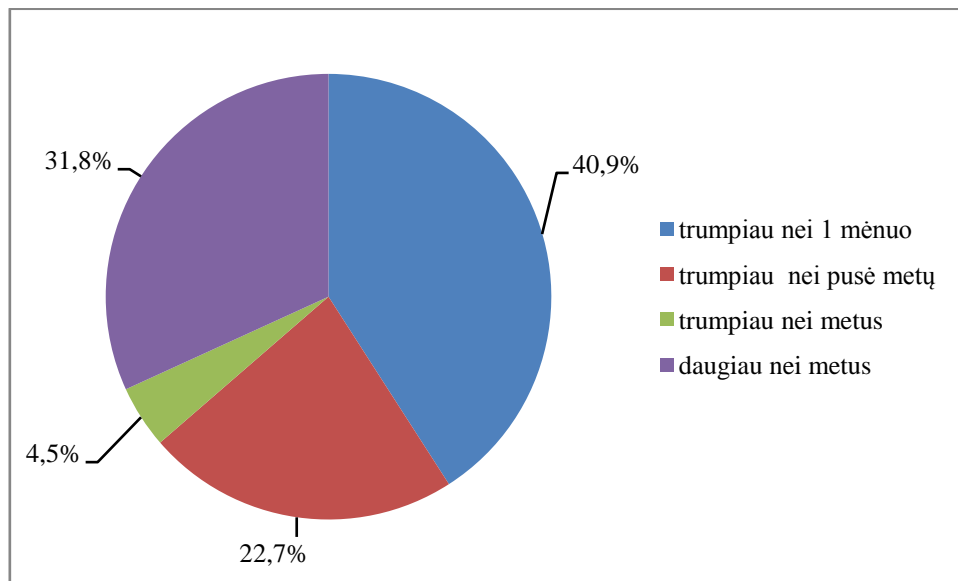


3 pav. Savo sveikatos vertinimas, procentais



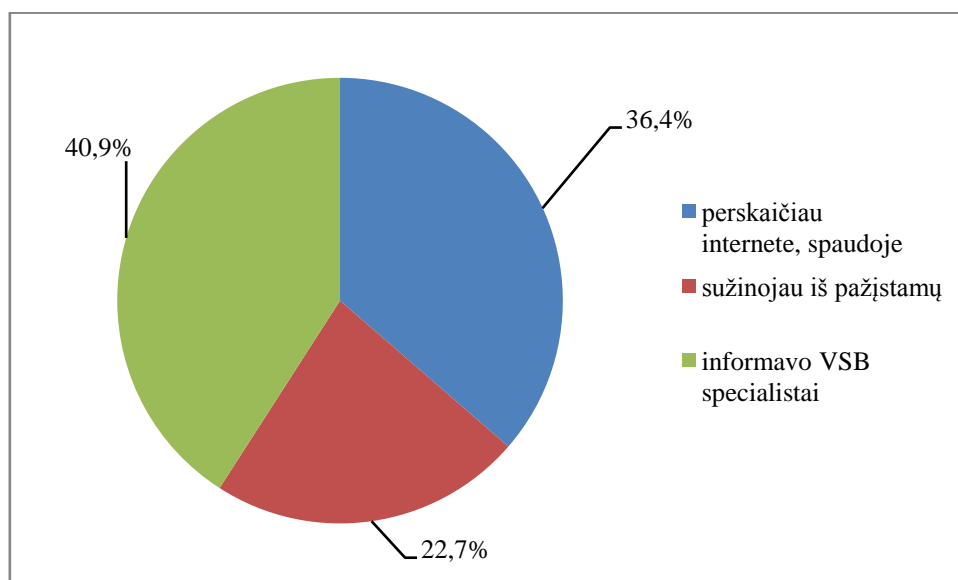
4 pav. Savo sveikatos vertinimas pagal amžių, procentais

Respondentų buvo klausiama, kiek ilgai jie jau lankosi Akmenės rajono savivaldybės VSB organizuojamose mankštose. 40,9 proc. mankštas lanko trumpiau nei mėnesį, o 31,8 proc. – daugiau nei metus (5 pav.).



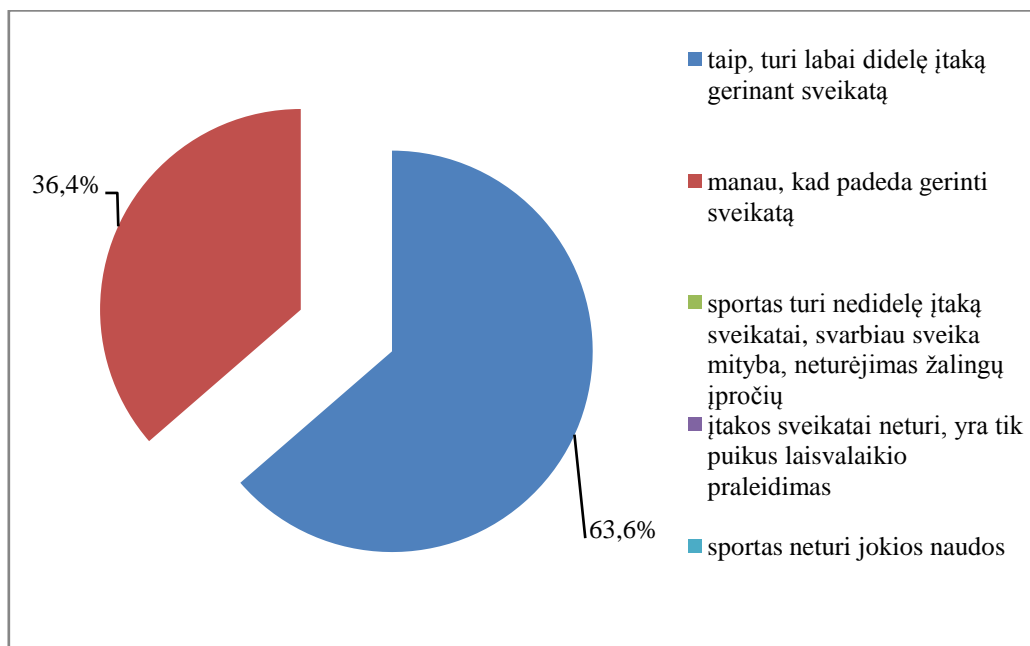
5 pav. Gyventojų lankomų Akmenės rajono savivaldybės VSB mankštų trukmė, procentais

Respondentų klausiama, iš kur jie žino apie Akmenės rajono savivaldybės VSB organizuojamus sportinio aktyvumo renginius. 40,9 proc. teigė, kad juos informavo Akmenės rajono savivaldybės VSB specialistai (6 pav.). Taip pat viena respondentė pakomentavo, kad šitą informaciją sužinojo mieste, iš skelbimų lentose kabančių skelbimų.



6 pav. Respondentų informacijos šaltiniai apie Akmenės rajono savivaldybės VSB organizuojamus sportinio aktyvumo renginius, procentais

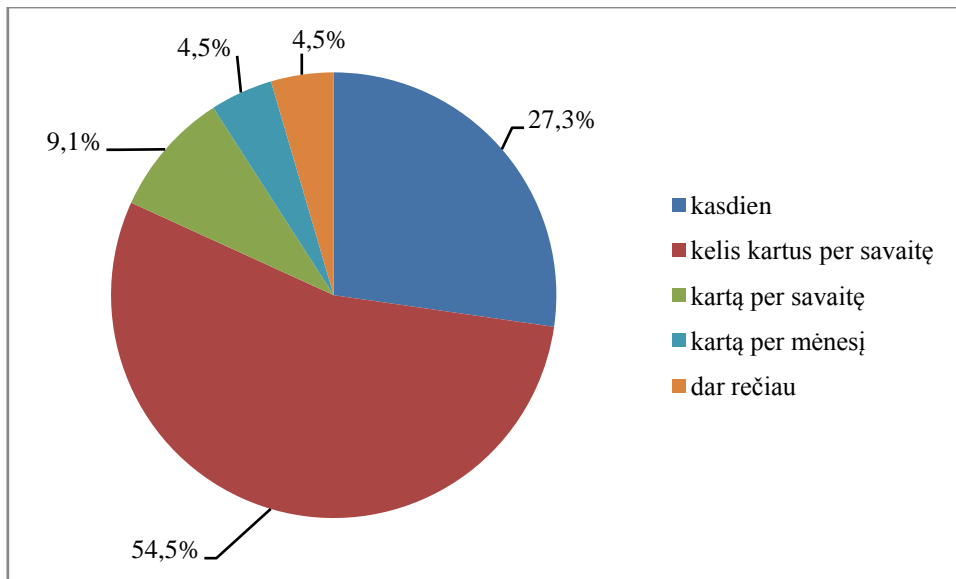
Tyrimo metu sportuojančių respondentų buvo klausta „Ar sportas daro įtaką sveikatai?“. Net 63,6 proc. respondentų atsakė, kad sportas turi labai didelę įtaką gerinant sveikatą. 36,4 proc. mano, kad fizinis aktyvumas padeda gerinti sveikatą. Nei vienas respondentas nepasirinko, jog sportas turi nedidelę įtaką sveikatai, svarbiau sveika mityba, neturėjimas žalingų įpročių; įtakos sveikatai neturi, yra tik puikus laisvalaikio praleidimas; sportas neturi jokios naudos. Šie tyrimo duomenys pateikiami 7 paveiksle.



7 pav. Respondentų nuomonė apie sporto įtaką sveikatai, procentais

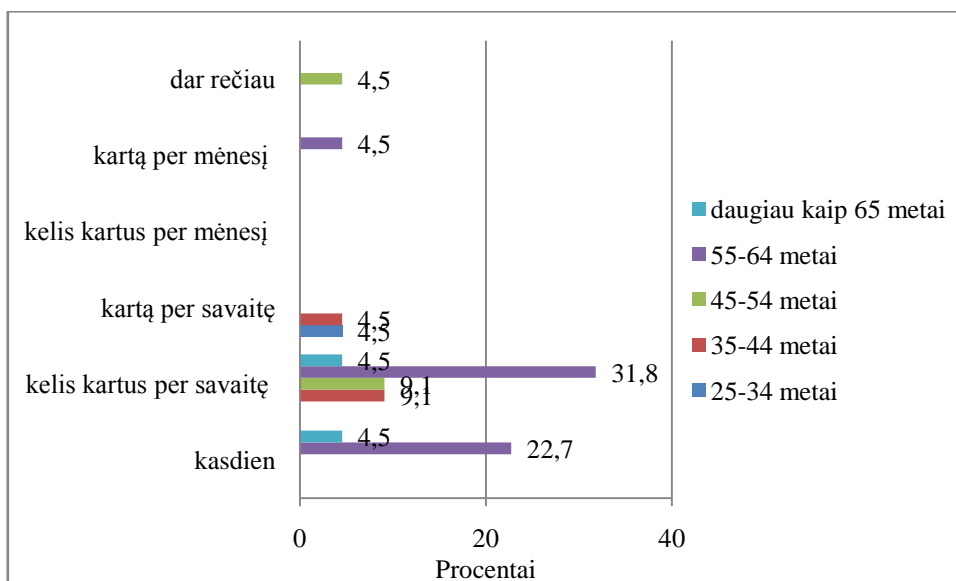
Toliau tyrimo metu norėta sužinoti, kaip dažnai apklausiami Akmenės rajono savivaldybės gyventojai sportuoja, kiek laiko skiria sportui, kada labiausiai mėgsta sportuoti ir kokių metų laiku jie yra fiziškai aktyviausi.

8 paveiksle matome, kad didžiausias procentas (54,5 proc.) respondentų sportuoja kelis kartus per savaitę, 4,5 proc. respondentų sportuoja kartą per mėnesį ar dar rečiau.



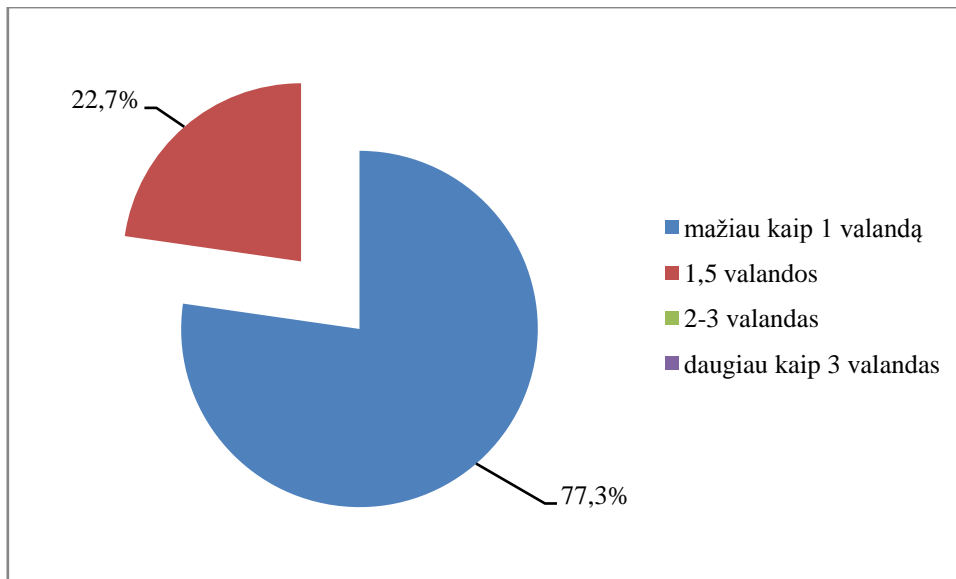
8 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal sportavimo dažnumą, procentais

Paanalizavus šiuos duomenis pagal amžiaus grupes (9 pav.) matome, kad didžiausia dalis kasdien sportuojančių yra 55-64 m. (22,7 proc.), kelis kartus per savaitę taip pat 55-64 m. (31,8 proc.), o kartą per savaitę – 25-34 m. ir 35-44 m. amžiaus esantys respondentai (4,5 proc.).



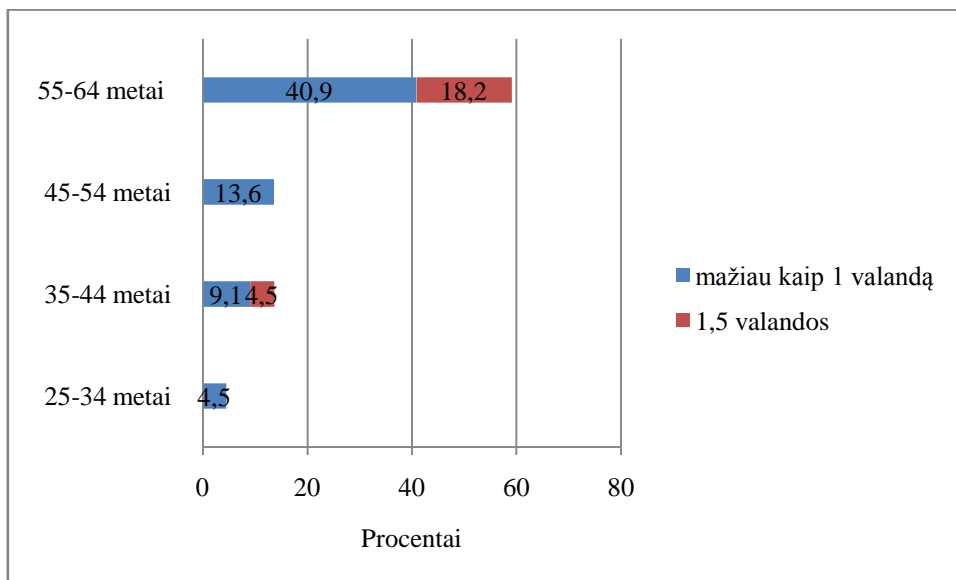
9 pav. Sportinio aktyvumo dažnumas pagal respondentų amžiaus grupes, procentais

10 paveiksle pateikti duomenys parodo, kad didžiausia dalis tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų sportuoja mažiau kaip valandą ir tai sudaro 77,3 proc. respondentų. 1,5 val sportui skiria 22,7 proc. apklaustųjų. Ilgesnio laiko tarpo sportui neskiria nei vienas respondentas.



10 pav. Respondentų skiriamas laikas sportui, procentais

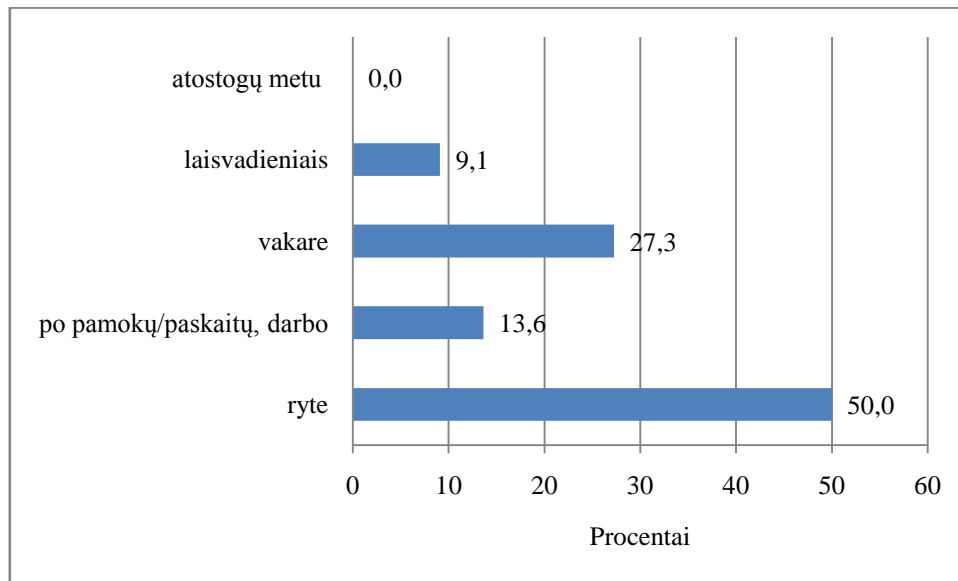
Analizuojant tyrimo duomenis šiuo klausimu pagal amžiaus grupes (11 pav.) galima pastebėti, kad kasdien ar net kelis kartus per savaitę nors ir sportuoja nemaža dalis įvairaus amžiaus respondentų, bet tam laiko yra skiriama nedaug. Mažiausiai laiko sportavimui (mažiau kaip 1 val.) skiria 25-34 m. amžiaus respondentai, o ilgiausiai sportuoja 55-64 m. amžiaus respondentai (40,9 proc.).



11 pav. Respondentų skiriamas laikas sportui pagal amžiaus grupes, procentais

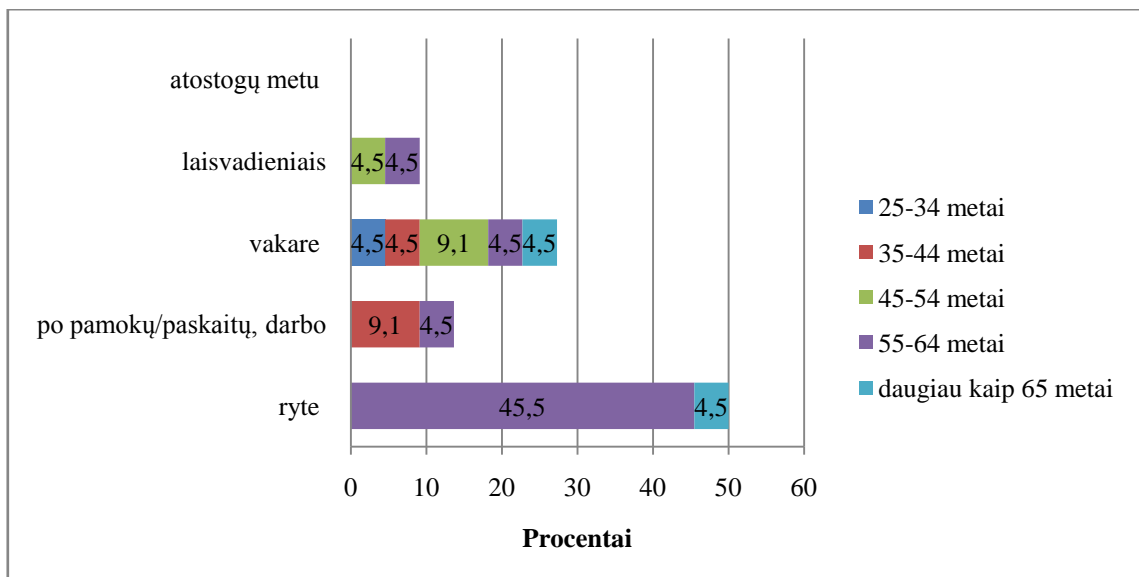
Apklaustieji Akmenės rajono savivaldybės gyventojai dažniausiai mėgsta sportuoti ryte, taip nurodė 50 proc. respondentų. 27,3 proc. mėgsta sportuoti vakare, po

pamokų/paskaitų, darbo (13,6 proc.) ar laisvadieniais (9,1 proc.). Duomenys, kada labiausiai mėgstama sportuoti, pateikiami 12 paveiksle.



12 pav. Labiausiai respondentų mėgstamas sportuoti laikas, procentais

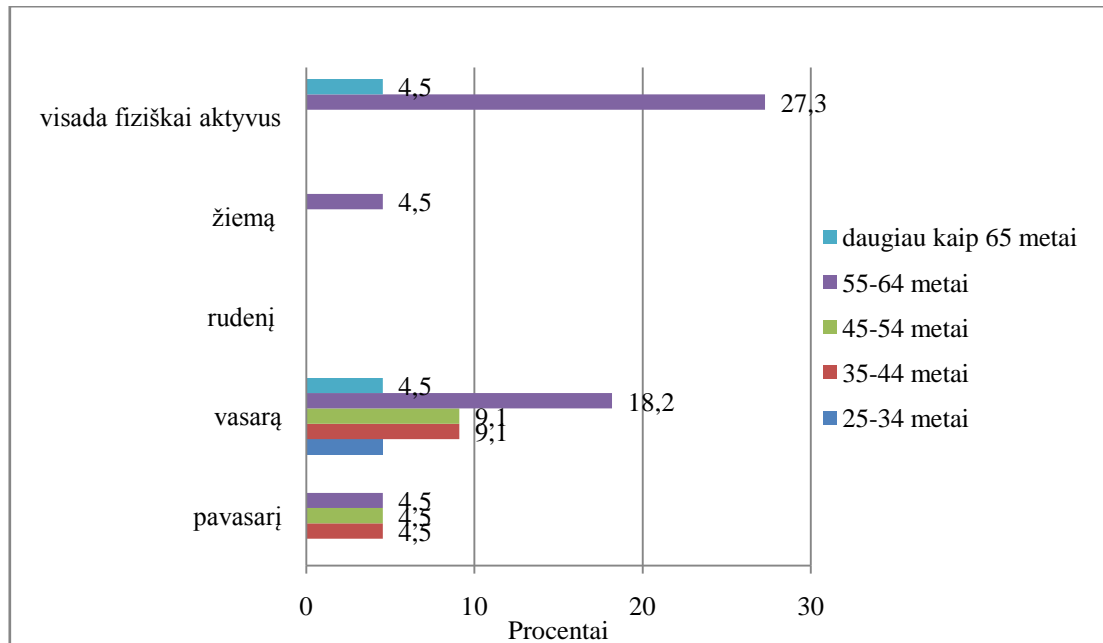
55-64 metų respondentai nurodė, kad jiems tinkamiausias laikas sportavimui yra ryte (45,5 proc.), o 35-44 metų dažniausiai sportavimui laiką renkasi po pamokų/paskaitų, darbo ir tai sudaro 9,1 procentą respondentų (13 pav.).



13 pav. Labiausiai respondentų mėgstamas laikas sportui pagal amžiaus grupes, procentais

Didžioji dalis tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų fiziškai aktyviausi yra vasarą (45,5 proc.), o visiškai neaktyvūs respondentai nurodė esantys rudenį. 31,8 proc. respondentų nurodė, kad visais metų laikais yra fiziškai aktyvūs.

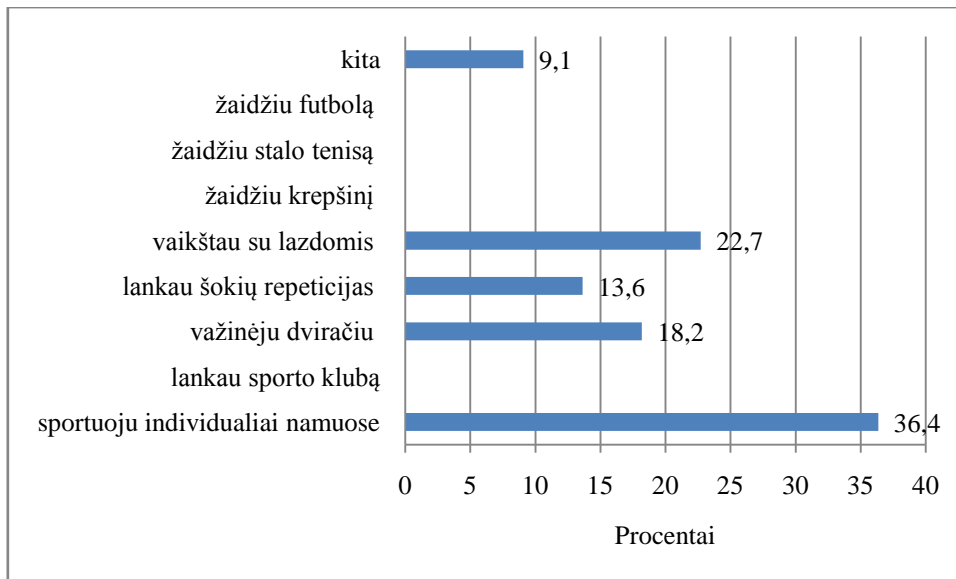
14 paveiksle pateikiami respondentų atskirų amžiaus grupių fizinio aktyvumo duomenys. Pagal juos galima teigti, kad pavasarį vienodai aktyvūs įvairaus amžiaus respondentai (4,5 proc.), vasarą aktyviausi yra 55-64 m. amžiaus respondentai (18,2 proc.), žiemą aktyvūs yra tik 55-64 m. (4,8 proc.) amžiaus respondentai. 27,3 procentų 55-64 m. amžiaus respondentų nurodė, kad fiziškai aktyvūs yra visais metų laikais.



14 pav. Respondentų amžiaus grupių fizinis aktyvumas pagal metų laikus, procentais

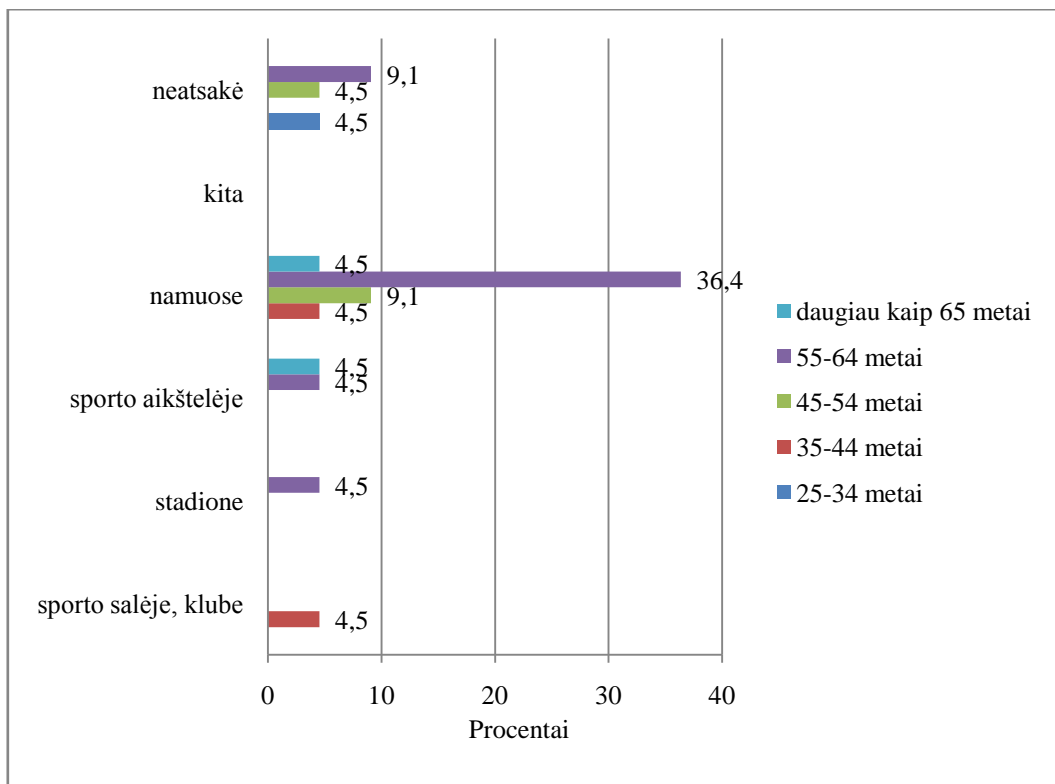
Tyrimo metu buvo aktualu išsiaiškinti ne tik kaip ir kada sportuoja Akmenės rajono savivaldybės gyventojai, bet ir kokių sportu užsiima ir kur dažniausiai sportuoja (be Akmenės VSB organizuojamų mankštų).

15 paveiksle pateikti duomenys rodo, kad didžiausias procentas tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų sportuoja individualiai namuose (36,4 proc.). Nemaža dalis (22,7 proc.) vaikšto su lazdomis, 18,2 proc. važinėja dviračiu, o 13,6 proc. lanko šokių repeticijas. 9,1 proc. respondentų kaip kita įvardino: daro mankštas, lanko jogos užsiėmimus bei savarankiškai sportuoja pagal internete rastas rekomendacijas.



15 pav. Respondentų pasirinktos sporto rūšys, procentais

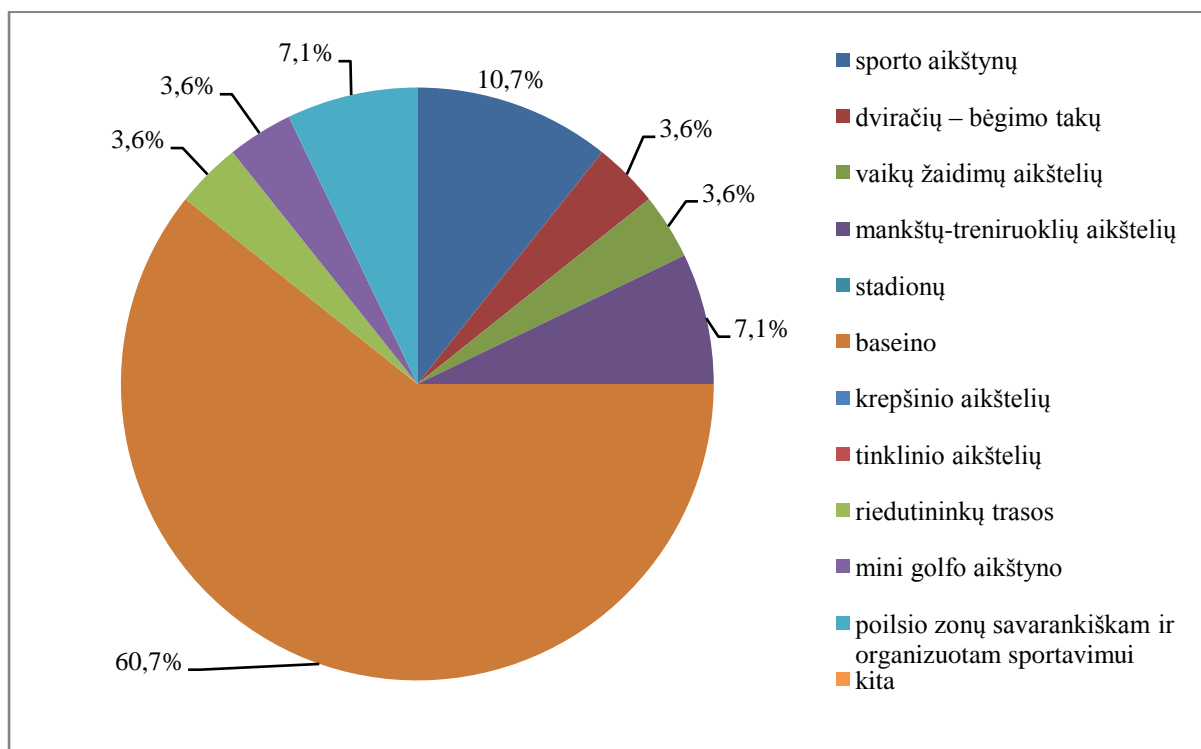
Sekančiu klausimu apklausus respondentus, kur jie dažniausiai sportuoja, paaiškėjo, kad 36,4 proc. 55-64 m. amžiaus respondentų sportuoja namuose, dalis jų sportuoja ir stadione ir sporto aikštelėje (4,5 proc.). Kitų amžiaus grupių asmenys atsakė, jog renkasi sportuoti sporto salėje, klube, stadione, sporto aikštelėje bei namuose (4,5 proc.) (16 pav.). Nemaža dalis respondentų savarankiškai nurodė, jog sportuoja gamtoje.



16 pav. Vietos, kur dažniausiai respondentai sportuoja, pagal amžiaus grupes, procentais

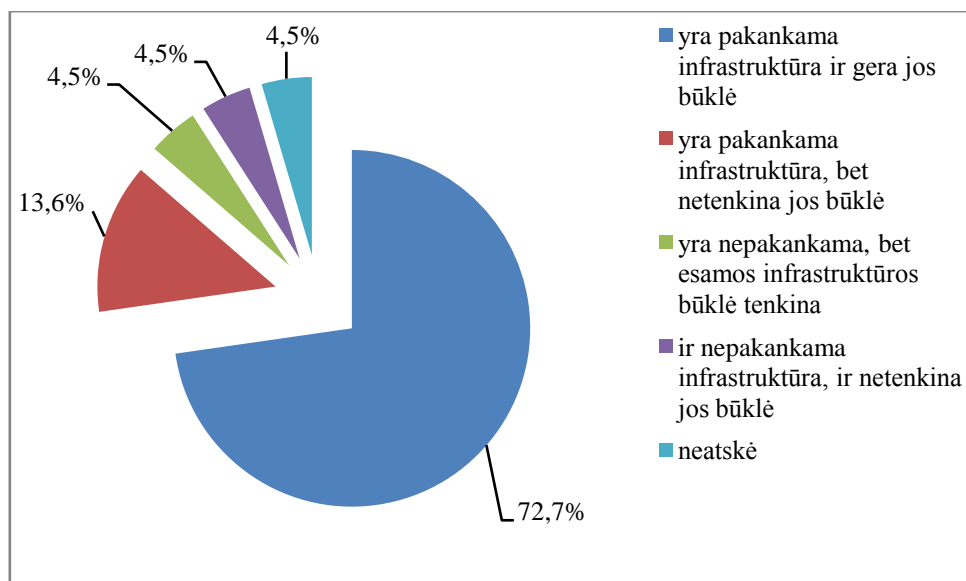
Kitu klausimų bloku tyrimo metu norėta sužinoti, kokios, respondentų nuomone, infrastruktūros, skatinančios gyventojų sportinį aktyvumą, trūksta Akmenės rajono savivaldybėje, o taip pat, kokia jų nuomonė apie Akmenės sporto infrastruktūrą. Šiais klausimais gauti duomenys pateikiami 17 ir 18 paveiksluose.

Tyrimo dalyvavę Akmenės rajono savivaldybės gyventojai nurodė, kad labiausiai trūksta šios gyventojų sportinį aktyvumą skatinančios infrastruktūros (17 pav.): baseino (60,7 proc.), sporto aikštynų (10,7 proc.), mankštų – treniruoklių aikštelių (7,1 proc.), poilsio zonų savarankiškam ir organizuotam sportavimui (7,1 proc.).



17 pav. Respondentų nuomonė apie trūkstamą infrastruktūrą, kuri skatina gyventojų sportinį aktyvumą, procentais

Išanalizavus gautus duomenis apie Akmenės sporto infrastruktūrą paaiškėjo (18 pav.), kad 72,7 proc. tyrimo dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų Akmenės sporto infrastruktūrą vertina kaip pakankamą ir jos būklė yra gera, 13,6 proc. teigia, kad yra pakankama infrastruktūra, bet netenkina jos būklė, 4,5 proc. – ir nepakankama infrastruktūra, ir netenkina jos būklė bei yra nepakankama, bet esamos infrastruktūros būklė tenkina.



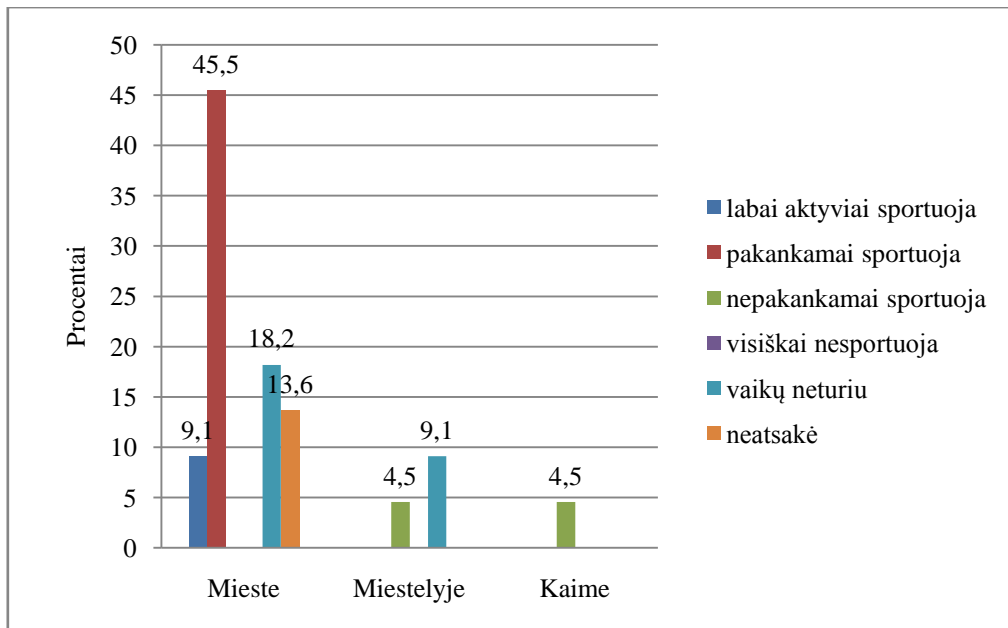
18 pav. Respondentų nuomonė apie Akmenės sporto infrastruktūrą, procentais

Tyrimo metu taip pat norėta išsiaiškinti, ar tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų vaikai sportuoja ir kokias treniruotes jie lanko. Gauti tyrimo duomenys pateikiami 19 ir 20 paveiksluose.

9,1 proc. tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų mano, jog jų vaikai labai aktyviai sportuoja, 45,5 proc. mano – jog pakankamai. 9,1 proc. respondentų nurodė, kad jų vaikai sportuoja nepakankamai. 13,6 proc. tyrime dalyvavusių respondentų nurodė, kad vaikų neturi.

Pagal 19 paveiksle pateikiamus respondentų vaikų fizinio aktyvumo pagal gyvenamą vietą duomenis galima teigti, kad miesto vaikų fizinis aktyvumas yra didesnis: taip mano 45,5 proc. respondentų. Tiek miestelyje, tiek kaime gyvenančių vaikų fizinis aktyvumas yra panašus, tėvai mano (4,5 proc.), kad jų vaikai nepakankamai sportuoja.

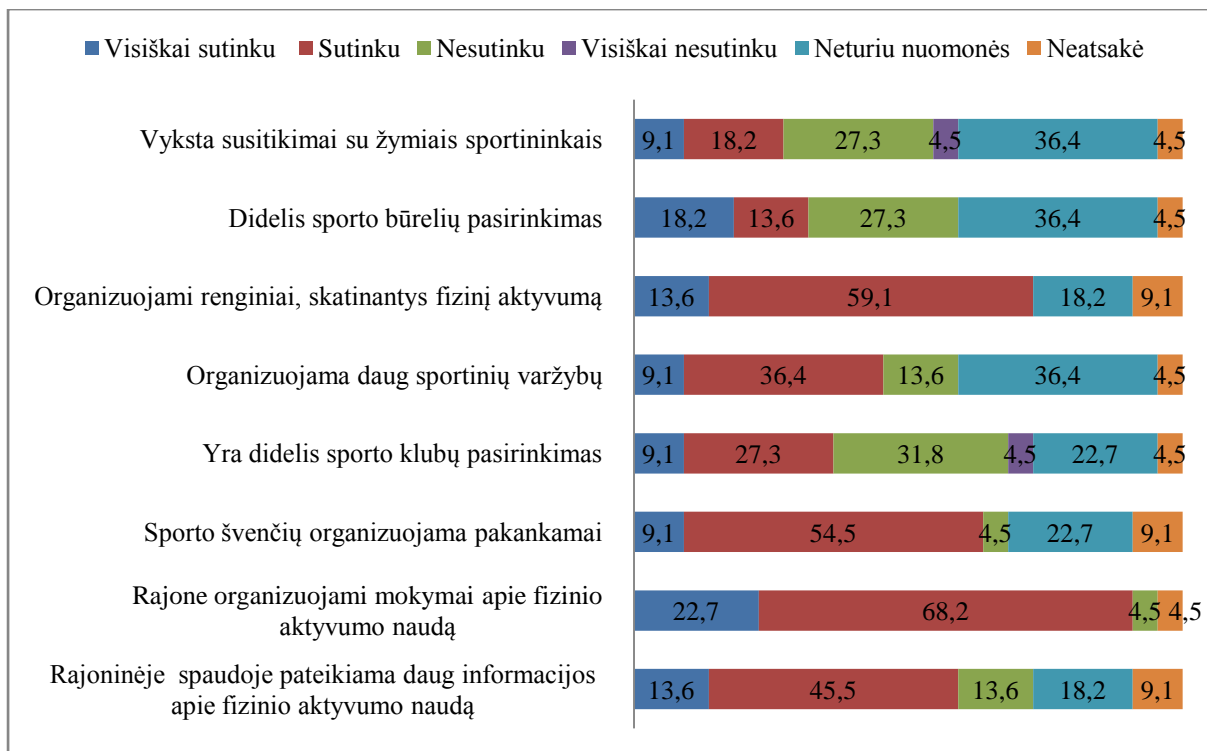
Paprašius respondentų nurodyti, kokias treniruotes jų vaikai lanko, atsakymai gauti labai įvairūs. Respondentai teigia, kad jų vaikai žaidžia futbolą, krepšinį, tenisą, lanko jogą, baseiną, zumbą. lanko sporto klubus, vaikšto su lazdomis, kopia į kalnus, bėga krosą.



19 pav. Respondentų vaikų fizinis aktyvumas pagal gyvenamą vietą, procentais

Paskutiniame anketos klausime, tyrime dalyvavusiems Akmenės rajono savivaldybės gyventojams buvo pateikti 8 teiginiai, kurie charakterizuoja neformalų sporto švietimą. Respondentų prašyta ties kiekvienu teiginiu išreikšti savo nuomonę atsakymais nuo visiškai sutinku iki visiškai nesutinku. Taip pat respondentams sudaryta galimybė pažymėti atsakymą, jei jie tos nuomonė atitinkamu teiginiu neturi.

Išanalizavus gautus tyrimo duomenis (20 pav.) galima teigti, kad respondentai mano, jog rajoninėje spaudoje pateikiama daug informacijos apie fizinio aktyvumo naudą (13,6 proc.), rajone organizuojami mokymai apie fizinio aktyvumo naudą (22,7 proc.), sporto švenčių organizuojama pakankamai (9,1 proc.), yra didelis sporto klubų pasirinkimas (9,1 proc.), organizuojama daug sportinių varžybų (9,1 proc.), organizuojami renginiai, skatinantys fizinį aktyvumą (13,6 proc.), didelis sporto būrelių pasirinkimas (18,2 proc.), vyksta susitikimai su žymiais sportininkais (9,1 proc.).



20 pav. Respondentų nuomonės pasiskirstymas apie neformalų sporto švietimą, procentais

2. APIBENDRINIMAS

Akmenės rajono savivaldybės VSB organizavo apklausą asmenims, kurie dalyvavo Akmenės rajono savivaldybės VSB organizuojamuose sportinio aktyvumo renginiuose. Bendras tyrime dalyvavusių respondentų skaičius yra 22 asmenys, jų lytis moteriška, amžius nuo 25 m. iki 65 m. ir vyresni, dalyvavo miestų, miestelių ir kaimų gyventojai.

Atlikus tyrimą paaiškėjo Akmenės rajono savivaldybės gyventojų sportinio aktyvumo lygis:

- 77,2 procentai tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų savo sveikatą vertina labai gerai ir gerai. Blogai vertina 4,5 proc. apklaustųjų, o labai blogai įvertinusių asmenų nėra. Labai gerai savo sveikatą vertina 35-44 metų amžiaus respondentai. 55-64 m. amžiaus 45,5 proc. atsakė, kad jų sveikata yra gera. 4,5 proc. 35-44 metų amžiaus Akmenės rajono savivaldybės gyventojai savo sveikatą vertina blogai.

- Akmenės rajono savivaldybės VSB organizuojamose mankštose 40,9 proc. respondentų lankosi trumpiau nei mėnesį, o 31,8 proc. – daugiau nei metus.

- 40,9 proc. respondentų teigė, kad juos apie Akmenės rajono savivaldybės VSB organizuojamus renginius informavo Akmenės rajono savivaldybės VSB specialistai.

- 63,6 proc. respondentų atsakė, kad sportas turi labai didelę įtaką gerinant sveikatą. 36,4 proc. mano, kad fizinis aktyvumas padeda gerinti sveikatą. Nei vienas respondentas nepasirinko, jog sportas turi nedidelę įtaką sveikatai, svarbiau sveika mityba, neturėjimas žalingų įpročių; įtakos sveikatai neturi, yra tik puikus laisvalaikio praleidimas; sportas neturi jokios naudos.

- 54,5 proc. respondentų sportuoja kelis kartus per savaitę, 4,5 proc. respondentų sportuoja kartą per mėnesį ar dar rečiau. Didžiausia dalis kasdien sportuojančių yra 55-64 m. (22,7 proc.), kelis kartus per savaitę taip pat 55-64 m. (31,8 proc.), o kartą per savaitę – 25-34 m. ir 35-44 m. amžiaus esantys respondentai (4,5 proc.).

- Didžiausia dalis tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų sportuoja mažiau kaip valandą ir tai sudaro 77,3 proc. respondentų. 1,5 val sportui skiria 22,7 proc. apklaustųjų. Ilgesnio laiko tarpo sportui neskiria nei vienas respondentas. Mažiausiai laiko sportavimui (mažiau kaip 1 val.) skiria 25-34 m. amžiaus respondentai, o ilgiausiai sportuoja 55-64 m. amžiaus respondentai (40,9 proc.).

- Apklaustieji Akmenės rajono savivaldybės gyventojai dažniausiai mėgsta sportuoti ryte, taip nurodė 50 proc. respondentų. 27,3 proc. mėgsta sportuoti vakare, po

pamokų/paskaitų, darbo (13,6 proc.) ar laisvadieniais (9,1 proc.) respondentų. 55-64 metų respondentai nurodė, kad jiems tinkamiausias laikas sportavimui yra ryte (45,5 proc.), o 35-44 metų dažniausiai sportavimui laiką renkasi po pamokų/paskaitų, darbo ir tai sudaro 9,1 procentą respondentų.

- Didžioji dalis tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų fiziškai aktyviausi yra vasarą (45,5 proc.), o visiškai neaktyvūs respondentai nurodė esantys rudenį. 31,8 proc. respondentų nurodė, kad visais metų laikais yra fiziškai aktyvūs. Pavasarį vienodai aktyvūs įvairaus amžiaus respondentai (4,5 proc.), vasarą aktyviausi yra 55-64 m. amžiaus respondentai (18,2 proc.), žiemą aktyvūs yra tik 55-64 m. (4,8 proc.) amžiaus respondentai. 27,3 procentų 55-64 m. amžiaus respondentų nurodė, kad fiziškai aktyvūs yra visais metų laikais.

- Didžiausias procentas tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų sportuoja individualiai namuose (36,4 proc.). Nemaža dalis (22,7 proc.) vaikšto su lazdomis, 18,2 proc. važinėja dviračiu, o 13,6 proc. lanko šokių repeticijas. 9,1 proc. respondentų kaip kita įvardino: daro mankštas, lanko jogos užsiėmimus bei savarankiškai sportuoja pagal internete rastas rekomendacijas.

- Tyrime dalyvavę Akmenės rajono savivaldybės gyventojai nurodė, kad labiausiai trūksta šios gyventojų sportinį aktyvumą skatinančios infrastruktūros: baseino (60,7 proc.), sporto aikštynų (10,7 proc.), mankštų-treniruoklių aikštelių (7,1 proc.), poilsio zonų savarankiškam ir organizuotam sportavimui (7,1 proc.). 72,7 proc. tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų Akmenės sporto infrastruktūrą vertina kaip pakankamą ir jos būklė yra gera, 13,6 proc. teigia, kad yra pakankama infrastruktūra, bet netenkina jos būklė, 4,5 proc. – ir nepakankama infrastruktūra, ir netenkina jos būklė bei yra nepakankama, bet esamos infrastruktūros būklė tenkina.

- 9,1 proc. tyrime dalyvavusių Akmenės rajono savivaldybės gyventojų mano, jog jų vaikai labai aktyviai sportuoja, 45,5 proc. mano – jog pakankamai. 9,1 proc. respondentų nurodė, kad jų vaikai sportuoja nepakankamai. 13,6 proc. tyrime dalyvavusių respondentų nurodė, kad vaikų neturi. Miesto vaikų fizinis aktyvumas yra didesnis: taip mano 45,5 proc. respondentų. Tiek miestelyje, tiek kaime gyvenančių vaikų fizinis aktyvumas yra panašus, tėvai mano (4,5 proc.), kad jų vaikai nepakankamai sportuoja.

- Respondentai mano, jog rajoninėje spaudoje pateikiama daug informacijos apie fizinio aktyvumo naudą (13,6 proc.), rajone organizuojami mokymai apie fizinio aktyvumo naudą (22,7 proc.), sporto švenčių organizuojama pakankamai (9,1 proc.), yra didelis sporto

klubų pasirinkimas (9,1 proc.), organizuojama daug sportinių varžybų (9,1 proc.), organizuojami renginiai, skatinantys fizinį aktyvumą (13,6 proc.), didelis sporto būrelių pasirinkimas (18,2 proc.), vyksta susitikimai su žymiais sportininkais (9,1 proc.).

3. IŠVADOS

1. Vasario mėnesį Akmenės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro organizuojamuose fizinio aktyvumo renginiuose apsilankė 22 Akmenės rajono savivaldybės gyventojai.

2. Tik 27,3 proc. Akmenės rajono savivaldybės apklaustųjų gyventojų sportuoja kasdien.

3. 72,7 proc. respondentų įvertino, kad Akmenės rajono savivaldybės sporto infrastruktūra yra pakankama ir jos būklė gera.

4. Respondentai išreiškė pageidavimą, jog Akmenės rajono savivaldybės infrastruktūrą būtų galima papildyti baseinu, sporto aikštynais, mankštų – treniruoklių aikštelėmis bei poilsio zonomis savarankiškam ir organizuotam sportavimui.

5. Respondentai mano, kad Akmenės rajono savivaldybėje yra mažas sporto klubų, sporto būrelių pasirinkimas bei retai tevyksta susitikimai su žymiais sportininkais.

6. Apklausti Akmenės rajono savivaldybės gyventojai mano, kad nėra pakankamai organizuojama sportinių varžybų bei sporto švenčių.

7. Akmenės rajono savivaldybės gyventojai apie Akmenės rajono savivaldybės VSB organizuojamus fizinio aktyvumo užsiėmimus dažniausiai sužino iš biuro darbuotojų.

8. Respondentai supranta apie fizinio aktyvumo naudą, tačiau informacijos norėtų gauti daugiau.

4. REKOMENDACIJOS

Akmenės rajono savivaldybės gyventojams:

- aktyviau dalyvauti Akmenės rajono savivaldybės VSB, sporto įstaigų organizuojamuose fizinio aktyvumo veiklų renginiuose;
- nuolat propaguoti fizinį aktyvumą;
- ieškoti aktyvių laisvalaikio praleidimo būdų.

Akmenės rajono savivaldybės administracijai, savivaldybės įstaigoms:

- plėtoti fiziniam aktyvumui palankią infrastruktūrą (dviračių takų plėtra, laisvalaikio ir sveikatingumo zonų įrengimas);
- tobulinti darbuotojų kvalifikaciją fizinio aktyvumo klausimais bei sporto profesionalus skatinti organizuoti užsiėmimus bei švietėjišką veiklą.
- skatinti įvairias institucijas organizuoti aktyvaus laisvalaikio praleidimo būdus.

Akmenės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biurui:

- nuolat ir visomis galimomis priemonėmis informuoti Akmenės rajono savivaldybės gyventojus apie vykdomus fizinio aktyvumo renginius ir skatinti juose dalyvauti;
- vykdyti visuomenės švietimą per vietines informavimo priemones apie fizinio aktyvumo naudą.