

PASAIKO KARMENGO AMA ETA LIZEOAN 6 ETA 18 URTE ARTEKO POPULAZIOAREN EZAUGARRIAK ETA BIZI-OHITURAK

PBAFITDATA 2021-2022ko TXOSTENA

OMEren jarduera fisiko gomendioak adin honetako pasaitarren %53,4ak betetzen ditu.

Emakumezkoen % 48k betetzen ditu gomendioak.
Gizonezkoen % 58,7k betetzen ditu gomendioak.
Ez-binarioen % 83,3k betetzen ditu gomendioak.

Lizeoko ikasleak emaitza horien gainetik daude. Orokorrean % 62,5ek betetzen ditu gomendioak. Karmengo Amako eskolako datuak, berriz, orokorrean nesken kasuan bereziki baxuagoak dira (% 24k betetzen ditu gomendioak.) eta DBHko zikloan apalagoak orokorrean (mutilen % 32,6k eta nesken % 13k soilik betetzen ditu gomendioak).

Orokorrean, mutilen % 9 eta nesken % 6 gomendioak betetzetik gertu daude, egunean 45 eta 60 minutu aktiboen artean kokatzen baitira.

Orokorrean haur eta nerabe pasaitarren %82k jarduera fisikoa edota kirola praktikatzeko du. %18k ez.

Jarduera fisikoa edota kirola praktikatzeko ez dutenen artean, ez praktikatzeko arrazoiak hauek dira: Gehiengo kasuetan *denbora falta* argudiatzen da. Erdiko multzo batean *gogorik ez dudalako, gustatzen ez zaidalako, bakarrik egiten dudalako* eta azkenik (gutxi batzuk) *gaitasunik ez dudala sentitzen dudalako edota baztertuta sentitzen naizelako*.

Orokorrean **jarduera fisikoa edota kirola praktikatzeko dutenei eta praktikatzeko ez dutenei kirol gehiago egiteko zer beharko luketen galdetuta**, erantzun hauek eman dituzte: denbora gehiago, gehien kasuan, eta ondoren hurrenkera honetan beste behar hauek adierazi dituzte: konpainia, kirol materiala/arropa, beste eskaintzarik ez edukitzea, aholkularitza, familiaren babesa; halaber, ekonomia arazoak aipatu dituzte.

Jarduera fisiko eta kirol praktikak LHtik DBHra:

- Behera egiten du, %9.
- Jarduera antolatua minutu pilaketan hirukoiztu egiten dira. Antolatu gabea erdira jaisten da. Orokorrean, guztizko minutu pilaketa %7 jeisten da.
- Orokorrean, ikasketa-maila guztietan K.Amako ikasleek jarduera fisiko edota kirol gutxiago praktikatzeko dute, P.Lizeoarekin alderatuta (LHn %19 eta DBH %12 gutxiago). Bataz bestetik 11 eta 8 puntura daude maila ezberdinetan, hurrenez hurren.
- Nesken praktika eza nabarmen baxuagoa da K.Aman, P.Lizeoarekin alderatuta (LHn %27koa eta DBHn %32koa da).

Eskolaz kanpoko jarduerak

Minutu pilaketa:

Jarduera ez antolatuan antolatuarekin alderatuta minutu bikoitza pilatzen da. Ez binarioek pilatzen dituzte minutu gehien; ondoren, mutilek; eta azkenik, neskek.

Intentsitatea:

Neskek dira antolatu gabeko jardueretan soilik OMEk gomendatutako intentsitate-maila betetzen ez duten bakarrak.

Antolatutako eta ez antolatutako jardueren Top10a zikloka eta sexuka eranskinetan.

Jarduera eraginkorrenak (Astean minutu kopurua/kirolariak (intentsitatea kontuan hartuta))

LH Atletismoa, Eskola Kirola eta saskibaloia/eskubaloia/futbola.

DBH Gimnasia erritmikoa, piraguismoa, arrauna, saskibaloia, futbola, eskubaloia, judoa/karatea, txirridularitza, atletismoa eta hockeya.

Joan-etorriak: Eskoletara joateko eta bueltatzeko desplazamenduen %65 garraio ez aktiboan egiten da. Lizeoaren kasuan, gehienak (% 96) garraio kolektiboan mugitzen dira. Karmengo Amaren kasuan, gehienak desplazamendu aktiboa egiten dute, % 86.

Heziketa Fisikoko orduak. Kopurua eta intentsitatea. Heziketa Fisikoko orduak. Kopurua eta intentsitatea.

Minutuak: LH 2h/astean; DBH 1h50min/astean; Batxilergoko lehen mailan Xh/astean.

Intentsitatea: Orokorrean Gorputz Hezkuntzako saioak intentsitatea ertain-altuan hautematen dituzte ikasleek. DBHn genero arteko intentsitatearen pertzepzio ezberdintasuna LHn baino handiagoa da (0,76 nesken eta mutilen artean; mutilek pertzepzio altuena).

Jolas garaiko eta jangela osteko tarteak: aktiboak dira intentsitate maila ertaina da. Mutilek, neskek eta ez-binarioek baino minutu aktibo gehiago pilatzen dituzte, intentsitate aktiboagoetan. Jolas garaiko eta jangela osteko tarteak: aktiboak dira intentsitate maila ertaina da.

Jolas garaian

LH eta DBHn metatzen den jolas garaiko minutu kopurua batz bestea 25,5 minutukoa da. Bi ikasketa-etapen artean 6 minutuko aldera dago gutxi gorabehera (LH 28,3; DBH, 22,7). Generoari dagokionez ezberdintasun adierazgarria ageri da DBHn nesketan. Batz bestea, mutilak baino 12,4 minutu gutxiago mugitzen dira egunero atsedendian.

Jangela garaian

LHn sei minutuko aldea dago neska eta mutilen artean. Ez-bitarrek neska eta mutilekin alderatuta minutu kopuru erdia pilatzen dituzte. DBHn, bederatzi minutukoa da neska eta mutilen arteko aldea. Orokorrean, Lizeoan jangelako jolas garai orduetan minutu aktibo gehiago pilatzen dituzte K.Aman baino; bai LHn, bai DBHn.

Intentsitatea: LH eta DBH arteko ezberdintasuna nabaria da. LHko atsedendaldi eta jangela orduetan intentsitate ertain batean aritzea ohikoa da (6,37); DBHn, aldiz, batz bestea 3,25ko hautemandako intentsitatea aitortzen dute: baxua.

AZTERTUTAKO BESTELAKO GAIAK

Gorputz Masa Indizea: Gainpisua orokorrean %30,84koa da: Gehiegizko pisua %22,31koa; obesitatea %8,53koa. Datu orokorra mutiletan nesken datuekin alderatuta 7 puntu altuagoa da.

Elikadura

Hamaiketako eta askarirako top3an fruta, ogitartekoa eta galletak daude. Pasaitarren %49,51k egunean behin gutxienez plater orekatu bat jaten du.

Gurasoen ikasketa-maila altua haurren jarduera fisiko edota kirol kalitate handiagoarekin lotuta dago, bai denbora pilaketan eta baita jarduera horren intentsitatearekin ere.

Kontsumoak (DBH)

%94ak ez du inoiz erre.

%75ek ez du inoiz alkoholik edaten.

Atsedena eta lo-ohiturak. Orokorrean pasaitarrek astean zeharreko gomendatutako lo orduak errespetatzen dituzte.

Gaitasunak: Igerian: %88k badaki; bizikletan ibiltzen: %93k badaki.

Kirol materiala: etxean 5-11 kirol-material ezberdin edukitzeak lotura zuzena dauka astean minutu gehien pilatzearekin.

Gailu teknologikoak: %55ek ez du erabiltzen. Erabiltzaileen artean, neskek mutilek baino gehiago erabiltzen dute, 15 puntuko aldearekin. Familiarekin harremanetan egoteko eta euren jarduera fisikoa monitorizatzen erabiltzen dute.

Norekin egiten duzu JFK? Gehienek lagunekin, familiarekin eta kuadrillarekin egiten dute jarduera fisikoa eta kirola. %9k berriz, bakarrik.

Emozioak:

Kirola gustuko dute %85ek. Mutilen kasuan 9 puntu altuagoa da emaitza. %5ek ez du gustuko. Ia denentzat kirola onuragarria da.

%87k osasuntsu dagoela aitortzen du. Kopuru horrek ikasleen autopertzepzio okerrarekin du zerikusia, hain zuzen ere, OMEko gomendioak betetzen dituzten ikasleen ehunekoa askoz baxuagoa delako, %53,4a alegia.

Jarduera fisikoaren eta kirolaren aldeko emozio positiboak adinak aurrera egiten duen heinean beherantz doaz.

Nesketan asko jaisten da Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzan emozio positiboaren aldeko atxikipena.

Hizkuntza: Eskolaz kanpoko Jarduera Fisikoaren edota kirol jardueren %24 euskaraz egiten dira.

Zailtasunak, nabarmentzekoak eta hobekuntzak:

- 2022ko maiatzaren laginarekin, batxilergoko ikasleen datuak ez dira esanguratsuak laginaren tamainarengatik.
- 2022ko urte bukaera bitartean pasako den inkestaren bigarren bertsioarekin osatuko dira datuak.
- Item berriak gehitu dira galdetegiaren azkeneko bertsioan: oporraldien, pantaila orduen, desgaitasunaren eta gosariaren inguruan informazio gehiagarria jasotzeko.