

Анализ анкетирования учащихся «Здоровый образ жизни»

Руководитель ШСК «СИРИУС»

Вольхина О.Н.

С 08.11 по 08.12. 2021 года в рамках месячника «Я выбираю здоровье» в 7-9 классах МБОУ «Гимназии № 8» было проведено анкетирование для оценки уровня отношения учащихся к проблемам здоровья и здорового образа жизни. Цель анкетирования: определение уровня отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Основными критериями сформированности знаний у школьников о ЗОЖ выступили:

1. Знания детей о здоровье и здоровом образе жизни.
2. Активное отношение детей к своему здоровью, здоровому образу жизни
3. Овладение навыками, приёмами здорового образа жизни, сформированность привычек гигиенического поведения, готовность осуществлять самоконтроль и самооценку достигнутых результатов.
4. Стремление детей к расширению своего кругозора в сфере здоровья и здорового образа жизни, интерес к новой информации по заданной теме, получаемой из журналов, газет, научно - популярной литературы для детей, радио, телевидения, Интернета.
5. Проявление потребности в выполнении санитарно - гигиенических норм.

Мониторинг знаний о ЗОЖ проводился с обучающимися 7 - 9 классов с помощью анкеты «Оценка уровня отношений учащихся к проблемам здоровья и здорового образа жизни» и теста.

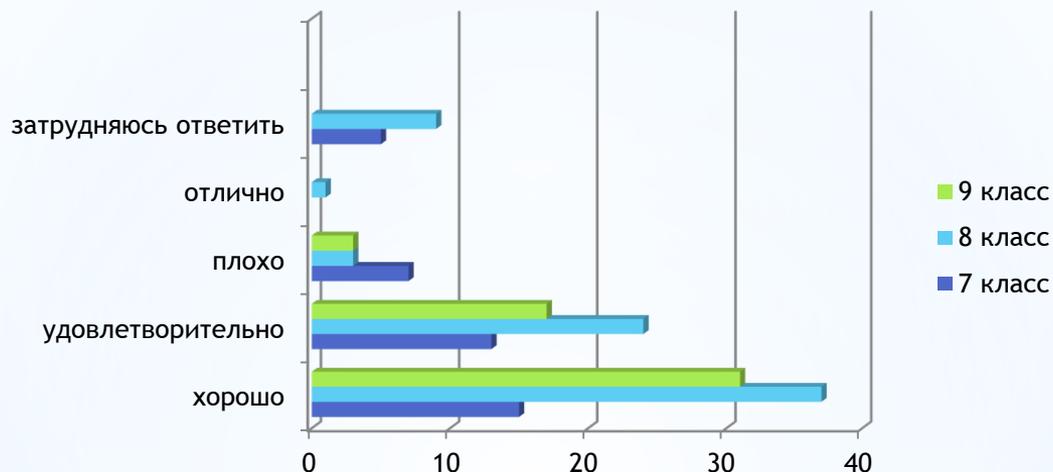
В опросе участвовали:

7 классы - 40 человек (20 девочек, 20 мальчиков);

8 классы - 74 человека (46 девочек, 28 мальчиков);

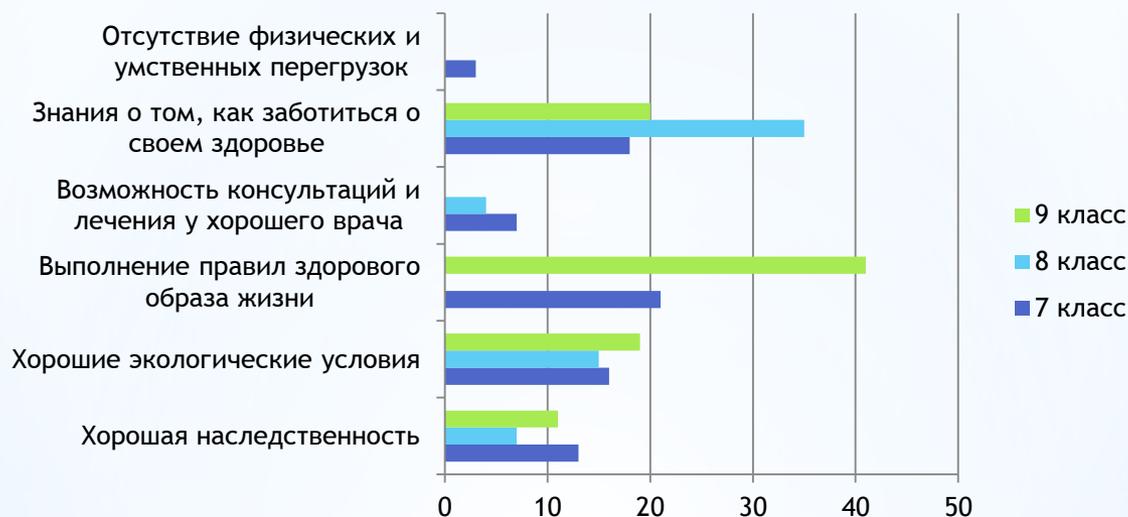
9 классы - 51 человек (22 девушек, 29 юношей).

Оценка состояния своего здоровья



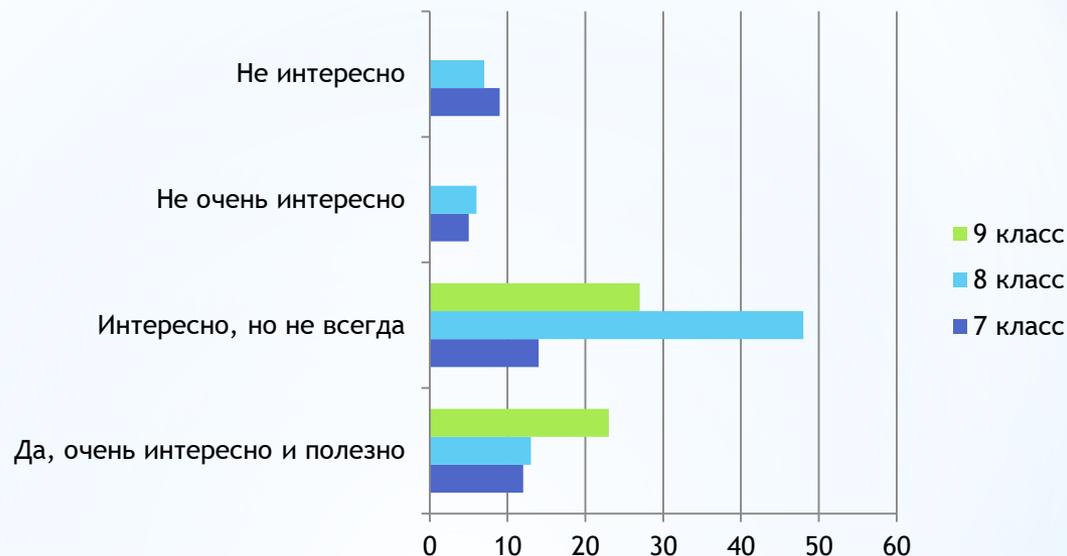
Выводы: анкетирование показало, что 50% обучающихся оценивают свое состояние здоровья на хорошо, 33% обучающихся оценивают на удовлетворительно, 7% обучающихся оценивают своё состояния здоровья плохо и 0,8% отмечают своё состояния здоровья на отлично.

Что для сохранения здоровья наиболее важно



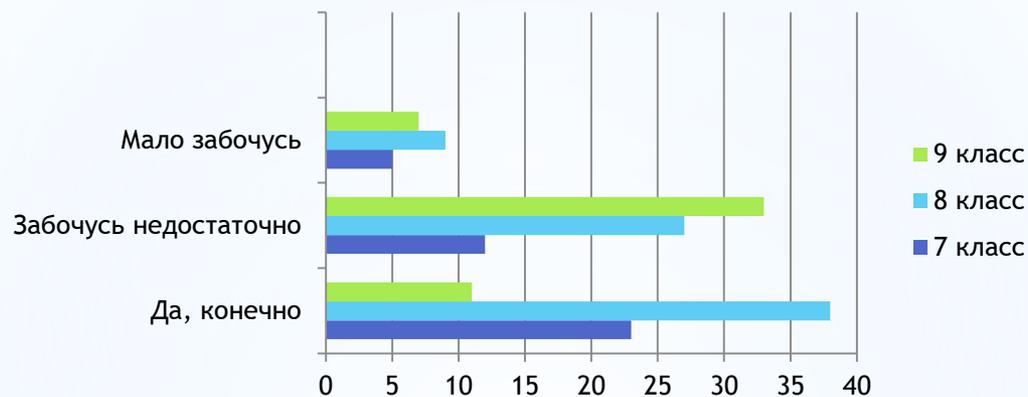
Выводы: анкетирование показало, что для сохранения здоровья обучающиеся выделили наиболее важные следующие критерии: знания о том, как заботиться о своём здоровье, регулярные занятия спортом и выполнение правил здорового образа жизни.

Интересно ли тебе узнавать о том, как заботиться о здоровье?



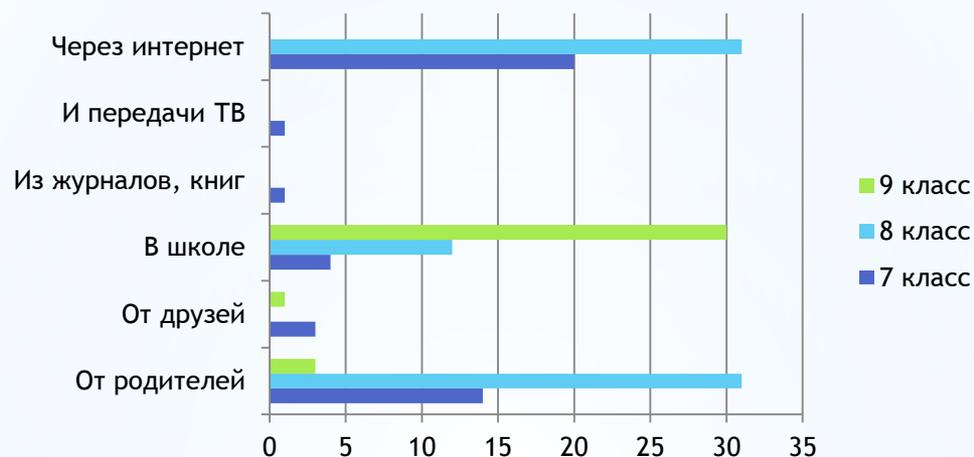
Выводы: анкетирование показало, что 30% обучающихся интересно узнавать, о том как нужно заботиться о своём здоровье. 53 % обучающихся не всегда интересно получать информацию о заботе своего здоровья. 6% не очень интересно и 10% вообще не интересуются данной информацией.

Можно ли сказать, что ты заботишься о здоровье?



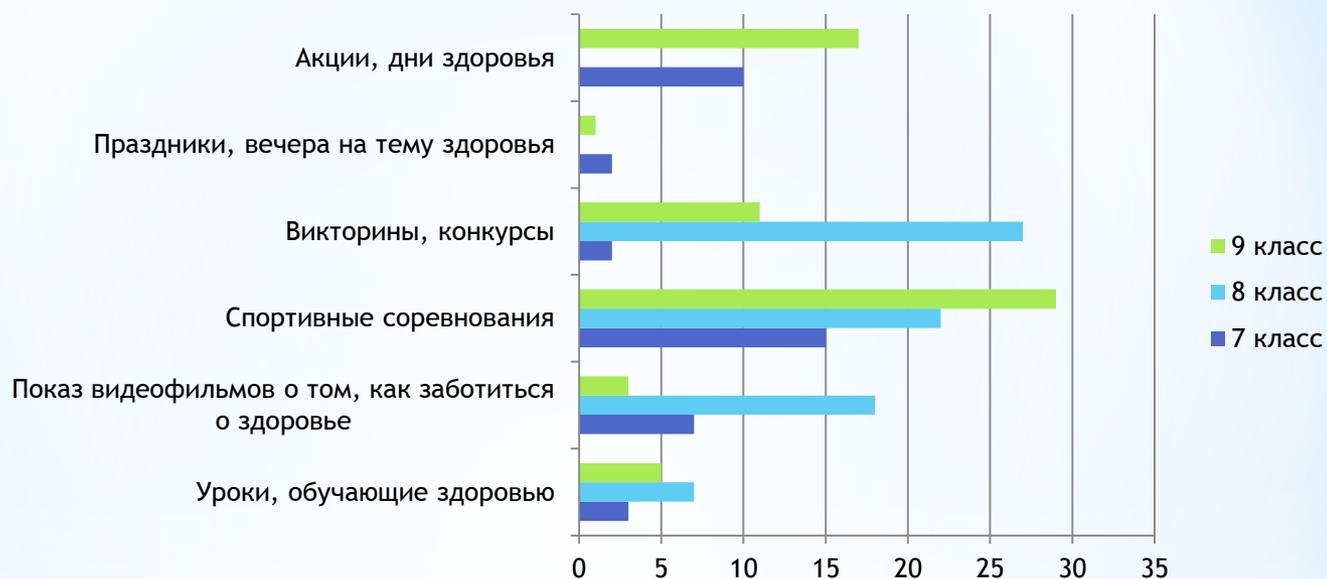
Выводы: анкетирование показало, что учащиеся заботятся о своем здоровье (57,5 %), заботятся недостаточно (30 %), мало заботятся (12,5 %).

Откуда ты узнаёшь, как заботиться о здоровье?



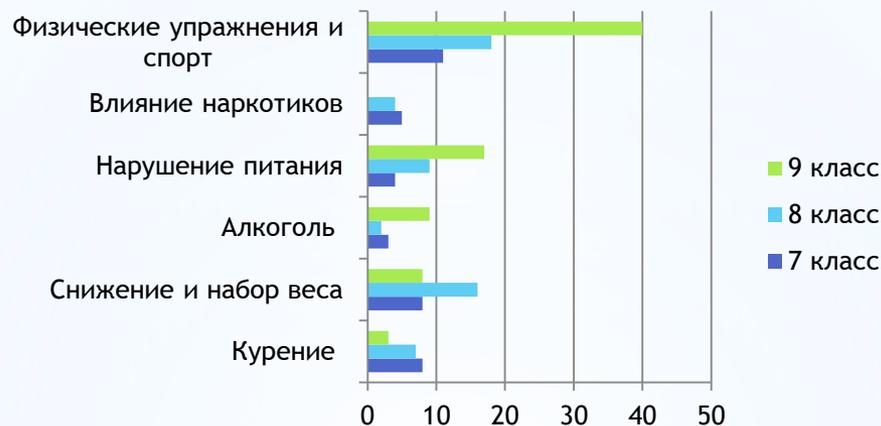
Выводы: анкетирование показало, что 51% о том как заботиться обучающиеся получают через интернет, 30 % от родителей, 27% в школе и 0,6% из журналов и передаче по ТВ, 2% от друзей.

Какие мероприятия по охране и укреплению здоровья ты с удовольствием посетил бы в школе



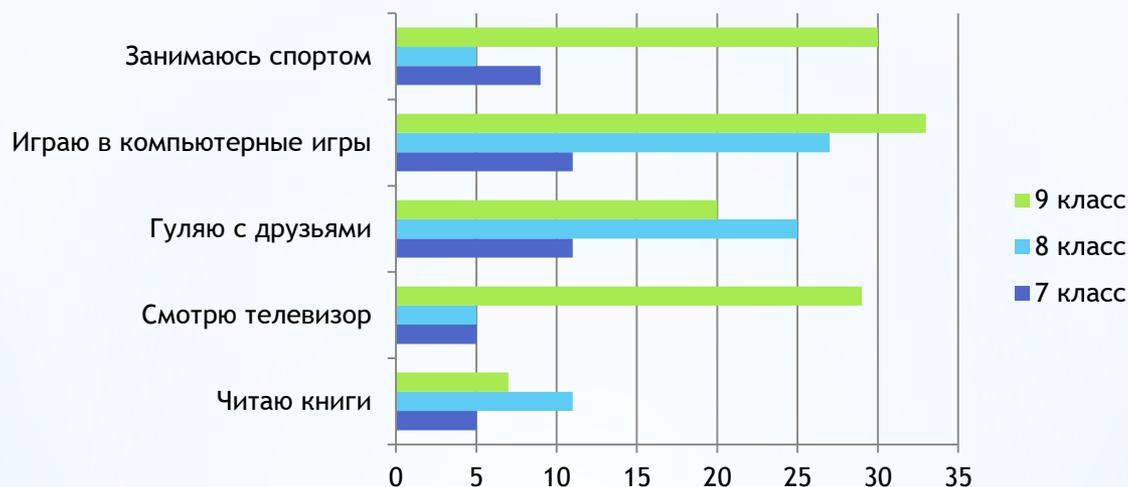
Выводы: анкетирование показало, что обучающиеся выделили основные мероприятия в школе, которые они бы посещали с удовольствием по укреплению здоровья это: спортивные соревнования, викторины конкурсы, акции и дни здоровья, а также просмотр видеофильмов.

Какие темы о здоровье больше всего интересуют вас



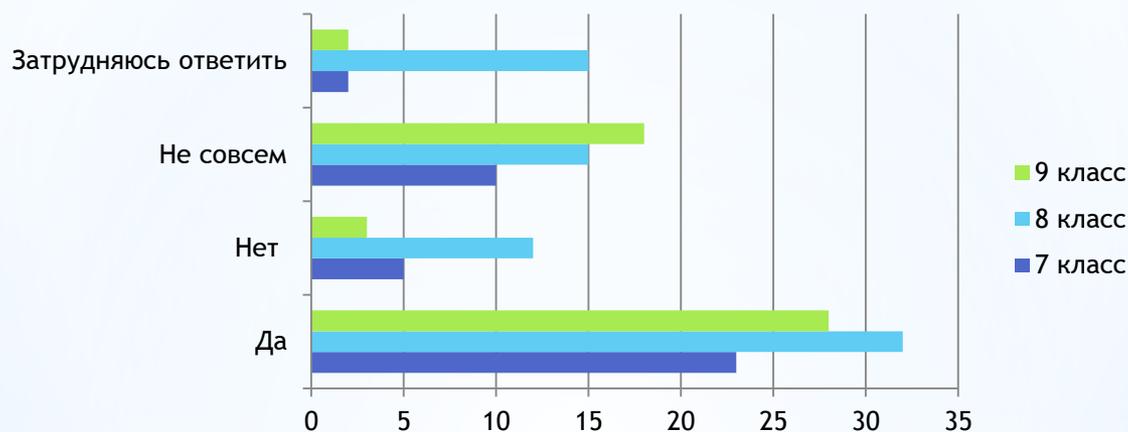
Выводы: анкетирование показало, что обучающихся большинство интересны темы о здоровье такие как: физические упражнения и спорт, снижение и набор веса, нарушения питания.

Как вы проводите свое свободное время



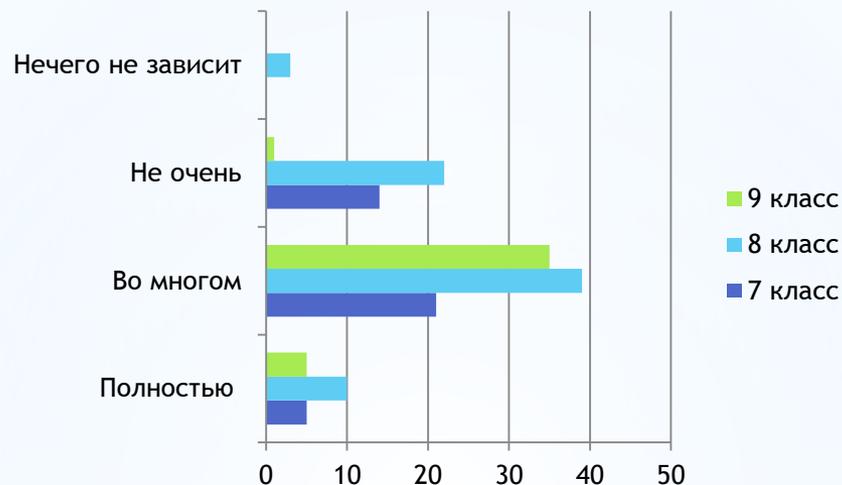
Выводы: анкетирование показало, что большинство обучающихся проводят свободное время следующим образом: прогулки с друзьями, проведение свободного времени за компьютером и занятие спортом, а мало численное количество обучающихся читают книги и смотрят телевизор.

Как вы считаете, образ жизни, который вы ведете является здоровым



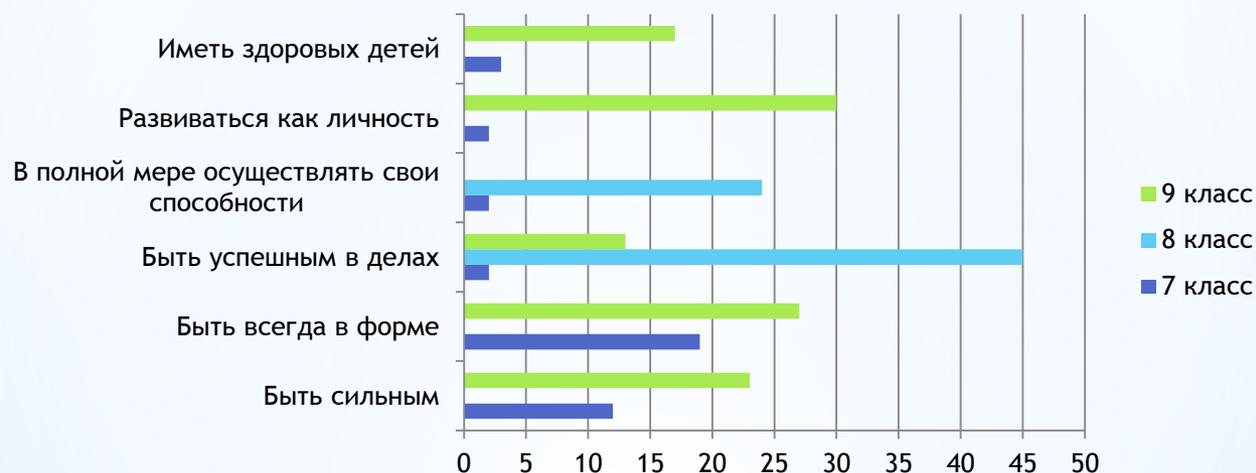
Выводы: анкетирование показало, что 50 % обучающихся, считают что они ведут здоровый образ жизни, 26% обучающихся не всегда ведут здоровый образ жизни, 12% обучающихся не ведут здоровый образ жизни и только 11% обучающихся затрудняются ответить на данный вопрос.

Насколько успех в жизни человека зависит от его образа жизни



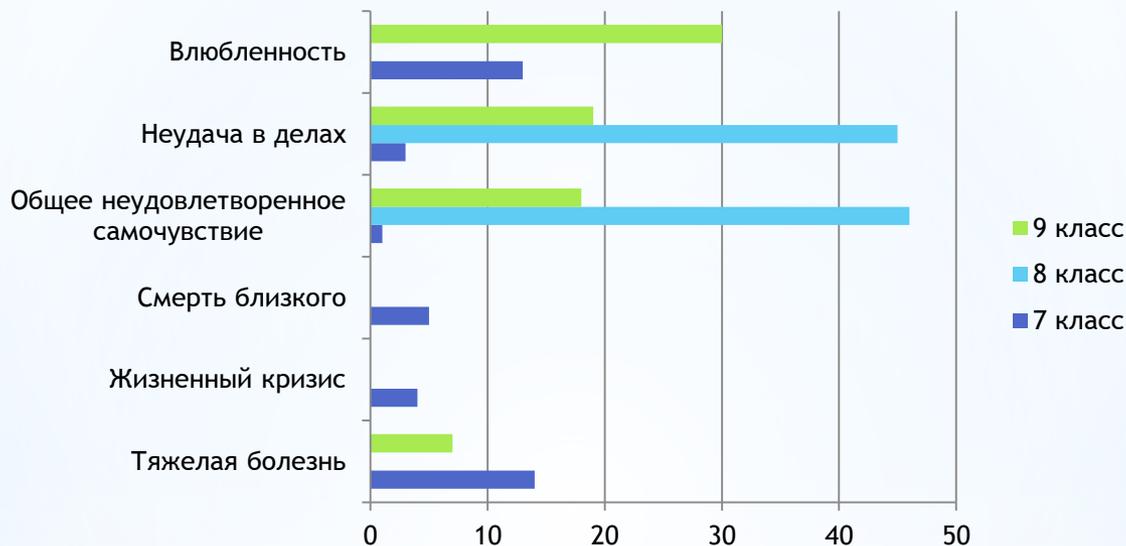
Выводы: анкетирование показало, что 58% обучающихся считают, что во многом здоровый успех жизни влияет на жизненный успех личности, 15% не считают так и 12% уверены на 100%, что здоровый образ жизни влияет на дальнейший успех жизни человека.

Для чего бы вы стали вести здоровый образ жизни



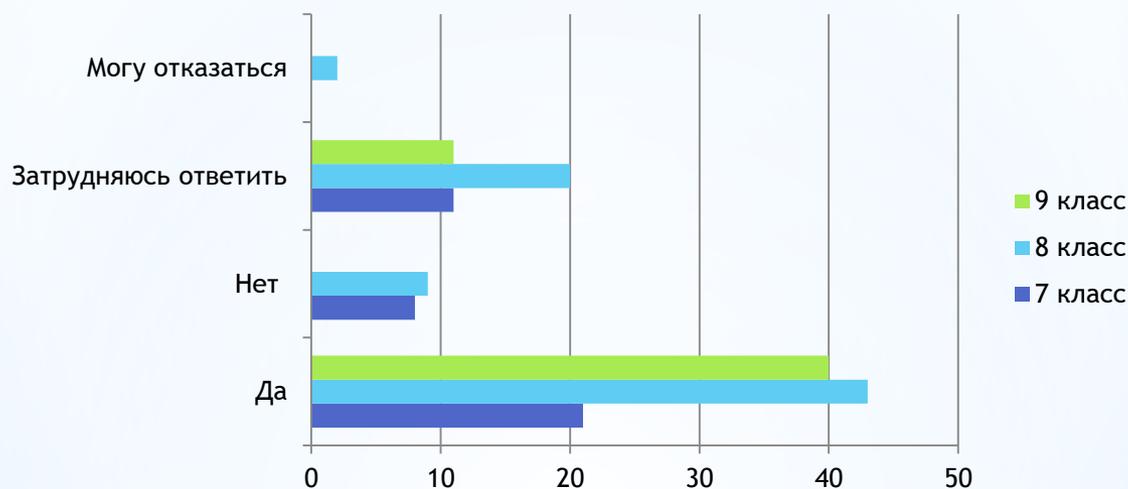
Выводы: анкетирование показало, что большинство обучающихся стали вести здоровый образ жизни для того чтобы быть в форме, быть сильным и развиваться как личность.

Какие обстоятельства могли бы побудить изменить образ жизни



Выводы: анкетирование показало, что обучающиеся выделили для себя основные критерии, которые могли бы побудить изменить образ жизни, такие как: Влюбленность, неудовлетворённость самочувствия, неудача в делах и тяжелая болезнь.

Как вы считаете сможете обходиться без употребления вредных веществ (табака, алкоголя)



Выводы: анкетирование показало, что **63%** обучающихся с легкостью могут обойтись без употребления вредных веществ, **25%** затрудняются дать ответ, **10%** не смогут отказаться от употребления вредных веществ.

На основании полученных результатов можно сделать следующий вывод, что у 65% детей сформирован высокий уровень, 25 % достаточная осведомленность, у 8% - недостаточное представление о здоровье и здоровом образе жизни и низкий уровень показали 2% школьников.

Таким образом, полученные результаты указывают на необходимость воспитания у учащихся потребностей в здоровье, о правилах личной гигиены, первой помощи, формирования у них научных представлений о сущности ЗОЖ.

Рекомендации: продолжать работу по формированию активного отношения детей к своему здоровью, здоровому образу жизни, желание помогать себе и другим людям в его соблюдении, расширять кругозор в сфере здоровья и здорового образа жизни у школьников, Можно выделить общие задачи сохранения здоровья школьников, характерные для всех используемых программ для образовательных учреждений:

1. Сформировать активную жизненную позицию.
2. Учить укреплять и сохранять свое здоровье.
3. Понимать необходимость и роль движений в физическом развитии.
4. Формировать представления о том, что полезно и что вредно для организма.

Таким образом, необходимо постоянно вести работу по развитию самоопределения школьников, одним из важнейших составляющих её является сохранение и укрепление физического, психического, нравственного и социального здоровья. Работу по формированию здорового образа жизни целесообразно вести, учитывая возрастные особенности учащихся.