

## Результаты анкеты для учащихся (октябрь 2022 г.)

Всего участвовали: 198 чел. / 96%

### 1. **Что такое здоровый образ жизни?** (Вы можете выбрать несколько ответов)

1. занятия спортом	198/100%
2. отсутствие вредных привычек	164/82%
3. здоровый сон	133/17%
4. личная гигиена	101/67%
5. рациональное питание	73/37%
6. положительные эмоции	58/29%
7. соблюдение режима дня	91/46%
8. предупреждение заболеваний, закаливание	82/41%
9. выкуривание в меру сигарет в день	2/1%
10. чтение журналов и газет о здоровом образе жизни	13/6%
11. полноценная духовная жизнь	27/14%
12. просмотр ТВ допоздна	3/1%

### 2. **Как Вы думаете, для чего нужно вести здоровый образ жизни?** (Вы можете выбрать несколько ответов)

1. иметь хорошее здоровье	198/100%
2. чтобы быть современным культурным человеком	153/77%
3. быть внешне привлекательным, иметь хорошую фигуру	186/94%
4. быть физически сильным, уметь постоять за себя	172/87%
5. быть успешным в жизни, добиваться успеха	173/87%
6. общаться с любимым человеком, создать счастливую семью	138/70%

### 3. **Что Вы делаете для укрепления собственного здоровья?** (Вы можете выбрать несколько ответов)

1. стараюсь больше бывать на свежем воздухе, на природе	125/63%
2. избегаю вредных привычек, борюсь с ними	152/81%
3. занимаюсь спортом	179/77%
4. стараюсь выспаться, не переутомляться	101/51%
5. делаю зарядку, гимнастику	152/81%
6. соблюдаю режим и рацион питания	176/88%
7. стараюсь не злоупотреблять работой на компьютере, телевизором	186/96%
8. соблюдаю режим дня	191/96%
9. занимаюсь фитнесом, шейпингом, танцами	57/29%
10. плаваю в бассейне	23/12%
11. закаливаюсь	31/16%
12. регулярно посещаю врачей, выполняю их рекомендации	61/31%

### 4. **Влияют ли положительные эмоции на укрепление Вашего здоровья?**

1. Да	178/90%
2. Нет	7/3%
3. Затрудняюсь ответить	13/6%

### 5. **Занимаетесь ли Вы закаливанием своего организма?**

1. Да, занимаюсь	124/62%
2. Нет	63/32%
3. Не считаю нужным	11/5%

### 6. **Считаете ли Вы важным условием здорового образа жизни соблюдение личной гигиены?**

1. Очень важно	189/95%
2. Скорее важно	9/4%
3. Скорее не важно	0

4. Совсем не важно	0
<b>7. Считаете ли Вы правильным и здоровым свой режим и рацион питания? (Выбрать один вариант ответа )</b>	
1. Да	166/84%
2. Не вполне	28/14%
3. Нет	4/2%
<b>8. Завтракаете ли Вы дома перед школой? (Выбрать один вариант ответа )</b>	
1. Да, всегда завтракаю	65/33%
2. Иногда завтракаю	102/51%
3. Нет	31/16%
<b>9. Питаетесь ли Вы в школьной столовой? (Выбрать один вариант ответа)</b>	
1. Питаюсь в школьной столовой	193/97%
2. В школе не питаюсь	5/25%
3. Покупаю буфетную продукцию	0
<b>10. Оцените, пожалуйста, качество питания в школьной столовой:</b>	
1. отлично	145/73%
2. хорошо	111/
3. удовлетворительно	34/
4. неудовлетворительно	0
<b>11. Если Вы не получаете горячее питание в школе, то по каким причинам? (Вы можете выбрать несколько ответов)</b>	
1. Не устраивает качество блюд, невкусно	0
2. В столовой суматоха и очереди	0
3. Не нравится обстановка в столовой (интерьер, санитарное состояние и т.п.)	0
4. Слишком дорого для меня	2/1%
5. У меня индивидуальный режим питания	3/1%
6. Никто из класса не питается, и я тоже	0
<b>12. Чтобы Вы хотели изменить в организации питания учреждения образования?</b>	
1. Ежедневное меню	18/9%
2. График питания	23/12%
3. Технологию приготовления пищи	0
4. Ассортимент продуктов	33/17%
5. Обслуживание	0
6. Другое	7/3%
<b>13. На сколько активно Вы занимаетесь физкультурой и спортом?</b>	
1. Постоянно	122/62%
2. От случая к случаю	35/18%
3. Не занимаюсь	41/21%
<b>14. В работе каких спортивных секций и клубов Вы принимали участие?</b>	
<u>Дополнительное объединение «Волейболист», спортивный клуб «Олимп»</u>	
<b>15. Созданы ли в вашем учреждении образования условия для занятий физкультурой и спортом?</b>	
1. Да	198/100%
2. Нет	0
<b>16. Влияют ли занятия физкультурой и спортом на состояние Вашего здоровья?</b>	
1. Да	173/87%
2. Нет	0
3. Затрудняюсь ответить	25/13%

17. Каково Ваше отношение к учебе? (Выбрать один вариант ответа)

- |                           |        |
|---------------------------|--------|
| 1. вдохновение            | 51/26% |
| 2. приподнятое настроение | 42/21% |
| 3. усталость              | 34/17% |
| 4. безразличие            | 16/8%  |
| 5. напряжение             | 27/14% |
| 6. волнение, нервозность  | 19/9%  |
| 7. депрессия, замкнутость | 9/4%   |

18. Устраивают ли Вас отношения между преподавателями и учащимися?

- |                                      |         |
|--------------------------------------|---------|
| 1. В основном, устраивают            | 141/71% |
| 2. В чем-то устраивают, в чем-то нет | 46/23%  |
| 3. Во многом не устраивают           | 11/5%   |

19. Удовлетворяет ли Вас социально-психологический климат в Вашем учреждении образования?

- |                       |         |
|-----------------------|---------|
| 1. Да                 | 122/62% |
| 2. Нет                | 11/5%   |
| 3. Скорее да, чем нет | 65/33%  |

20. Какие классные, общешкольные мероприятия прошлых лет по проблеме здоровья и здорового образа жизни Вам запомнились?

- |  |         |
|--|---------|
| 1. общешкольные соревнования по различным видам спорта | 188/95% |
| 2. беседы о вреде курения, алкоголя и наркотиков       | 10/5%   |
| 3. никакие   | 0       |

И.о.директора

Исполнитель: зам.директора по ВР Пушечкина С.Ф.



Н.В.Кизим