



Исследование образа жизни слушателей Подготовительного отделения...

...или кто ведёт здоровый образ жизни



Группа исследователей

- Смертина Анастасия
- Шелепов Александр
- Кирсанов Денис
- Улинский Евгений

Резюме исследования

- Описание исследования
- Цель исследования
- Определение ЗОЖ
- Ход исследования
- Вид анкеты
- Рассмотрение ответов
- Результаты
- Замечания

Описание исследования

- Целевая аудитория
 - Слушатели ПО МГУ
- Количество респондентов
 - 27 человек (22 мальчика, 5 девочек)
- Возраст аудитории
 - От 17 до 27 лет



Цель исследования

- Цель
 - выяснить насколько абитуриенты соблюдают требования по ведению здорового образа жизни (ЗОЖ)

Определение ЗОЖ

Здоровый образ жизни – это :

- Не курить
- Заниматься спортом
 - Прогулки
 - Спорт
- Правильно питаться
 - Здоровая пища
 - Регулярно
- Иметь четкий распорядок дня
 - Сон
 - Отдых
- Не употреблять наркотики (в том числе легкие)
 - Пробовать тоже
- Регулярно посещать врача

Синтетический показатель ОЖ

- Показатель Образа Жизни является собой сумму баллов, в соответствии с ответами на вопросы. По 0,5 балла за ответ, соответствующий нашему пониманию здорового образа жизни

Ход исследования

- Была разработана анкета
- Было проведено анкетирование
- На стадии обработки данных была исключена анкета №7, таким образом осталось 26 респондентов


Анкета

- Темы, вошедшие в анкету
 - вредные привычки
 - отдых
 - питание
 - здоровье
- Всего 12 вопросов

Московский Государственный Университет им. М.В. Ломоносова
Подготовительное отделение

Исследование образа жизни слушателей подготовительного отделения

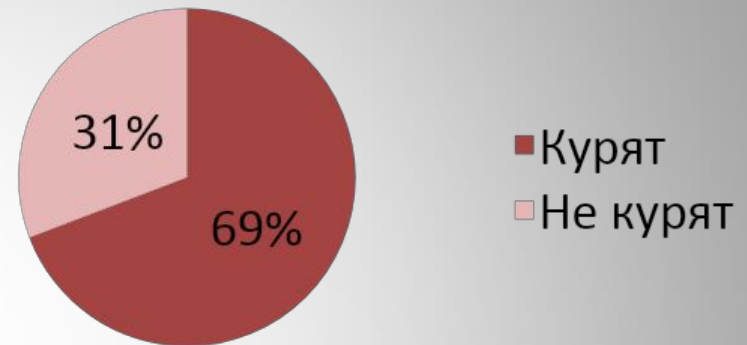
1. Пол?
м ж
2. Возраст?
() указать
3. Курите ли вы?
да нет
4. Как часто вы гуляете на открытом воздухе?
() раз в неделю
5. Занимаетесь ли вы спортом?
да нет
6. Посещаете ли вы фаст-фуды и уличн. пункты питания?
да нет
7. Сколько раз в день вы питаетесь?
() раз в день
8. Сколько часов в сутки вы спите?
() часов
9. Выделяете ли вы в течение дня время на отдых?
да нет
10. Пробовали ли вы наркотики?
да нет
11. Как часто вы выпиваете?
() раз в месяц
12. Проходите ли вы профилактические осмотры по собственной воле?
да нет


Спасибо за ответы

Нижний колонтитул

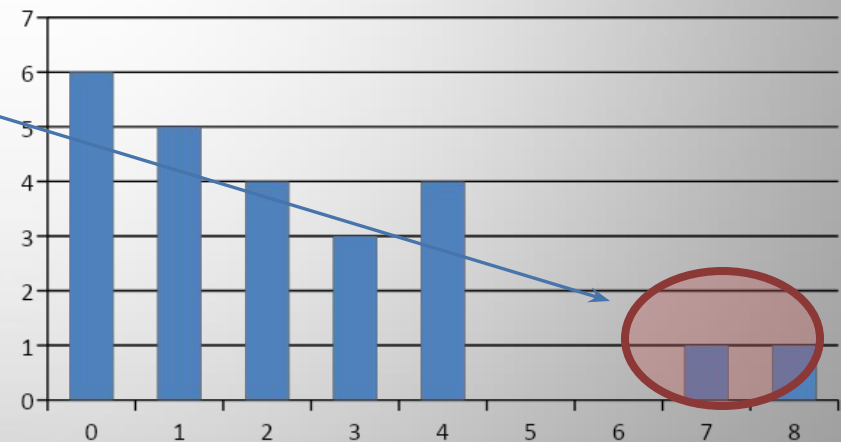
Курение, алкоголь

- Две трети респондентов курят



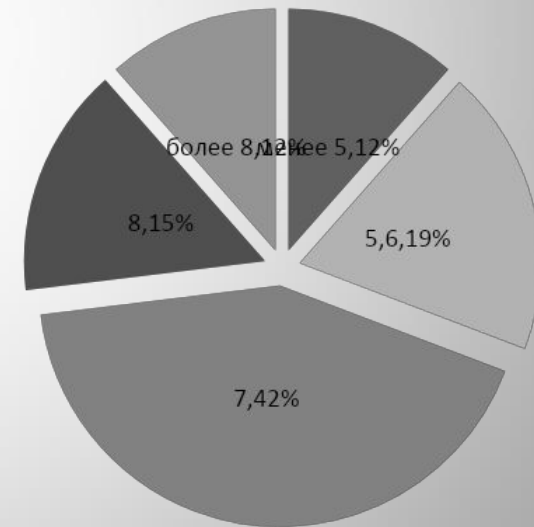
- Из всех респондентов можно выделить пьющую группу

Количество приёмов алкоголя в месяц



Отдых, сон

- Подавляющее большинство респондентов выделяют время для отдыха
- 42% опрошенных спят 7 часов в сутки



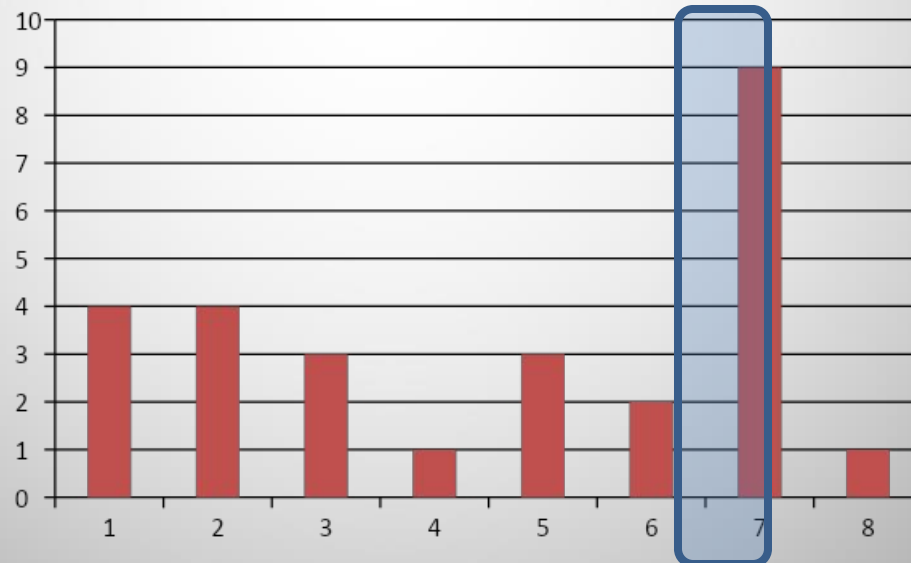
Еда

- Половина респондентов не посещает пункты быстрого питания и прочие места с «нездоровой» пищей
- На вопрос «Сколько раз в день Вы питаетесь» были получены следующие ответы:



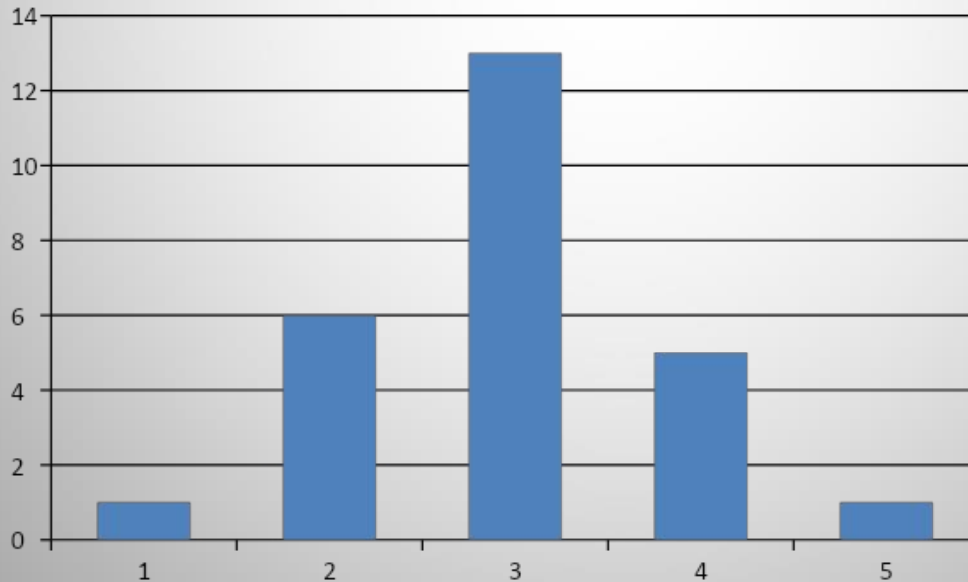
Спорт и прогулки

- Спортом занимается 2/3 опрошенных
- Ежедневное гуляние отметила 1/3 опрошенных



Показатель ЗОЖ: результаты

- Оказалось, что показатель здорового образа жизни подчиняется так называемому «нормальному» распределению
- Диаграмма напоминает ГЗ МГУ 😊



Результаты

Молодёжь придерживается здорового образа жизни по мере возможности. Отказаться от вредных привычек достаточно непросто в современном мире. Многие занимаются спортом, выделяют достаточно времени для отдыха и хорошо питаются.

Замечания

- Полученные результаты не могут быть объективной основой для более широких статистических выводов
 - Большая часть респондентов мужского пола
 - Большинство отслужили в армии
 - Небольшая выборка