



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

**Pētījums par fizisko aktivitāti, uztura paradumiem un ķermeņa
masas indeksu 5-6 gadīgiem pirmsskolas vecuma bērniem
Latvijā**

PĒTĪJUMA NORISES METODIKA PII

ESF projekta „Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi” (Identifikācijas
Nr.9.2.4.1/16/I/001) ietvaros

2020

SATURS

SATURS	2
IEVADS	3
GALVENIE PIETURPUNKTI PĒTĪJUMA NORISĒ.....	4
ĪSS PĒTĪJUMA NORISES SOĻU APRAKSTS BĒRNUDĀRZOS	5
PĒTĪJUMĀ IZMANTOTĀS APTAUJAS ANKETAS	8
ANTROPOMETRISKO MĒRĪJUMU VEIKŠANAS APRAKSTS	8
SAGATAVOŠANĀS POSMS	8
DATU AIZSARDZĪBAS UN ANONIMITĀTES IEVĒROŠANAS VADLĪNIJAS APTAUJAS GAITĀ.....	8
GRUPIŅAS BĒRNU SARAKSTA AIZPILDĪŠANAS VADLĪNIJAS	10
SKDS INTERVĒTĀJA PIRMĀ BĒRNUDĀRZA APMEKLĒJUMA REIZE	11
SAGATAVOŠANĀS PĒTĪJUMA DATU SAVĀKĀŠANAI GRUPIŅĀ	12
ANTROPOMETRISKO MĒRĪJUMU VEIKŠANA BĒRNIEM GRUPIŅĀ.....	13
BĒRNA ANTROPOMETRISKO DATU ANKETAS AIZPILDĪŠANA	14
ATSKAITES LAPAS AIZPILDĪŠANAS VADLĪNIJAS	21
SKDS INTERVĒTĀJA OTRĀ BĒRNUDĀRZA APMEKLĒJUMA REIZE	23
SVARĪGA INFORMĀCIJA	24
INFORMATĪVAIS TĀLRUNIS PII DARBINIEKIEM.....	24
INFORMATĪVAIS TĀLRUNIS VECĀKIEM.....	24
MĒRINSTRUMENTU LIETOŠANAS NOTEIKUMI	25
ELEKTRONISKO SVARU LIETOŠANAS NOTEIKUMI	25
SVARI (SECA 876).....	25
SVARI (SECA 872).....	26
MĒRLENTE (SECA 201).....	27
STADIOMETRS (SECA 213).....	29

IEVADS

Pētījuma pamatojums

Liekā ķermeņa masa un aptaukošanās ir viena no globālām, strauji progresējošām problēmām pasaulē. Pasaulē Veselības organizācija aptaukošanos ir definējusi kā slimību. Šī problēma ir aktuāla arī mūsu valstī. Iepriekšējos gados pārsvarā uzmanība tika pievērsta pieaugušo aptaukošanās jautājumam, bet šobrīd arvien biežāk gan mediķi, gan mediju pārstāvji pauž viedokli, ka aptaukošanās problēma ir jāsāk pētīt jau no mazotnes. Bērnu aptaukošanās problēma kļūst vienlīdz aktuāla. Pareiza uztura paradumi ir viens no svarīgākajiem veselības stāvokļa rādītājiem bērniem un jauniešiem, lai regulētu ķermeņa masu un pašsajūtu kopumā. Saskaņā ar jaunākajiem pieejamiem datiem¹ Latvija ir 14. vietā Eiropā starp valstīm, kurās cilvēki vecumā virs 18 gadiem cieš no aptaukošanās.

Liekais svars bērnu vecumā palielina arī aptaukošanās risku pusaudžu un vēlāk arī pieaugušā vecumā, kas savukārt saistīts ar sirds un asinsvadu saslimšanas, diabēta u.c. saslimšanu risku. Liekās ķermeņa masas definēšanai arī bērniem iesaka izmantot ķermeņa masas indeksu (ĶMI), jo šo rādītāju ir ērti iegūt, un kompleksi ar citiem vecumam atbilstošiem auguma parametriem to ir iespējams analizēt un izmantot turpmākajos aprēķinos un pētījumos.

Pētījuma mērķis

Iegūt reprezentatīvu, uz pierādījumiem balstītu informāciju par liekās ķermeņa masas indeksa un aptaukošanās izplatības rādītājiem pirmsskolas vecuma bērniem, kā arī par bērnu fizisko aktivitāti un uztura paradumiem Latvijā.

Pētījuma uzdevumi:

1. Noteikt pirmsskolas vecuma bērnu ķermeņa masas indeksa (ĶMI) sadalījumu, veicot novērtējumu atbilstoši noteiktajām ĶMI grupām:
 - a) nepietiekama ķermeņa masa;
 - b) normāla ķermeņa masa;
 - c) lieka ķermeņa masa;
 - d) aptaukošanās.Ķermeņa masas indeksu noteiks, veicot antropometrisko rādītāju – ķermeņa masas, auguma garuma, vidukļa un gurnu apkārtmēra – mērījumus.
2. Noskaidrot bērna uztura un fiziskās aktivitātes paradumus mājās, veicot vecāku aptauju.
3. Iegūt informāciju par pirmsskolas izglītības iestāžu (PII) vides atbilstību veselīga uztura paradumu un fiziskās aktivitātes veicināšanai, aptaujājot atlasē iekļauto PII grupu audzinātājus.

¹ https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-datasets/-/sdg_02_10 (skatīts 11.11.2020)

PIRMS PĒTĪJUMA UZSĀKŠANAS KONKRĒTĀ PIRMSSKOLAS IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒ PĒTĪJUMU CENTRA SKDS PĀRSTĀVIS IR SAZINĀJIES AR KATRU PII VADĪTĀJU PERSONĪGI UN IZRUNĀJIS VISUS AR PĒTĪJUMU SAISTĪTUS JAUTĀJUMUS

GALVENIE PIETURPUNKTI PĒTĪJUMA NORISĒ

1. Jūs elektroniski esat saņēmuši:
 - a) PII vadītājiem paredzētu informatīvo vēstuli par pētījumu,
 - b) piekrišanu par piedalīšanos pētījumā,
 - c) metodiku par pētījuma veikšanu,
 - d) grupiņas bērnu saraksta šablonu.
2. Lūgums iepazīties ar visiem saņemtajiem materiāliem.
3. Lūgums uzreiz izdrukāt grupiņas bērnu sarakstu/-s tajā pašā dienā, nodot to/tos grupiņu audzinātājām, lai viņas sastādītu grupiņas sarakstu. Katrai grupiņai ir savs saraksts.
4. Trīs dienu laikā ar Jums sazināsies pētījumu centra SKDS pārstāvis, lai uzzinātu:
 - a) cik Jūsu PII ir izlasei atbilstošas grupiņas,
 - b) cik katrā grupiņā ir bērnu,
 - c) kuriem bērnu vecākiem ir jāpievieno informācija krievu valodā.

ŠIS GRUPIŅAS SARAKSTS VISA PĒTĪJUMA PROCESĀ IR LĪDZI EJOŠS DOKUMENTS, PĒC KURA JĀVADĀS, IZDALOT VECĀKU ANKETAS, IZVĒLOTIES ATBILSTOŠO BĒRNA ANTOROPOMETRISKO ANKETU BĒRNA SVĒRŠANAS LAIKĀ UN ATSKAITES LAPAS AIZPILDĪŠANAS BRĪDĪ.

5. Jāsaņem visus materiālus no intervētāja.
6. Jāizdala vecākiem atbilstošās aploksnēs, vadoties pēc grupiņas saraksta.
7. Pirms svēršanas bērnu antropometriskajā anketā ir jāaizpilda tie jautājumi, kuri ir norādīti metodikā.
8. Jāsavāc atpakaļ no bērnu vecāka aploksnēs vai aizpildītas atteikuma formas.
7. Lūgums grupiņu sarakstā apkopot informāciju par to, kurus bērnus drīkst mērīt un svērt, pamatojoties uz vecāku atteikumiem un iesniegtajām aploksnēm.
8. Jāveic bērnu svēršana.
9. Lūgums sakārtot bērnu antropometriskās anketas, vecāku aploksnēs, audzinātāju anketas, atskaites lapu, kā arī mērierīces.
10. Lūgums nodot visus materiālus intervētājiem.

ĪSS PĒTĪJUMA NORISES SOĻU APRAKSTS BĒRNUDĀRZOS

JEB

KAS PĒC KĀ NOTIEK

1. Pirmais zvans no SKDS darba grupas pārstāvja PII vadītājam/-ai. Viņš/-a informēs, ka tuvāko 10-20 dienu laikā Jums tiks nosūtīta:
 - Informatīvā vēstule par pētījumu;
 - Piekrišanas forma par dalību pētījumā (kas būs jāizdrukā un jāparaksta);
 - Grupiņas bērnu saraksta paraugs (kas būs jāizdrukā un jāizsniedz aizpildīšanai grupiņu audzinātājiem).SKDS darba grupas pārstāvis informē, ka pēc uzskaitīto materiālu saņemšanas sazināsies ar Jums otro reizi par PII dalību pētījumā.
2. Otrais zvans PII vadītājam/-ai no SKDS darba grupas pārstāvja, uzdodot šādus jautājumus:
 - Vai piekrišat piedalīties pētījumā?
 - Cik Jūsu PII ir grupiņas, kurās ir vismaz 40 % 2015. gadā dzimuši bērni?
 - Šo grupiņu audzinātāju kontaktinformācija (vārds, uzvārds, telefona nr.).
 - Vienas izvirzītās atbildīgās personas kontaktinformācija, ar kuru notiks turpmākā saziņa.
 - Kurš veiks mērījumus (audzinātāja, medmāsa vai cita persona)?
 - Šī zvana laikā SKDS pārstāvis arī atgādinās, ka jāparaksta piekrišanas forma un audzinātājiem jāaizpilda grupiņas bērnu saraksts (pamācība, kā aizpildīt sarakstu, atrodamā rakstiskajā metodikā un apmācības video).
3. SKDS nosūtīs informatīvo vēstuli par paredzēto pētījumu un tā norisi izlasē iekļuvušo PII pašvaldību izglītības pārvaldēm, kā arī Jums nosūtīs pārējos pētījuma materiālus:
 - Nofilmētas apmācības materiālu;
 - Rakstisku metodiku;
 - Veselības ministrijas informatīvo vēstuli;
 - Izglītības un zinātnes ministrijas informatīvo vēstuli par pētījumu.
4. Pirmais zvans PII grupiņu audzinātājiem no SKDS darba grupas pārstāvja. Viņam/viņai jānoskaidro:
 - Cik bērnu ir grupiņā?
 - Kuru bērnu vecākiem nepieciešama informācija arī krievu valodā (kuriem kodiem)?
5. Pēc informācijas saņemšanas par bērnu skaitu grupiņā SKDS darba grupa saraksta uz bērna antropometrisko mērījumu anketām kodus un saliek visus nepieciešamos materiālus komplektos katrai PII. Sagatavotie komplekti tiek nodoti intervētājiem.
6. Zvans no SKDS intervētāja PII vadītāja/-as nozīmētajai atbildīgajai personai. Sarunas laikā viņš/viņa:
 - Sarunā, kad un kā SKDS intervētājs ieradīsies PII, lai nodotu materiālus;
 - Vienojas par piekrišanas formas nodošanu;

- Informē, ka mērījumi jāveic apmēram 4-5 dienu laikā pēc materiālu saņemšanas, kā arī sarunā aptuveno laiku, kad pēc mērīšanas intervētājs var ierasties materiālu saņemšanai.
7. Intervētājs ierodas PII, saņem parakstītu piekrišanas formu un nodod atbildīgajai personai visus pētījuma veikšanai nepieciešamos materiālus:
- Vecākiem sagatavotās aploksnēs (aploksnē būs informatīvā vēstule par pētījumu, vecāku anketa, atteikuma forma; krievu valodā runājošajiem vecākiem viss materiāls būs gan latviešu, gan krievu valodā);
 - Audzinātāju anketu/-as, ievietotu/-as aploksnēs;
 - Bērna antropometrisko mērījumu anketas (katrai grupīnai visas vienā aploksnē);
 - Rakstisku metodiku par mērījumu veikšanu (dokuments, kuru šobrīd lasāt);
 - Atskaites lapu (katrai grupīnai viena);
 - Ētikas komitejas atzinumu par pētījumu;
 - Dāvāniņas bērniem – uzlīmes;
 - Elektroniskos svarus;
 - Stadiometru;
 - Mērlentes;
 - Rezerves baterijas svāriem;
 - Dezinfekcijas līdzekli.
8. Atbildīgā persona nodod grupīnu audzinātājām katrai grupīnai nepieciešamos materiālus. Mērinstrumentu komplekts katrā PII ir tikai viens, kas atrodas pie atbildīgās personas un tiek nodots katrai grupīnai uz mērījumu veikšanas laiku.
9. Pēc materiālu saņemšanas grupīnu audzinātājas:
- Aizpilda audzinātājas anketu, ieliek to aploksnē un, ja vēlas, aizlīmē;
 - Pēc grupīnas bērnu saraksta aizpilda bērna antropometrisko mērījumu anketas 1. un 2. jautājumu – dzimums un dzimšanas dati;
 - Pēc izvēles var nosūtīt ziņu vecākiem grupīnas čātā par to, ka notiks pētījums un katrs saņems informāciju papīra veidā.
 - Tajā pašā vai nākamajā dienā izdala vecākiem paredzēto komplektu (aploksni) **ar tādu pašu kodu, kāds ir redzams pretī vecāku uzvārdam grupīnas bērnu sarakstā.**
10. Vecāki atnes audzinātājai aploksnēs ar anketām vai atteikumus. Audzinātāja tos pieņem.
11. Audzinātāja tām bērnu anketām, kurām ir vecāku atteikumi, virsū uzraksta "Atteikums" un piesprauž vecāku atteikumu klāt attiecīgā bērna anketai, **vadoties pēc koda grupīnas bērnu sarakstā.** Atteikumi jāatzīmē arī grupīnas bērnu sarakstā, jo šie bērni nebūs jāaicina uz mērīšanu.
12. Audzinātāja mērījumu veikšanas dienā pirms to veikšanas:
- Grupīnas bērnu sarakstā atzīmē tos bērnus, kuri mērījumu veikšanas dienā nav bērnudārzā vai kādu citu iemeslu dēļ netiks mērīti (bērna atteikums);
 - Veic atzīmes bērnu antropometrisko mērījumu anketas 3. jautājumā;

- Ja mērījumus veic medmāsa vai cita persona, pēc visu iepriekš minēto darbību izpildes nodod grupiņas bērnu sarakstu, bērnu antropometrisko mērījumu anketas un uzlīmes personai, kura veiks mērījumus.
13. Bērnudārza darbinieks (mērījumu veicējs) veic mērījumus katram grupiņas bērnam, veicot atzīmes **anketā ar tādu pašu kodu, kāds ir piešķirts bērnam grupiņas bērnu sarakstā**. Mērījumu veikšanā un anketas aizpildīšanā jāvadās pēc rakstiskās metodikas un nofilmētā apmācības materiāla.
14. Pēc mērījumu veikšanas katram bērnam tiek iedota dāvana - uzlīme. Pirms nākamā bērna aicināšanas iekšā jānodezinficē visi mērinstrumenti.
15. Ja mērījumus neveic audzinātāja, pēc visu grupiņas bērnu mērījumu veikšanas bērna antropometrisko mērījumu anketas un grupiņas bērnu saraksts tiek nodoti atpakaļ audzinātājam.
16. Pēc materiālu saņemšanas atpakaļ audzinātāja:
- Apkopo mērījumu veikšanas un neveikšanas iemeslus par katru bērnu un veic atzīmes atskaites lapā;
 - Saliek visas antropometrisko mērījumu anketas (arī tukšās anketas un anketas ar pievienotiem atteikumiem) augošā secībā pēc to kodiem un ieliek tās kopā ar vecāku iesniegtajām aploksnēm, audzinātājas aizpildītajām anketām un atskaites lapu sagatavotajā aploksnē.
17. Visi materiāli, izņemot grupiņas bērnu sarakstu (tas paliek pie audzinātājas vai tiek nodots PII vadītājam/-ai, kas to uzglabās vai iznīcinās atbilstoši datu anonimitātes un konfidencialitātes principiem), tiek nodoti atbildīgajai personai.
18. Atbildīgā persona sazinās ar SKDS intervētāju par materiālu nodošanu.
- Nododamo materiālu saraksts:
- Vecāku aploksnis ar anketām;
 - Bērnu antropometrisko mērījumu anketas un atteikumi;
 - Audzinātāju anketas;
 - Atskaites lapa;
 - Rakstiska metodika par mērījumu veikšanu;
 - Elektroniskie svāri;
 - Stadiometrs;
 - Mērlentes;
 - Neizmantotās un utilizējamās svaru baterijas.
19. Intervētājs norunātajā laikā ierodas PII, saņem materiālus un veic pirmreizējo materiālu pārbaudi. Nepieciešamības gadījumā sazinās ar atbildīgo personu.
20. Materiāli tiek nogādāti pētījumu centrā SKDS.

PĒTĪJUMĀ IZMANTOTĀS APTAUJAS ANKETAS

Pētījumā nepieciešamo datu ieguvei izmanto trīs anketas:

1. Bērna antropometrisko datu pieraksta anketu, kurā pieraksta objektīvos mērījumus un pamata informāciju par bērnu mērījumu veikšanas brīdī, t.i., dzimumu, dzimšanas datumu, mēnesi un gadu, kā arī aprēķinātu bērnu vecumu, saziņas valodu mājās, pēdējās maltītes (brokastu, pusdienu, launaga) ieturēšana laiku, bērna apģērbu, kā arī mērījumu veikšanas datumu un laiku. u.c. ;
2. Aptaujas anketu par bērna veselības paradumiem ģimenē, ko aizpilda bērna vecāki (turpmāk – Vecāku anketa);
3. Pirmsskolas izglītības iestādes (PII) aptaujas anketu, ko aizpilda grupiņas audzinātāja (turpmāk –Audzinātu anketa).

Lai nodrošinātu individuālo datu aizsardzību un iegūto datu konfidencialitāti, visām pētījuma aptaujas anketām ir piešķirti kodi, kas ir ģenerēti atbilstoši pētījuma metodikā noteiktajam algoritmam un nav personificēti ar bērnu raksturojošiem radītājiem. Pēc anketu kodiem konkrētus respondentus nav iespējams atšifrēt. Kodu veido *PII identifikācijas kods* (3 zīmes), *PII grupas kods* (1 zīme) un *bērna identifikācijas kods* (2 zīmes). PII aptaujas anketas kodā nav iekļauts bērna personas kods. Atbilstoši pētījuma metodikai **bērna antropometrisko datu pieraksta anketas kods un viņa vecāku aptaujas anketas par bērna veselības paradumiem ģimenē kods ir vienāds.**

ANTROPOMETRISKO MĒRĪJUMU VEIKŠANAS APRAKSTS

SAGATAVOŠANĀS POSMS

Saistībā ar COVID-19 izraisīto epidemioloģisko situāciju valstī un to, ka Pētījumu centra SKDS intervētājs ir bērnodārzam nepiederoša persona, šai personai nav vēlams kontaktēties ar pētījumā iesaistītajiem bērniem, lai neradītu apdraudējumu viņu veselībai. **Visas tikšanās ar bērnodārza darbiniekiem (audzinātājam, medmāsu) tiks telefoniski sarunātas iepriekš, un tās tiks organizētas ārpus bērnodārza telpām.**

Uzsākot darbu, gan intervētāji, gan bērnodārzu atbildīgie darbinieki iepazīsies ar datu anonimitātes un konfidencialitātes nodrošināšanas vadlīnijām un noteikumiem pētījuma procesā. Intervētāji rakstiski apliecinās savu gatavību tās ievērot.

DATU AIZSARDZĪBAS UN ANONIMITĀTES IEVĒROŠANAS VADLĪNIJAS APTAUJAS GAITĀ

Pēc vienošanās ar PII vadītāju par PII dalību pētījumā grupiņu audzinātājam/-ām tiks lūgts sastādīt grupas bērnu sarakstu. Pirms pirmsskolas izglītības iestādes intervētāja pirmā apmeklējuma pētījuma grupas pārstāvis noskaidros katras grupas skaitlisko sastāvu, kā arī to, kurās aploksnēs ir jāievieto informācija arī krievu valodā. Pirmā apmeklējuma laikā, kad tiks saņemta rakstiska piekrišana no PII vadītāja/-s par iestādes dalību pētījumā un nodoti materiāli, intervētājs nesaņems nekādu informāciju, kas ietvertu bērnu vai vecāku personisko informāciju, pēc kuras būtu iespējams identificēt respondentus.

Vecākiem aploksnēs ar materiāliem (aploksne ar anketu, informācijas vēstuli un atteikuma formu) tiks izdalītas, lūdzot nosaukt vārdu un uzvārdu atbilstoši sastādītajam

sarakstam Pēc materiālu izdales vecākiem persona, ja tā nebūs grupiņas audzinātāja, sarakstu nodos atpakaļ grupas audzinātājam vai citai nozīmētajai atbildīgajai PII personai.

Antropometrisko mērījumu veikšanas dienā grupas audzinātāja atzīmēs, kuri bērni nav jāaicina uz mērījumu veikšanu un kuri nav bērnudārzā. Pēc tam personai, ja tā nebūs grupiņas audzinātāja, izsniegs sastādīto grupiņas sarakstu.

Bērnam tiks vaicāts vārds un vajadzības gadījumā arī uzvārds, kā arī bērna piekrišana mērījumu veikšanai. Ja bērns piekritīs mērījumu veikšanai, tiks uzmeklēta anketa ar atbilstošu kodu, kāds ir atzīmēts grupas sarakstā iepretim bērna vārdam un uzvārdam un šajā anketā veiks mērījumu atzīmējumus.

Pēc mērījumu veikšanas, persona, ja tā nebūs grupiņas audzinātāja atkal nodos izmantoto sarakstu audzinātājam vai atbildīgajai personai, kas to uzglabās vai iznīcinās atbilstoši datu anonimitātes un konfidencialitātes principiem. Tādejādi PII saraksti netiks iznesti ārpus PII teritorijas, un pētījumu centrs SKDS iegūs nepieciešamos datus.

Anketas intervētājs nogādās šī pētījuma vadītājam pētījumu centrā SKDS, kurš tās ievietos slēgtā skapī glabāšanā līdz pētījuma beigām. Anketas pētījumu centrā SKDS tiks uzglabātas līdz pētījuma īstenošanas beigām – 2021. gada 30. novembrim. Kopā ar pēdējo nodevumu aizpildītās anketas tiks nodotas pasūtītājam – Veselības ministrijai. Pasūtītājs personu datus saturošos materiālus uzglabās līdz ESF projekta "Kompleksi veselības vecināšanas un slimību profilakses pasākumi" (Identifikācijas Nr.9.2.4.1/16/I/001) noteiktajam īstenošanas perioda beigām, tad tie tiks iznīcināti, sastādot par šo faktu aktu.

Jūs esiet saņēmuši:

1. SKDS pētījuma darba grupas izsūtīto PII informatīvo vēstuli par paredzēto pētījumu,
2. video apmācības materiālu par antropometrisko parametru noteikšanu bērniem,
3. pētījuma metodikas aprakstu par datu savākšanas procesu (dokumentu, kuru Jūs šobrīd lasāt),
4. Veselības ministrijas informatīvo vēstuli,
5. Izglītības un zinātnes ministrijas informatīvo vēstuli par pētījumu
6. grupiņas bērnu saraksta paraugu,
7. PII vadītājas/-a piekrišanas formu par dalību pētījumā.

SKDS ir nosūtījis arī informatīvo vēstuli par paredzēto pētījumu un tā norisi izlasē iekļuvušo PII pašvaldību izglītības pārvaldēm.

Pēc pētījumu centra SKDS vienošanās ar PII vadītāju par dalību pētījumā pētījuma grupas pārstāvis lūgs PII vadītājam nozīmēt vienu atbildīgo personu, ar kuru turpmāk sazināsies SKDS intervētājs un vajadzības gadījumā arī pētījuma grupas pārstāvji. Kontaktpersona var būt arī PII vadītāja/-s.

PII vadītājam/-am lūgs noskaidrot iespējas piesaistīt pētījuma datu savākšanas procesam kā papildpersonālu grupiņu audzinātājas un/vai PII medmāsas. Audzinātāju un /vai PII medmāsas kontakti ar viņu piekrišanu tiek nodoti attiecīgajam Pētījumu centra SKDS intervētājam.

Līdz pirmajam apmeklējumam (intervētājs atgādājis materiālus PII pārstāvim) PII vadītājs nodos grupiņas/-u audzinātājam/-ām grupiņas bērnu saraksta paraugu, kas jāaizpilda atbilstoši lūgtajai informācijai. SKDS pētījuma darba grupas pārstāvis sazināsies ar grupiņas audzinātāju, pie kura/-s atradīsies saraksts, un noskaidros, cik bērnu ir grupiņā un kurās aploksnēs ir nepieciešams vecākiem visu informāciju pievienot arī krievu valodā. Kā arī intervētājs varēs veikt anketu kodēšanu un datēšanu, lai ietaupītu PII darbinieku laiku pētījuma datu savākšanas procesā.

GRUPIŅAS BĒRNU SARAKSTA AIZPILDĪŠANAS VADLĪNIJAS

Grupiņas bērnu saraksts

PII kods:

Grupas kods:

Bērnu skaits grupiņā: _____

Grupiņas audzinātājas vārds: _____

Aizpilda pirms datu savākšanas, lai var sakodēt anketas							Aizpilda mērīšanas dienā		
Nr.	Bērna vārds, uzvārds	Dzimšanas datums/mēnesis/gads	Bērna kods	Bērna vecāku vārds, uzvārds	Vecāku kods	Anketas valoda	Bērns nav bērnodarzā	Bērna atteikums	Vecāku atteikums
1.		/ /	01		01				
2.		/ /	02		02				
3.		/ /	03		03				
4.		/ /	04		04				
5.		/ /	05		05				
6.		/ /	06		06				
7.		/ /	07		07				
8.		/ /	08		08				
9.		/ /	09		09				
10.		/ /	10		10				

Grupiņas bērnu saraksts ir nepieciešams, lai pēc tam varētu aizpildīt bērnu antropometrisko mērījumu anketas, izdalīt aplokšnes vecākiem, kā arī veikt atzīmes atskaites lapā.

Informācija virs tabulas

- Lauki "PII kods" un "Grupiņas kods" jau ir aizpildīti. Tie ir Jūsu PII un grupiņai piešķirtie unikālie kodi.
- Pie "Bērnu skaits grupiņā" jānorāda kopējais Jūsu grupiņas bērnu skaits, par ko tiks aizpildīts saraksts.
- Pie "Grupiņas audzinātājas vārds" jānorāda audzinātājas, kura nodrošina pētījuma materiālu aizpildīšanu, vārds.

Tabulā ir septiņas tukšas kolonnas, kurās ir jāveic ieraksti ar nepieciešamo informāciju par grupiņas bērniem un viņu vecākiem:

- Kolonnā "Bērna vārds, uzvārds" norādiet grupiņas audzēkņu vārdus un uzvārdus. (*Ja iespējams, ierakstiet tos alfabētiskā secībā*).
- Kolonnā "Dzimšanas datums/mēnesis/gads" norādiet grupiņas audzēkņu dzimšanas datus, t.i., datums, mēnesis un gads, ko ir jānoraksta no bērnodarza rīcībā esošiem sarakstiem
- Kolonnā "Bērna kods" kods jau ir ierakstīts. Šis kods būs noteicošais pie bērnu antropometrisko mērījumu anketu aizpildīšanas, t.i., ar tādu kodu, kāds būs pretī bērna vārdam, uzvārdam, tiks aizpildīta attiecīgā bērna antropometrisko mērījumu anketa. (*Tas palīdzēs pētījuma grupai savilkt 01 bērnu ar 01 vecāku, 02 bērnu ar 02 vecāku utt.*)
- Kolonnā "Bērna vecāku vārds, uzvārds" ir jāieraksta grupiņas audzēkņa viena no vecākiem vai aizbildņa vārds un uzvārds, ko ir jānoraksta no bērnodarza rīcībā esošiem sarakstiem.
- Kolonnā "Vecāku kods" kods jau ir ierakstīts. Šis kods būs noteicošais pie vecākiem paredzētā komplekta iedalīšanas, t.i., ar tādu kodu, kāds būs pretī bērna vecāku vārdam, uzvārdam, tiks iedalīta attiecīgā aplokšne. (*Tas palīdzēs pētījuma grupai savilkt 01 bērnu ar 01 vecāku, 02 bērnu ar 02 vecāku utt.*)

BĒRNA KODS UN VECĀKU KODS VIENMĒR IR VIENĀDI

- Kolonnā “Anketas valoda” ir jānorāda, kādā valodā (latviešu vai krievu) Pētījumu centram SKDS jā sagatavo materiāli grupiņas audzēkņu vecāku paredzētajam komplektam (krievu valodā runājošajiem vecākiem viss materiāls būs gan latviešu, gan krievu valodā).

Saraksts jā aizpilda par tik bērniem, cik ir Jūsu grupiņā, pārējās rindas atstājot tukšas.

Nākamās kolonnas JĀAIZPILDA tikai mērījumu veikšanas dienā.

- Ja bērns nav bērnudārzā, ir jāveic atzīme (✓) kolonnā “Bērns nav bērnudārzā”.
- Ja bērns atsakās piedalīties pētījumā, ir jāveic atzīme (✓) kolonnā “Bērna atteikums”.
- Ja no vecākiem ir saņemts atteikums, ka viņi nevēlas, lai viņu bērns tiktu svērts un mērīts, ir jāveic atzīme (✓) kolonnā “Vecāku atteikums”.

Kad grupiņas bērnu saraksts būs sastādīts (tikai sadaļa “Aizpilda pirms datu savākšanas, lai var sakodēt anketas”, jo pēdējās trīs kolonnas būs jā aizpilda vēlāk – mērījumu veikšanas dienā), pārstāvis no pētījumu centra SKDS sazināsies ar pirmsskolas izglītības iestādes grupiņas audzinātāju, lai uzzinātu šādu informāciju:

1. Cik audzēkņu ir Jūsu vadītajā grupiņā?
2. Kuriem grupiņas audzēkņu vecākiem aploksnē ir jā sagatavo informācijas materiāli arī krievu valodā? (Ievērojot datu aizsardzības noteikumus, tiks lūgts nosaukt vecāku **kodus**, nevis vārdus, uzvārdus.)

Svarīgi! Grupiņas bērnu saraksts netiek iznests ārpus PII, kā arī tas nedrīkst tikt nodots trešajām personām.

Ievērojot fizisku personu aizsardzību attiecībā uz personas datu apstrādi, lūdzam nekur citur šos datus neizpaust!

1. Pēc visu nepieciešamo materiālu sagatavošanas konkrētajam PII intervētājs sazinās ar atbildīgo palīgpersonu no PII. Viņš/-a vienojas par savu pirmo ierašanos PII, precizē laiku un apstākļus, kādā veidā notiks materiālu nodošana.
2. PII vadītājs/-a paraksta PII piekrišanas formu par dalību pētījumā, kuru Pētījumu centrs SKDS lūdz nodod intervētājam pirmajā apmeklējuma reizē.

SKDS INTERVĒTĀJA PIRMĀ BĒRNUDĀRZA APMEKLĒJUMA REIZE

Intervētājs organizē tikšanos ar PII piesaistīto palīgpersonālu ārpus bērnudārza telpām. Pirmajā tikšanās reizē intervētājam jā saņem parakstīta piekrišanas forma no PII vadītāja/-s par iestādes dalību pētījumā, un intervētājs nodos PII atbildīgajai personai (grupiņu audzinātājas/-i vai PII vadītājs/-a) visus pētījuma veikšanai nepieciešamos materiālus:

- Vecākiem sagatavotās aploksnēs (aploksnē būs informatīvā vēstule vecākiem par pētījumu, vecāku aptaujas anketa, atteikuma forma; krievu valodā runājošajiem vecākiem viss materiāls būs gan latviešu, gan krievu valodā);
- Pētījuma mērķgrupas (5-6 gadīgie bērni) grupiņu audzinātāju aptaujas anketu/-as, ievietotu/-as aploksnēs;
- Bērnu antropometrisku mērījumu anketas (katrai grupiņai visas vienā aploksnē);
- Rakstisku metodiku par datu savākšanas procesu (dokuments, kuru šobrīd lasāt);
- Atskaites lapu (katrai grupiņai viena);
- Dāvāniņas bērniem – uzlīmes;
- Elektroniskus svarus;

- Stadiometru;
- Mērlentes;
- Rezerves baterijas svariem;
- Dezinfekcijas līdzekli.

Tāpat pirmajā apmeklējuma reizē intervētājs ATKĀRTOTI saskaņos ar piesaistīto PII palīgpersonālu laiku, kad intervētājs varēs saņemt atpakaļ pētījuma materiālus (aizpildītās bērnu antropometrisko mērījumu anketas, vecāku anketas, audzinātāju aptaujas anketas, vecāku atteikuma formas (pilns nododamo materiālu saraksts ir atrodams 22. lappusē). Vēlams, lai tas notiktu aptuveni pēc četrām darba dienām. Par katru konkrētu datumu intervētājs vienosies sava pirmā zvana laikā PII: kad viņš ierodas, kad vecākiem izsniedz materiālu, kad ir mērījumu veikšanas diena un kad intervētājs ierodas pēc materiāla. Viss notiks pēc grafika, jo rindā jau būs nākamais PII, kur notiks mērījumu veikšana.

SAGATAVOŠANĀS PĒTĪJUMA DATU SAVĀKŠANAI GRUPIŅĀ

Turpmāk ir aprakstītas darbības, kas veicamas vienā PII grupiņā. Ja PII ir vairākas pētījumā iekļautās grupiņas, tad šīs darbības jāveic katrā grupiņā. Ja materiālus no intervētāja nesaņem audzinātāja, tad pēc materiālu saņemšanas no intervētāja atbildīgā persona nodod grupiņu audzinātājiem/-ām katrai grupiņai nepieciešamos materiālus.

Pēc materiālu saņemšanas grupiņas audzinātāja:

1. Aizpilda Audzinātājas anketu, ieliek to aploksnē un, ja vēlas, aizlīmē aploksni.
2. Pēc grupiņas bērnu saraksta aizpilda bērnu antropometrisko mērījumu anketas 1. un 2. jautājumu - dzimums un dzimšanas dati. Tieši šajā brīdī ir SVARĪGI BŪT PRECĪZIEM un anketā nepieciešamos datus ierakstīt tieši par to bērnu no grupiņas bērnu saraksta, kuram pretī atbilstoši ir tāds pats kārtas numurs, kāds ir uzrakstīts uz anketas. **KARTĪBU LŪDZU NESAJAUKT!**
3. Pēc izvēles var nosūtīt ziņu vecākiem grupiņas čātā par to, ka notiks pētījums un katra bērna vecāki saņems informāciju par pētījuma norisi, atteikuma formu, ja nevēlēsies, ka bērns piedalās pētījumā, un aptaujas anketu vecākiem par bērna paradumiem mājās.
4. Audzinātāja tajā pašā vai nākamajā dienā izdala vecākiem paredzēto APLOKSNI (aploksnē pētījumu centra SKDS pētījuma grupas pārstāvji ir ievietojuši informatīvo vēstuli, vecāku anketu un atteikuma formu) Aploksni izsniedz vienam no bērna vecākiem vai aizbildņiem un lūdz aizpildīto dokumentu komplektu atgādāt atpakaļ trīs dienu laikā. **Svarīgi atcerēties** un informēt vecākus, ka viņu bērna antropometrisko parametru pieraksta anketa un vecāku aptaujas anketas ir kodētas, līdz ar to bērna antropometrisko mērījumu dati un vecāku anketas dati ir pilnīgi anonīmi un konfidenciāli. **Tieši šajā brīdī ir SVARĪGI BŪT PRECĪZIEM, un vecākiem izdalīt aploksni ar tādu pašu numuru, kāds ir redzams pretī vecāku uzvārdam grupiņas sarakstā. KARTĪBU, LŪDZU, NESAJAUKT!**
5. Par bērna dalību mērījumu veikšanas procesā vecākiem tiek lūgta pasīvā piekrišana. Tas nozīmē, ka ja trīs darbadienu laikā no vēstules saņemšanas brīža no vecākiem netiek saņemts viņu atteikums (aizpildīta un parakstīta atteikuma forma neievietota aploksnē) antropometrisko parametru mērījumu veikšanai bērnam, tad tiek uzskatīts, ka vecāki piekrīt mērījumiem, un bērns tiek nomērīts.

ANTROPOMETRISKO MĒRĪJUMU VEIKŠANA BĒRNIEM GRUPIŅĀ

Audzinātāja mērījumu veikšanas dienā pirms to veikšanas:

1. Veic atzīmes bērnu antropometrisko mērījumu anketas 3. jautājumā.
2. Pamatojoties uz saņemtajām atteikuma formām no vecākiem, atzīmē grupiņas bērnu sarakstā, kurus bērnus nav jāaicina uz mērījumu veikšanu. Audzinātāja tām bērnu anketām, kurām ir vecāku atteikumi, virsū uzraksta "Atteikums" un piesprauž ar saspraudi vai skavotāju vecāku atteikumu klāt bērna anketai.
3. Tāpat audzinātāja atzīmē grupiņas bērnu sarakstā, ja kāds bērns mērījumu veikšanas dienā nav bērnudārzā.
4. Ja mērījumus veic medmāsa vai cita persona, audzinātāja mērījumu veikšanas dienā pēc visu iepriekš minēto darbību izpildes nodod grupiņas bērnu sarakstu un bērnu antropometrisko mērījumu anketas personai, kura veiks mērījumus.
5. Bērnudārza darbinieks, kurš veiks mērījumus, noteiktajā dienā sagatavo mērījumiem paredzēto vietu, mērinstrumentus, grupiņas bērnu sarakstu un bērnu antropometrisko mērījumu anketas.
6. Bērnus aicina uz mērījumu veikšanu. Mērījumi tiek veikti labvēlīgā gaisotnē, ievērojot anonimitāti, konfidencialitāti un ētikas principus, piemēram, zēni un meitenes tiek mērīti un svērti atsevišķi, bērni netiek pilnībā izģērbti, viņiem lūdz novilkt biezas drēbes un apavus un zeķes, paliekot vieglās drēbēs.
7. Bērnam vaicā vārdu un nepieciešamības gadījumā arī uzvārdu, kā arī bērna piekrišanu mērījumu veikšanai. Ja bērns piekrīt mērījumiem, tad veic mērījumus un mērījumu rezultātus atzīmē anketā ar atbilstošo kodu, kāds ir atzīmēts grupas sarakstā iepretim bērna vārdam un uzvārdam. Ja bērns nepiekrīt mērījumiem, to atzīmē atbilstošajā anketā (4. jautājumā) un veic atzīmes arī 5a. un 11. jautājumā. Ja mērījumus veic cita persona, ne audzinātāja, lūgums audzinātājam palīdzēt bērnu identifikācijas procesā. **Tieši šajā brīdī ir SVARĪGI BŪT PRECĪZIEM, un anketā nepieciešamos datus ierakstīt tieši par to bērnu, kuram pretī ir tāds pats kārtas numurs, kāds ir uzrakstīts uz anketas. KARTĪBU LŪDZU NESAJAUKT!**

Svarīgi! Mērījumu veikšanā un anketas aizpildīšanā vadīties pēc Bērna antropometrisko datu pieraksta formas aizpildīšanas vadlīnijām, kas pievienotas zemāk, un nofilmētā apmācības materiāla.

BĒRNA ANTROPOMETRISKO DATU ANKETAS AIZPILDĪŠANA

PII kods		PII grupas kods	Bērna kods		

Tabulas lauki "PII kods", "PII grupas kods" un "Bērna kods" iepriekš būs aizpildīti pētījumu centrā SKDS

1. Bērna dzimums:

VIENA ATBILDE, lūdzu, apvelciet ar aplīti ciparu atbilstoši bērna dzimumam

zēns	1
meitene	2

Vadlīnijas

Atzīmēt atbilstošo ciparu.

2. Bērna dzimšanas datums:

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna dzimšanas datumu

Datums |__|__| Mēnesis |__|__| Gads 20 |__|__|

Vadlīnijas

Dzimšanas datumu noraksta no iepriekš sagatavotā bērnu saraksta.

3. Pēdējās ēdienreizes (brokastu, pusdienu vai launaga) pasniegšanas laiks bērnam pirmsskolas izglītības iestādē:

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet stundas un minūtes

Plkst. |__|__| |__|__|
(stundas) (minūtes)

Vadlīnijas

Norādīt pēdējās ēdienreizes laiku pirms mērīšanas.

4. Antropometrisko mērījumu veikšanas laiks:

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet stundas un minūtes, kad tika sākti mērījumi

Plkst. |__|__| |__|__|
(stundas) (minūtes)

Vadlīnijas

Norādīt laiku, cikos sāk veikt mērījumus.

5. Tagad es gribētu nosvērt Tevi, izmērīt Tavu augumu, noņemt jostasvietas un gurnu apkārtmērus. Es tev paskaidrošu, kā es to darīšu. Vai es varu veikt šos mērījumus?

VIENA ATBILDE, lūdzu, apvelciet ar aplīti atbilstošo ciparu

jā, bērns piekrīt izmērīt	1	→ 6. jaut.
nē, bērns nepiekrīt veikt mērījumus	2	→ 5a. jaut.

Vadlīnijas

- Jautājuma teksts ir jānolasa bērnam.
- Bērns ir jāiedrošina, jābūt draudzīgam.
- Ja bērns piekrīt, nākamais (5.a) jautājums jāizlaiž un jāturpina ar 6. jautājumu.
- Ja bērns nepiekrīt, pāriet pie nākamā jautājuma un tad aizpildīt 11. jautājumu, pārējos jautājumus atstājot tukšus.
- Atzīmēt atbilstošo ciparu.

5.a. Atzīmējiet bērna atteikuma varbūtējo galveno iemeslu:

VIENA ATBILDE, lūdzu, apvelciet ar aplīti ciparu atteikuma varbūtējam galvenajam iemeslam

bērns nejūtas labi vai viņam ir sāpes	1	→ 11. jaut.
bērns ir satraukts, nervozs	2	
bērnā ir fiziska invaliditāte	3	
cits iemesls (lūdzu, precizējiet)	4	

Vadlīnijas

- Šo jautājumu aizpildīt tikai tad, ja bērns nav piekritis mērījumiem, pēc tam pāriet pie 11. jautājuma, pārējos jautājumus atstājot tukšus.
- Intervētājam pašam objektīvi jānovērtē bērna atteikuma iemesls, nejaudājot to bērnam.
- Atzīmēt atbilstošo ciparu.
- Ja tiek atzīmēta atbilde "cits iemesls", jāatzīmē atbilstošais cipars un jāprecizē iemesls.

6. Antropometrisko mēriju veikšanas brīdī bērnam ir jānovelk kurpes un zeķes. Ir pieļaujams viegls iekštelpu apģērbs, taču iespējams, ka bērns tomēr atsakās novilkt kādu smagāku iekštelpu apģērba gabalu. Aprakstiet bērna apģērba mēriju veikšanas brīdī (izvēlieties tikai vienu iespēju):

VIENA ATBILDE, lūdzu, apvelciet ar aplīti atbilstošo ciparu

apakšveļa	1
ļoti viegls apģērbs (piemēram, tikai šorti un T-kraksls)	2
viegls apģērbs (piemēram, tikai viegli kokvilnas svārki vai plānas bikses un T-kraksls)	3
vidēji smags apģērbs (piemēram, džemperis, džinsu jaka, u.c.)	4
cits apģērbs (lūdzu, precizējiet)	5

Vadlīnijas

- Šis jautājums nav jāuzdod, darbiniekam pašam objektīvi jānovērtē bērna izskats.
- Atzīmēt atbilstošo ciparu.
- Atsaucoties uz iepriekšējo jautājumu, bērnam vienkāršā valodā jāpaskaidro, kā tiks veikti mērījumi, piemēram, "Lai es varētu veikt mērījumus, Tev būs jānovelk apavi, zeķes un jaciņa. Es Tevi nosvēršu, nomērīšu Tavu garumu un arī puncīša apkārtmēru".
- Darbiniekam jāpalūdz bērnam novilkt kurpes, zeķes, kā arī citi smagākie un biezākie apģērba gabali.
- Ja bērns atsakās kaut ko novilkt, tas var sarežģīt mērīšanas procesu, bet viņam to nevar uzspiest.
- Apavi un zeķes ir jānovelk obligāti!!!
- Ja tiek atzīmēts atbilžu variants "cits apģērbs", tad obligāti jāprecizē, kāds, norādot apģērba detaļas, kā arī atzīmējot konkrēto ciparu.

7. Ķermeņa masa (kg):

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna ķermeņa masu (kg)

|_2_|_2_| , |_5_|

Vadlīnijas

- Ideālā situācijā ķermeņa masa būtu jānosaka bērniem bez apģērba. Ir pieļaujams arī viegls iekštelpu apģērbs, taču bērniem ir jānovelk kurpes un zeķes, kā arī visi salīdzinoši smagie apģērbi (garās bikses, džemperus, jakas, vestes utt.).
 - Bērna ķermeņa masas noteikšanai izmanto medicīniskos svarus.
- Pareiza mērījuma veikšanas soļi:
- Bērnam jāpalūdz uzstāties uz svariem. Bērnam jāstāvē, uz svaru platformas neatbalstoties. Rokas brīvi novietotas gar sāniem, plaukstas vērstas pret augšstilbiem, papēži kopā. Ķermeņa masai jābūt vienmērīgi sadalītai uz abām pēdām. Mērījumu pieraksta normālas izelpas laikā.
 - Uz svariem jāstāvē tik ilgi, kamēr tiek nofiksēts precīzs svars.
- Bērna ķermeņa masu nosaka kilogramos ar precizitāti līdz 100 gramiem (0,1 kg), piemēram, "22,5". Jāpieraksta rezultāts.**

8. Auguma garums (cm):

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna auguma garumu (cm)

|_1_|_1_|_3_| , |_2_|

Vadlīnijas

- Bērnam jābūt novilkām korpēm un zeķēm.
- Darbiniekam jāizmēra bērna auguma garums ar stadiometru, kurš piestiprināts pie sienas vai novietots vertikāli ar atbalstu pie sienas.

Pareiza mērījuma veikšanas soļi:

- Bērnam jāstāv stabili uz abām kājām uz taisna pamata, kas attiecībā pret stadiometru ir zem taisna leņķa, galvai jābūt taisnai, rokas brīvi novietotas gar sāniem, plaukstu vērsta pret augšstilbiem, papēži kopā. Ķermeņa masai jābūt vienmērīgi sadalītai uz abām kāju pēdām.
- Lāpstiņām un sēžai jābūt piespiestai pie stadiometra lineāla. Ja papēži, sēža, lāpstiņas un pakausis vienlaikus nebalstās pret lineālu, mērāmā persona jānostāda tā, lai lineālu skartu sēža un papēži vai pakausis.
- Balstu pārbīda gar lineālu, līdz tas atbalstās pret galvas augstāko punktu. Pārbīdāmo balstu novieto uz galvas augstākā punkta, izdarot nelielu spiedienu, lai saspiestu matus.

Jānolasa mērījums un jāpieraksta rezultāts ar precizitāti līdz 0,1 cm, tas ir, piemēram 113,2 cm, nevis 113 cm.

8.a. Atkārtots auguma garuma mērījums (cm):

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna auguma garumu (cm)

|_1_|_1_|_3_| , |_2_|

Vadlīnijas

- Jāveic auguma garuma mērījums atkārtoti, pierakstot rezultātu.
- Atkārtotais mērījums nedrīkst atšķirties par vairāk kā 1 cm. Ja atšķirība ir lielāka, vēlreiz jāveic divi jauni mērījumi un jāpieraksta rezultāts.

9. Vidukļa apkārtmērs (cm):

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna vidukļa apkārtmēru (cm)

|_0_|_5_|_1_| , |_4_|

Vadlīnijas

- Mērījumus izdara līdz viduklim izgērbtam bērnam.
- Mērījuma veikšanai jāizmanto 150 cm gara mērlente.

Pareiza mērījuma veikšanas soļi:

- Bērns nostājas taisni stāvus pozīcijā ar atbrīvotu vēderu, rokām gar sāniem, bet nedaudz atvilkām no ķermeņa un uz priekšu vērstām, kopā saliktām pēdām.
- Lai noteiktu līmeni, kurā nomērīt vidukļa apkārtmēru, vispirms satausta labo gūžas kaulu. Uz ādas ar marķieri iezīmē robežu tieši virs labā gūžas kaula augšējās sānu malas (zarnu kaula šķautnes).
- Satausta apakšējās ribas malu un atzīmē (ar marķieri) precīzi apakšējās malas līmenī.
- Izmēra attālumu starp abām atzīmēm (ribu loku un zarnkaula šķautni) un atzīmē starp tām viduspunktu.
- Apliek mērlenti ap vidukli horizontālā plaknē labajā pusē izdarītās atzīmes līmenī, ievērojot, lai nebūtu izliekumu. Mērlente nedrīkst būt nostiepta, tai viegli jāskar āda.
- Mērījumu veic normālas vieglas izelpas beigās.

Mērījums tiek fiksēts centimetros (cm) līdz tuvākajam milimetram (0,1 cm).

9.a. Vidukļa apkārtmēra 2. mērījums (cm):

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna vidukļa apkārtmēru (cm)

|_0_|_5_|_1_| , |_4_|

Vadlīnijas

- Jāveic vidukļa apkārtmēra mērījums atkārtoti (2. reizi), pierakstot rezultātu.
- Atkārtotais mērījums nedrīkst atšķirties par vairāk kā 1 cm no 1. mērījuma rezultāta. Ja atšķirība ir lielāka, no sākuma jāatkārto trīs mērījumi un jāpieraksta rezultāts.

9.b. Vidukļa apkārtmēra 3. mērījums (cm):

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna vidukļa apkārtmēru (cm)

|_0_|_5_|_1_| , |_4_|

Vadlīnijas

- Jāveic vidukļa apkārtmēra mērījums atkārtoti (3. reizi), pierakstot rezultātu.
- Atkārtotais mērījums nedrīkst atšķirties par vairāk kā 1 cm no 1. un 2. mērījuma rezultāta. Ja atšķirība ir lielāka, no sākuma jāatkārto trīs mērījumi un jāpieraksta rezultāts.

10. Gurnu apkārtmērs (cm):

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna gurnu apkārtmēru (cm)

|_0_|_7_|_7_| , |_5_|

Vadlīnijas

- Bērnām mugurā jābūt vieglam iekštelpu apģērbam.
- Mērījuma veikšanai jāizmanto 150 cm gara mērlente.

Pareiza mērījuma veikšanas soļi:

- Bērns nostājas taisni ar atbrīvotu vēderu, rokām gar sāniem un uz priekšu vērstām, kopā saliktām pēdām.
- Mērījums tiek veikts, platākajā gurnu vietā – apakšējā sēžas līmenī.
- Tāpat kā, izdarot vidukļa apkārtmēra mērījumus, mērlente jāapliek horizontāli ap ķermeni, lai neveidotos izliekums. Mērlente nedrīkst būt nostiepta, tai viegli jāskar āda.
- Mērījums jāveic normālas vieglas izelpas beigās.

Mērījums tiek fiksēts centimetros (cm) līdz tuvākajam milimetram (0,1 cm).

10.a. Gurnu apkārtmēra 2. mērījums (cm):

VIENA ATBILDE lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna gurnu apkārtmēru (cm)

|_0_|_7_|_7_| , |_5_|

Vadlīnijas

- Jāveic gurnu apkārtmēra mērījums atkārtoti (2. reizi), pierakstot rezultātu.
- Atkārtotais mērījums nedrīkst atšķirties par vairāk kā 1 cm no 1. mērījuma rezultāta. Ja atšķirība ir lielāka, no sākuma jāatkārto trīs mērījumi un jāpieraksta rezultāts.

10.b. Gurnu apkārtmēra 3. mērījums (cm):

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet bērna gurnu apkārtmēru (cm)

|_0_|_7_|_7_| , |_5_|

Vadlīnijas

- Jāveic gurnu apkārtmēra mērījums atkārtoti (3. reizi), pierakstot rezultātu.
- Atkārtotais mērījums nedrīkst atšķirties par vairāk kā 1 cm no 1. un 2. mērījuma rezultāta.

Ja atšķirība ir lielāka, no sākuma jāatkārto trīs mērījumi un jāpieraksta rezultāts.

11. Mērījumu veikšanas datums:

VIENA ATBILDE, lūdzu, ar cipariem ierakstiet mērījumu veikšanas datumu

Datums |__|__| Mēnesis |__|__| Gads 20 |__|__|

Vadlīnijas

Jāieraksta datums, kad veikti mērījumi

VIETA JŪSU PIEZĪMĒM

.....
.....

Vadlīnijas

Šeit darbinieks var norādīt visas savas piezīmes, komentārus, paskaidrojumus un citas būtiskas lietas, kas var būt nozīmīgas pētījuma gaitai.

Pēc mērījumu veikšanas katram bērnam jāiedod pētījumu centra SKDS sagādāto dāvaniņu – uzlīmes. Pēc katra bērna mērījumu veikšanas tiek nodezinficēti instrumenti, un pēc tam aicina iekšā nākamo bērnu.

Ja mērījumus neveic audzinātāja, pēc visu grupiņas bērnu mērījumu veikšanas mērījumu veicējs atdod atpakaļ audzinātājai grupiņas bērnu sarakstu, kā arī aizpildītās bērnu antropometrisko mērījumu anketas.

Audzinātāja apkopo mērījumu veikšanas un neveikšanas iemeslus par katru bērnu un veic atzīmes atskaites lapā. Pēc tam audzinātāja saliek visas antropometrisko mērījumu anketas (arī tukšās anketas un anketas ar pievienotiem atteikumiem) augošā secībā pēc to kodiem un ieliek tās kopā ar vecāku iesniegtajām aploksnēm, audzinātāj-u aizpildītajām anketām un atteikuma lapām sagatavotajā aploksnē, kas jānodod atbildīgajai personai.

ATSKAITES LAPAS AIZPILDĪŠANAS VADLĪNIJAS



2020. gada novembris – 2021. gada janvāris
Pētījums par fizisko aktivitāti, uztura paradumiem un ķermeņa masas indeksu 5-6 gadīgiem pirmsskolas vecuma bērniem Latvijā
ATSKAITES LAPA

Kontaktpersonas (audzinātājas) vārds _____

Telefons _____

PII kods Grupas kods Bērnu skaits grupiņā _____

Jebkuru neskaidrību gadījumā, lūdzu, zvaniet Ivetai Briškai, tālr. 25000911



Nr.	BĒRNA DZIMUMS		BĒRNA KODS	ATZĪMĒT VIENU			
	ZĒNS	MEITENE		BĒRNAM IR VEIKTI ANTROPOMETRISKIE MĒRĪJUMI	BĒRNS NAV BĒRNUDĀRZĀ	BĒRNA ATTEIKUMS	VECĀKU ATTEIKUMS
1.			01				
2.			02				
3.			03				
4.			04				
5.			05				
6.			06				
7.			07				
8.			08				
9.			09				
10.			10				

Atskaites lapa ir nepieciešama, lai pētījumu centrs SKDS saņemtu nepieciešamo informāciju par pētījumā iesaistītajām personām, ievērojot fizisku personu aizsardzību attiecībā uz personas datu apstrādi, t.i., lai nekur neparādās vārdi, uzvārdi un citi personas dati.

Atskaites lapa jāaizpilda tikai pēc mērījumu veikšanas. Aizpildīšanā jāvadās pēc grupiņas bērnu saraksta, t.i., jāveic atzīmes atbilstoši informācijai, kas atzīmēta grupiņas bērnu sarakstā.

Informācija virs tabulas

- Pie "Kontaktpersonas (audzinātājas) vārds" jānorāda grupiņas audzinātājas, kura nodrošina pētījuma materiālu aizpildīšanu, vārds. Tam jāsakrīt ar "Grupiņas audzinātājas vārdu" grupiņas bērnu sarakstā.
- Pie "Telefons" jānorāda grupiņas audzinātājas, kura nodrošina pētījuma materiālu aizpildīšanu, telefona numurs. Tas nepieciešams tikai tāpēc, ja pētījuma darba grupai pēc materiālu saņemšanas rodas kādi jautājumi vai neskaidrības saistībā ar norādīto informāciju (*piemēram, vecāka 01 aptaujas anketā norādītais bērna dzimšanas datums nesakrīt ar bērna 01 bērna antropometrisko mērījumu anketā norādīto dzimšanas datumu*).

- Lauki “PII kods” un “Grupas kods” jau ir aizpildīti. Tie ir Jūsu PII un grupīnai piešķirtie unikālie kodi. **Lūdzu, pārbaudiet, vai šie kodi sakrīt ar tiem kodiem, kas norādīti grupīnas bērnu sarakstā. Ja kodi abos dokumentos nav vienādi, obligāti jāsaņemas pa zemāk norādīto tālruni.**
- Pie “Bērnu skaits grupīnā” jānorāda kopējais Jūsu grupīnas bērnu skaits. Tam ir jāsakrīt ar norādīto bērnu skaitu grupīnas bērnu sarakstā.
- Pa zemāk norādīto tālruni var sazināties ar pētījuma vadītāju, ja radušās kādas neskaidrības.

Informācija tabulā

Tabulā jāatzīmē dati par katru bērnu no grupīnas bērnu saraksta. **Šeit ļoti svarīgi ir nesajaukt kodus un atzīmēt nepieciešamo informāciju pie konkrētā koda, kas atbilst kodam grupīnas bērnu sarakstā.**

Vēršam uzmanību, ka šajā tabulā nekas nav jāraksta, bet tikai jāveic atzīmes (v) atbilstošajās kolonnās. Katrā rindā jābūt veiktām divām atzīmēm – viena pie bērna dzimuma un otra pie mērījuma statusa.

1. Kolonnā “Bērna kods” norādīti kodi, kas atbilst tiem pašiem kodiem grupīnas bērnu sarakstā un pēc kuriem vadoties, attiecīgi jāaizpilda pārējās kolonnas.
2. Jāveic atzīme (v) vienā no divām kolonnām – “zēns” vai “meitene” atbilstoši bērna dzimumam.
3. Jāveic atzīme (v) vienā no četrām kolonnām:
 - “Bērnā ir veikti antropometriskie mērījumi”, ja bērnam ir veikti antropometriskie mērījumi;
 - “Bērns nav bērnudārzā”, ja bērns mērīšanas dienā nav bijis bērnudārzā;
 - “Bērna atteikums”, ja bērns atteicās piedalīties pētījumā;
 - “Vecāku atteikums”, ja no vecākiem ir atnācis atteikums par bērna dalību pētījumā.

Tādā veidā jāaizpilda informācija par visiem grupīnas bērniem.

Pēc atskaites lapas aizpildīšanas tā kopā ar pārējiem pētījuma materiāliem jānodod Pētījumu centra SKDS intervētājam.

Grupīnas bērnu saraksts paliek pie audzinātājas vai tiek nodots PII vadītājam/-ai, kas to uzglabās vai iznīcinās atbilstoši datu anonimitātes un konfidencialitātes principiem. Tādējādi saraksts ar bērnu datiem netiks iznests ārpus bērnudārza teritorijas, un Pētījumu centrs SKDS iegūs tikai pētījuma datu apstrādei nepieciešamos anonīmos datus.

Bērnudārza atbildīgā persona saņemas ar SKDS intervētāju iepriekšējā tikšanās reizē (vai telefona sarunā) norunātajā laikā, lai vienotos par materiālu atdošanu.

SKDS INTERVĒTĀJA OTRĀ BĒRNUDĀRZA APMEKLĒJUMA REIZE

SKDS intervētājs organizēs tikšanos ar bērnudārza atbildīgo darbinieku ārpus PII telpām. Intervētājs saņem no darbinieka pētījuma materiālus:

- Vecāku aploksnes ar anketām;
- Bērnu antropometrisko mērījumu anketas un atteikumus;
- Audzinātājas/-u anketas;
- Atskaites lapu;
- Rakstisku metodiku par mērījumu veikšanu;
- Elektroniskos svarus;
- Stadiometru;
- Mērlentes;
- Neizmantotās un utilizējamās svaru baterijas.

Intervētājs veiks pirmreizējo materiālu pārbaudi ārpus PII telpām un nepieciešamības gadījumā sazināsies ar atbildīgo personu.

Pēc materiālu pārbaudes intervētājs nogādās visus materiālus Pētījumu centrā SKDS, kur tos ievietos slēgtā skapī glabāšanā līdz pētījuma beigām – 2021. gada 30. novembrim un pēc tam aizpildītās anketas tiks nodotas pasūtītājam – LR Veselības ministrijai. Pasūtītājs personu datus saturošos materiālus uzglabās līdz ESF projekta "Kompleksi veselības vecināšanas un slimību profilakses pasākumi" (identifikācijas Nr. 9.2.4.1/16/l/001) noteiktajam īstenošanas perioda beigām, tad tie tiks iznīcināti, sastādot aktu par šo faktu.

Dažus PII intervētājs apmeklēs 3 reizes. Pirmajā apmeklējumā intervētājs nodos visus materiālus, izņemot mērinstrumentus, lai varētu pēc iespējas ātrāk uzsākt darbu. Otrajā apmeklējuma reizē tiks nodoti mērinstrumenti un trešajā apmeklējuma laikā intervētājs saņems visus materiālus no PII atbildīgā darbinieka.

SVARĪGA INFORMĀCIJA

SKDS pētījuma grupa lūdz saglabāt bērnu grupiņu sarakstu vēl 3 mēnešus, kamēr notiks datu apstrāde, lai vajadzības gadījumā ar Jums varētu sazināties un nepieciešamības gadījumā precizēt neskaidros jautājumus.

Kad saņemsiet atpakaļ bērnu vecāku aploksnes, tās kategoriski aizliegts atplēst bērnudārza darbiniekiem.

Vecāku aploksnes atvērsim TIKAI pētījuma centrā SKDS.

Ja kāds vecāks nav aizlīmējis savu aploksni, lūdzam, neielūkojoties iekšā, to aizlīmēt.

INFORMATĪVAIS TĀLRUNIS PII DARBINIEKIEM

Jūs vienmēr varēsiet sazvanīt un uzdot jautājumus projekta vadītājai Ivetai Briškai, zvanot pa tālruni **+37125000911**. Lūgums šo tālruni neizsniegt vecākiem, jo vecākiem ir izveidots atsevišķs informatīvais tālrunis.

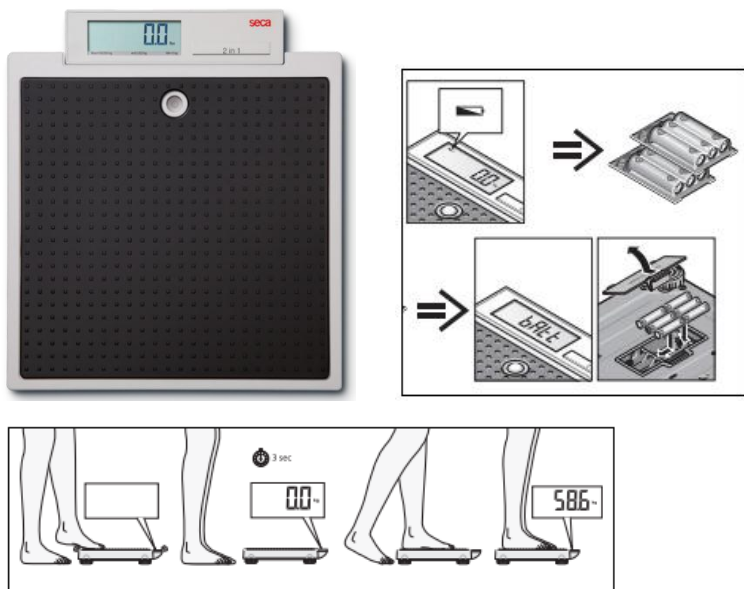
INFORMATĪVAIS TĀLRUNIS VECĀKIEM

Pētījumu centra SKDS pētījuma darba grupas pētnieki labprāt atbildēs uz VECĀKU jautājumiem, pa tālruni **+37125000912**

MĒRINSTRUMENTU LIETOŠANAS NOTEIKUMI

ELEKTRONISKO SVARU LIETOŠANAS NOTEIKUMI

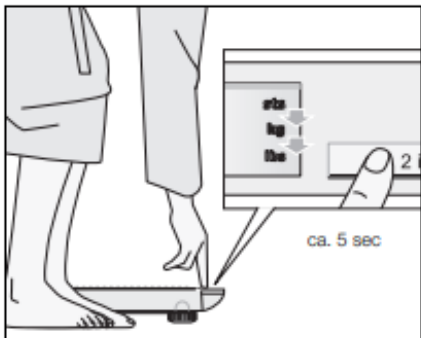
SVARI (SECA 876)



1. No brīža, kad svari ir ievietotas baterijas, tie ir ieslēgti un manuāli nav izslēdzami.
2. Lai svari sāktu darboties, tiem jāuzspiež ar kāju, jāpagaida, kad uz ekrāna parādās 0.0, un tikai tad uz tiem var kāpt virsū, lai nofiksētu svaru. Ja svari 15 sekundes netiek lietoti, tiem izdziest ekrāns un, lai tos atsāktu lietot, atkārtoti jāuzspiež ar kāju.

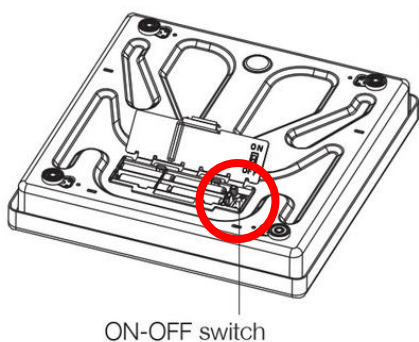


3. Šajā brīdī svarīgākais ir pārbaudīt, vai ekrānā uzrādītā mērvienība ir kilogrami (kg).



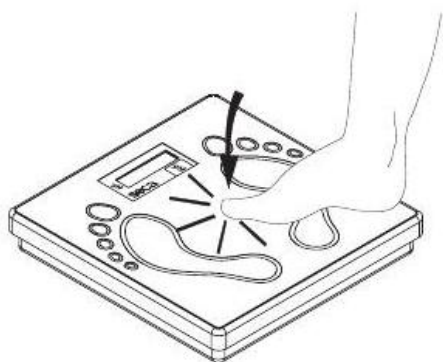
4. Ja neuzrādās kg, bet kāda cita mērvienība, tad to var nomainīt, 5 sekundes turot piespiestu pogu "2 in 1". Ja ar pirmo reizi neizdodas, tad jāpatur vēlreiz 5 sekundes, jo svāriem ir 3 dažādas mērvienības - sts, kg, lbs.

SVARI (SECA 872)



ON-OFF switch

1. Lai ieslēgtu svarus, jāatver bateriju nodalījums, kas atrodas svaru apakšpusē, un jāpabīda melnais slēdzītis uz augšu.



2. Šajā brīdī svāri darbojas. Uz tiem var kāpt virsū, kad ekrānā parādās 0.00. Ja ekrāns ir izdzisis, tad tiem jāuzspiež ar kāju vai, ja nekas nenotiek, svāri jāizslēdz un vēlreiz jāieslēdz ar melno slēdzīti svaru apakšpusē.



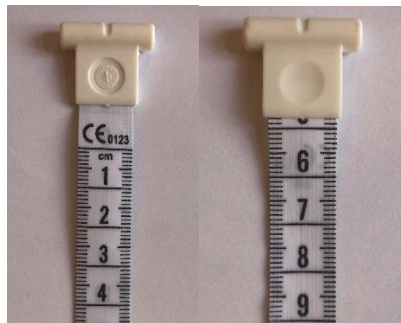
3. Šajā brīdī svarīgākais ir pārbaudīt, vai ekrānā uzrādītā mērvienība ir kilogrami (kg).



4. Ja neuzrādās kg, bet kāda cita mērvienība (lbs), tad to var nomainīt, 1-2 sekundes turot piespiestu zilo pogu.

5. Ja svāri netiek lietoti ilgāku laiku, tie jāizslēdz, attaisot bateriju nodalījumu un pabīdot melno slēdzīti uz leju.

MĒRLENTE (SECA 201)



1. Izvelkot mērlenti, tā automātiski nofiksēsies. Lai ievilkto mērlenti atpakaļ kastītē, jāuzspiež uz uzraksta "seca".

2. Svarīgi ievērot, ka mērlentei ir divas dažādas puses – vienā centimetru uzskaitījums sākas no 1 cm, bet otrā no 6 cm.

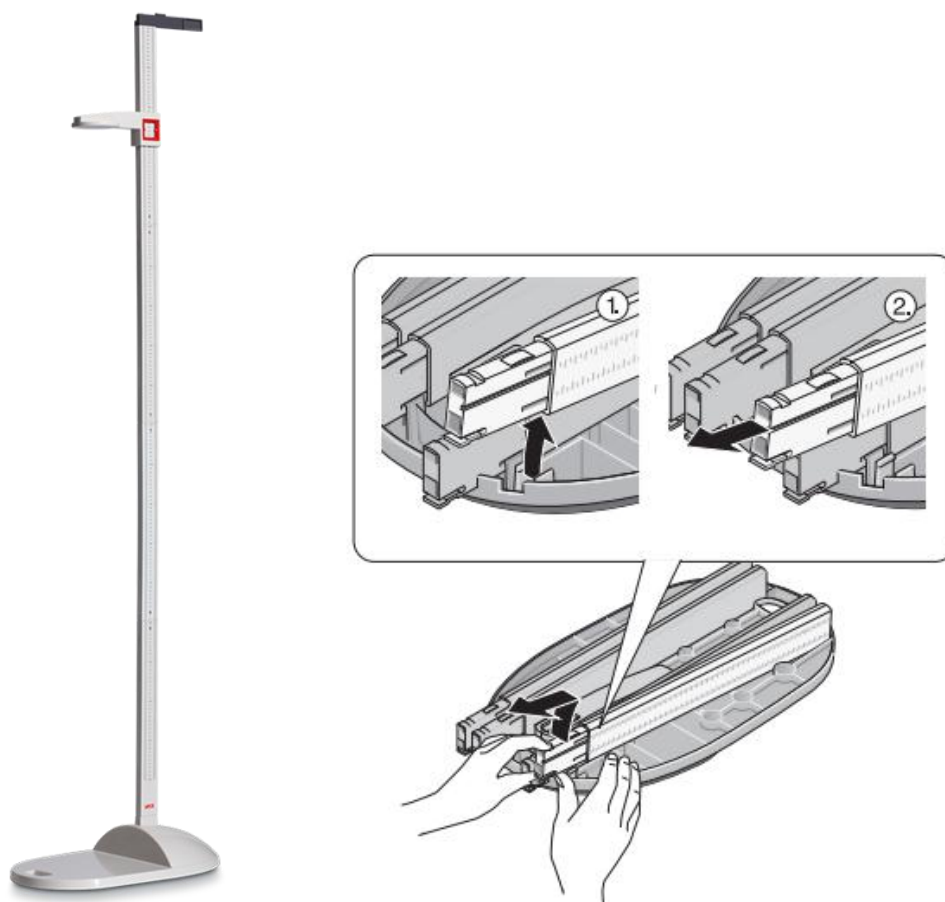


3. Veicot vidukļa un gurnu apkārtmēra mērījumus, jāpārlicinās, vai mērlente nav sagriezusies. Šajā gadījumā ir pareizi, ka centimetru uzskaitījums sākas ar 6 cm, bet tas ir tikai tāpēc, ka pirmos piecus centimetrus veido mērlentes kastīte. Apliekot mērlenti apkārt ķermenim, tās otrs gals jānofiksē iedobumā mērlentes kastītes otrā galā. Mērījuma rezultāts jānolasa vietā, kur mērlente ieritinās kastītē.

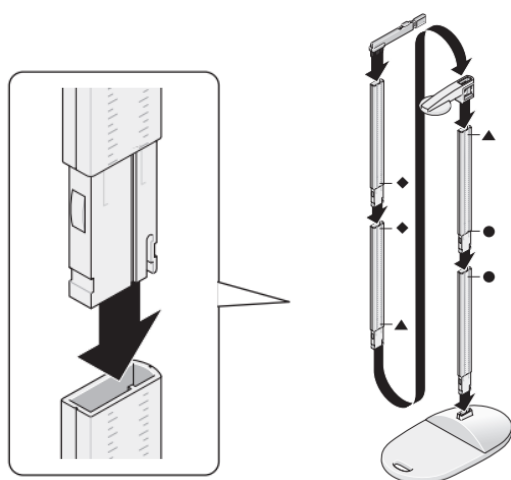


4. Ja esat izvēlējušies mērīt ar otru mērlentes pusi (sākas ar 1 cm), tad rezultāts jānolasa tajā vietā, kur krustojas 0 cm atzīme ar mērlentes otru galu.

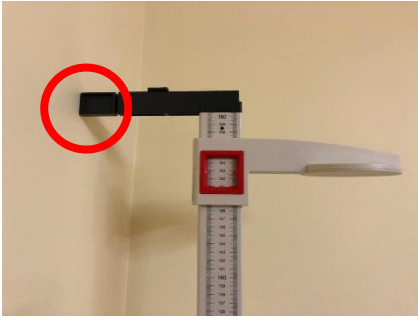
STADIOMETRS (SECA 213)



1. Lai saliktu stadiometru, visas detaļas uzmanīgi ir jāizņem no statīva turētāja apakšas.
2. Stienīši jāsaliek vienu virs otra, sekojot līdzī, lai tie ietu pareizā secībā. Piemēram, pēc 60 cm tālāk seko atzīme 61 cm u.t.t..



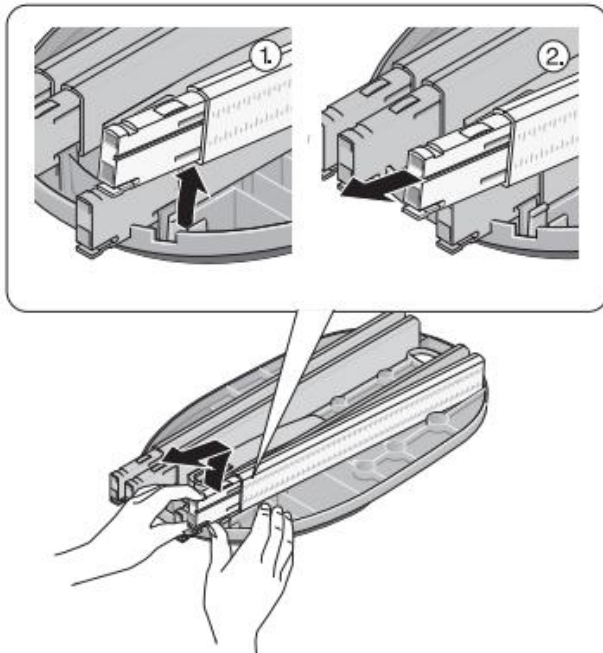
3. Uz tiem jāuzliek auguma fiksators un pašā galā jānostiprina melnais uzgalis.



4. Melnajam uzgalim stadiometra augšā jābūt piespiestam pie sienas.



5. Mērījuma rezultāts jānolasa starp bultiņām sarkanajā kvadrātā.



6. Stadiometru pēc mērīšanas, lūdzu, izjaukt un salikt atpakaļ somā, piestiprinot pie stadiometra pamatnes visas detaļas.