

Вступ

Рівень здоров'я залежить від багатьох чинників і обставин. Однак доведено, що здоров'я насамперед залежить від поведінки людини, тобто її способу життя. Саме ці питання ми підіймали пропонуючи анкетування учням школи.

Анкета для опитування включала в себе кілька блоків. Питання анкети були послідовно згруповані, які відображали їхнє ставлення до свого здоров'я, знання основ здорового способу життя, доступність та якість профілактичної допомоги.

У процесі анкетування кожній особі, обраної для анкетування, пропонувалося відповісти на запитання, поставлені у формі опитувального листа - анкети. За формою питання закриті - відповідь полягає у виборі з декількох пропонованих в анкеті тверджень. Відповіді на питання носять анонімний характер.

Протокол узагальнених результатів анкетування учнів 9-10 класів на тему: «Молодь, здоровий спосіб життя і протиправна поведінка»

Дата проведення: 15.12. 2015 р.

Форма проведення: групова

Кількість респондентів: 45 з них:

- жіночої статі: 30 осіб;

- чоловічої статі: 15 осіб;

Вік респондентів: 14 років -16 осіб;

15 років – 22 особи;

16 років – 7 осіб (в залежності від класу)

Мета: виявлення обізнаності учнів з питань здорового способу життя, шкідливих звичок та протиправної поведінки.

Результати анкетування

№	Запитання	Варіанти відповіді	Кількість обраних відповідей
	<u>Чи можеш ти віднести себе до категорії людей, які ведуть</u>	а) так	39
		б) частково	4

1.	<u>„Здоровий” спосіб життя ?:</u>	в) ні	2
		г) не розумію, що це таке	0
2.	<u>Що для тебе означає „здоровий спосіб життя” (в першу чергу) ?:</u>	а) відсутність шкідливих звичок (таких, як паління, вживання алкоголю, наркотиків)	7
		б) раціональне харчування (корисна їжа, дотримання режиму харчування тощо)	23
		в) спорт, фізкультура та інша фізична активність	9
		г) здоровий сон, уникнення стресів, шкідливих для організму	6
3.	<u>Здебільшого в свій вільний час ти:</u>	а) ходиш на додаткові заняття (гурток)	9
		б) займаєшся спортом	13
		в) проводиш час в колі друзів	19
		г) допомагаєш рідним в домашніх справах	4
		д) нічого не робиш	0
4.	<u>Скільки часу вдень ти перебуваєш за комп'ютером ?:</u>	а) багато (більше 3-4 годин)	36
		б) мало (приблизно пів години)	2
		в) зазвичай не більше двох годин	7
		г) не контактую з комп'ютером	0
5.	<u>Яке твоє ставлення до вживання тютюну ?:</u>	а) негативне	37
		б) ніколи не вживав і не думаю вживати	3
		в) позитивне ставлення	0
		г) зрідка палю, але можу припинити в будь-який час	5
		д) палю, оскільки не бачу у цьому нічого поганого	0
6.	<u>Твоє ставлення до підлітків, які палять ?:</u>	а) шкоди вони не завдають	12
		б) це привабливо і сучасно	0
		в) негативне	33
		г) з побоюванням	0

7.	<u>Як ти ставишся до вживання наркотиків ?:</u>	а) ніколи не думаю вживати	9
		б) ставлення негативне	36
		в) не бачу у цьому нічого поганого	0
8.	<u>Як ти ставишся до тих, хто вживає наркотики і токсичні речовини ?:</u>	а) вважаю, що це їх особиста справа	0
		б) це привабливо і сучасно	0
		в) дуже негативно	45
		г) не замислювався (не замислювалась)	0
9.	<u>Як ти будеш діяти, коли тобі запропонують вжити наркотичні або токсичні речовини ?:</u>	а) я не погоджусь	15
		б) можу спробувати для цікавості	0
		в) не бачу у цьому нічого поганого	0
		г) важко відповісти	30
10.	<u>Як ти ставишся до вживання алкоголю ?:</u>	а) ніколи не вживав і не думаю вживати	18
		б) ставлення негативне	27
		в) зрідка вживаю і не бачу у цьому нічого поганого	0
11.	<u>Твоє ставлення до тих підлітків, які вживають алкоголь ?:</u>	а) вважаю, що це їх особиста справа	9
		б) з розумінням	5
		в) негативне	31
		г) з побоюванням	0
12.	<u>Як ти оцінюєш власний рівень знань про тютюнопаління, алкоголь та наркотики, їх дію на організм, наслідки цього вживання ?:</u>	а) достатній рівень знань	10
		б) недостатній рівень знань	31
		в) дещо чув (чула)	4
		г) нічого не відомо	0
13.	<u>Яка, на твою думку, основна причина, що спонукає молодь до протиправних дій ?:</u>	а) вплив алкоголю та наркотиків	17
		б) низький рівень доходів сім'ї	3
		в) упевненість у	7

		безкарності	
		г) солідарність із компанією, бажання розважитись	5
		д) необхідність здобути гроші	13
14.	<u>Чи отримувеш ти у школі інформацію про шкідливість вживання алкоголю, наркотиків, небезпеку скоєння правопорушень ?:</u>	а) достатньо	10
		б) дуже мало	35
		в) ні	0
15.	<u>Чи має для тебе практичне значення інформація про здоровий спосіб життя, отримана на у школі ?:</u>	а) так, має	31
		б) частково	9
		в) інколи	5
		г) ні, не має	0

Висновок

З метою виявлення обізнаності учнів з питань здорового способу життя, шкідливих звичок та протиправної поведінки у школі проведено анкетування учнів 9-10 класів на тему: «Молодь, здоровий спосіб життя і протиправна поведінка». В анкетуванні взяло участь 45 респондентів 9-10 класів віком 14-16 років. Форма проведення: групова.

На запитання:

- Чи можеш ти віднести себе до категорії людей, які ведуть „здоровий” спосіб життя ?

- Що для тебе означає „здоровий спосіб життя” (в першу чергу) ?

Позитивну відповідь дало 39 респондентів. Учні вірно вибрали чинники, що впливають на здоровий спосіб життя. Так, серед чинників, що благотворно впливають на здоров'я, респонденти відзначили раціональне, збалансоване харчування, хороші сімейні стосунки і матеріальний достаток.

Щодо проведення вільного часу та занять за комп'ютером, то учні переважно проводять час у колі друзів, займаються спортом, ходять на додаткові заняття (гуртки). Але більшість з них надто багато часу (більше 3-4 годин) займаються за комп'ютером (36 учнів).

Виявлено, що учні негативно ставляться до вживання тютюну та наркотиків. Але коли б їм запропонували вжити наркотичні або токсичні

речовини, то діти не можуть однозначно відповісти чи вони б відмовились. Діти засуджують своїх однолітків, які палять та вживають наркотики.

Учні оцінюють власний рівень знань про тютюнопаління, алкоголь та наркотики, їх дію на організм, наслідки цього вживання як недостатній.

Інформація про здоровий спосіб життя, отримана у школі, має для учнів практичне значення, але є не зовсім достатньою. Діти хотіли б отримувати інформацію про шкідливість вживання алкоголю, наркотиків, небезпеку скоєння правопорушень у більшому обсязі.

Здорова людина є повноцінним громадянином суспільства, яка може керувати своїм майбутнім і майбутнім своєї держави. Але формування організму та навичок здорового способу життя починається саме в дитинстві. Тому так важливо направити зусилля суспільства і школи зокрема на формування культури здоров'я у дітей та молоді.

На підставі проведених досліджень і висновків ми пропонуємо:

- продовжувати проводити активну просвітницьку роботу і пропаганду здорового способу життя у навчальному закладі й у місті;
- вести активну боротьбу з поганими звичками;
- сприяти утворенню нових центрів для покращення здоров'я.