

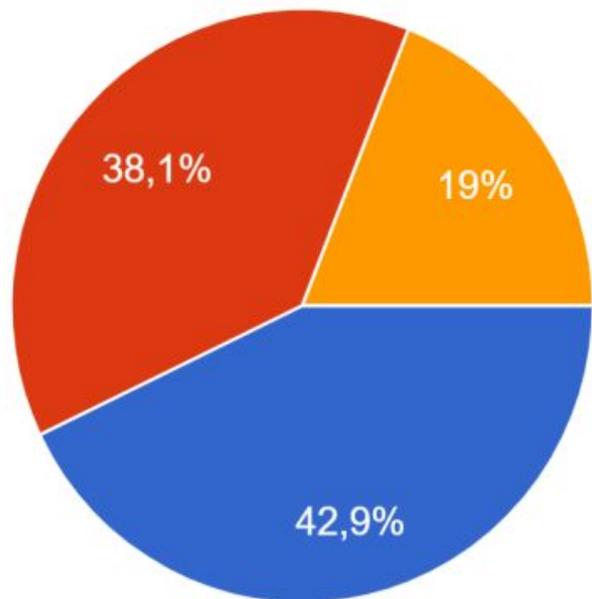
МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Армавирский государственный педагогический университет»
Институт прикладной информатики, математики и физики

ПРОЕКТНАЯ РАБОТА
«Математика и физика здоровья»
Моё здоровье: Я – студент, и Я - водитель

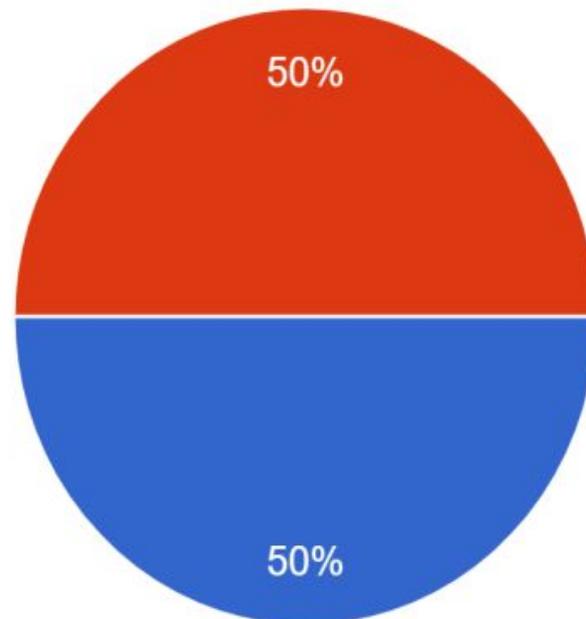
Выполнили:
студентки 4 курса,
группы ВМ-Мат-4-1,
КАЛЮЖНАЯ ЭЛЬВИРА ВИКТОРОВНА
КОВТЮХОВА ВИКТОРИЯ АНДРЕЕВНА



Средний возраст опрошенных участников



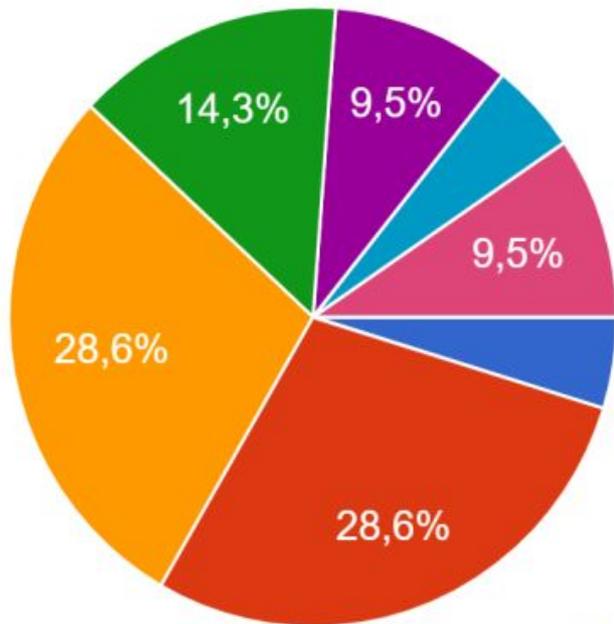
Вожатые



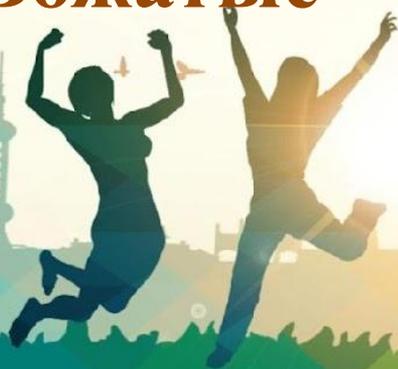
Студенты

- 18-20 лет
- 21-23 лет
- 24-26 лет
- 27-29 лет

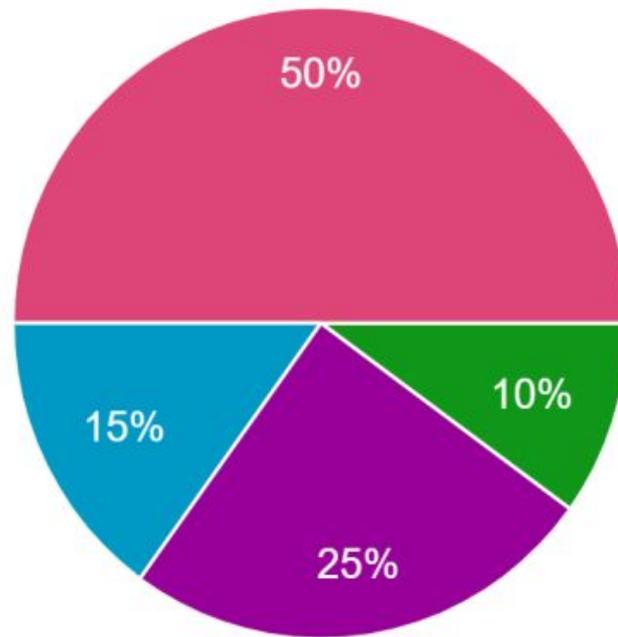
Сколько времени в сутки вы проводите в сидячем положении?



Вожатые



- меньше 1 часа в сутки
- от 1 до 2 часов в сутки
- от 2 до 3 часов в сутки
- от 3 до 4 часов в сутки
- от 4 до 5 часов в сутки
- от 5 до 6 часов в сутки
- более 6 часов в сутки



Студенты



Какими видами активности вы занимаетесь в течение дня?

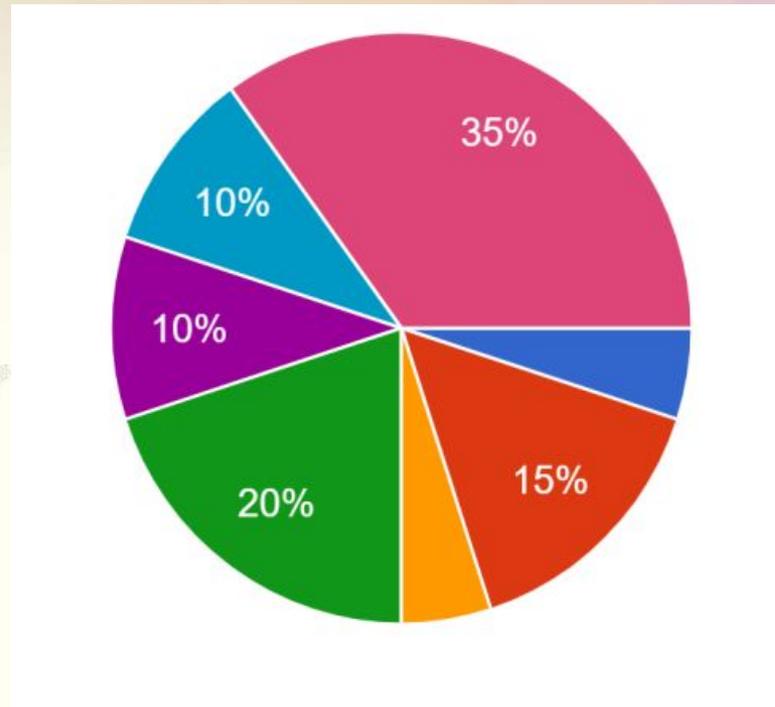
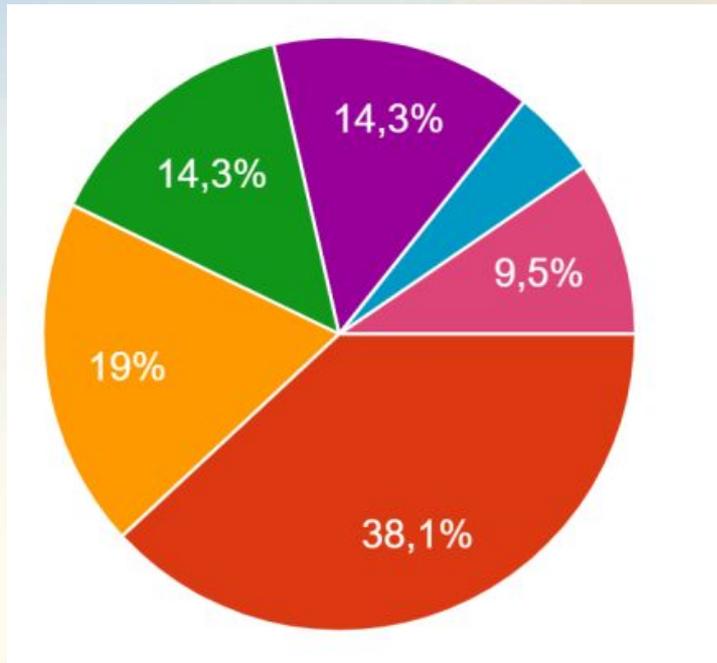
Вожатые



Студенты



Сколько минут в сутки, в среднем, вы занимаетесь умственной нагрузкой?



Вожатые

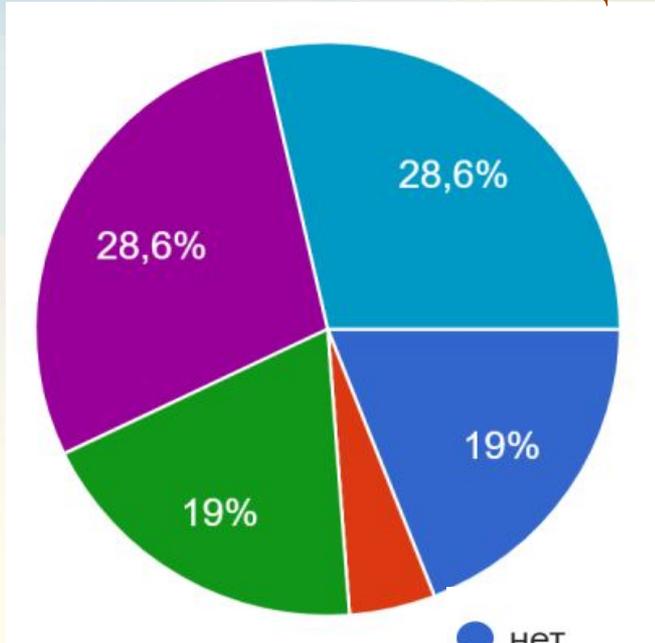


- меньше 60 минут в сутки
- от 60 до 120 минут в сутки
- от 120 до 180 минут в сутки
- от 180 до 240 минут в сутки
- от 240 до 300 минут в сутки
- от 300 до 360 минут в сутки
- более 360 минут в сутки

Студенты



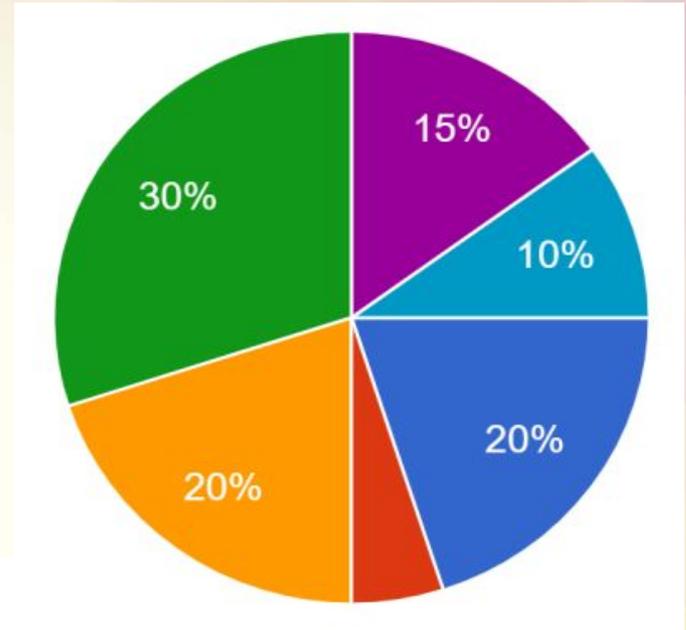
Сопровождается ли, обычно, ваша умственная деятельность легкой мышечной деятельностью и/или психоэмоциональным напряжением?



Вожатые



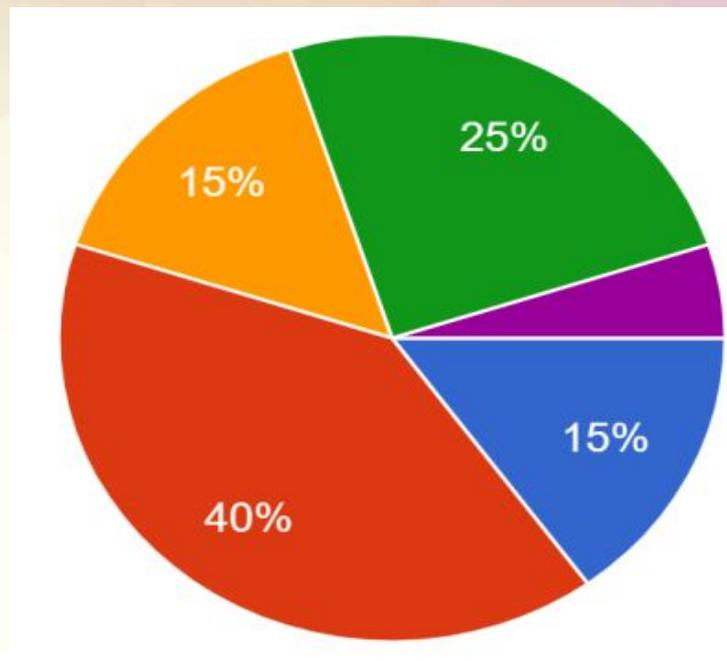
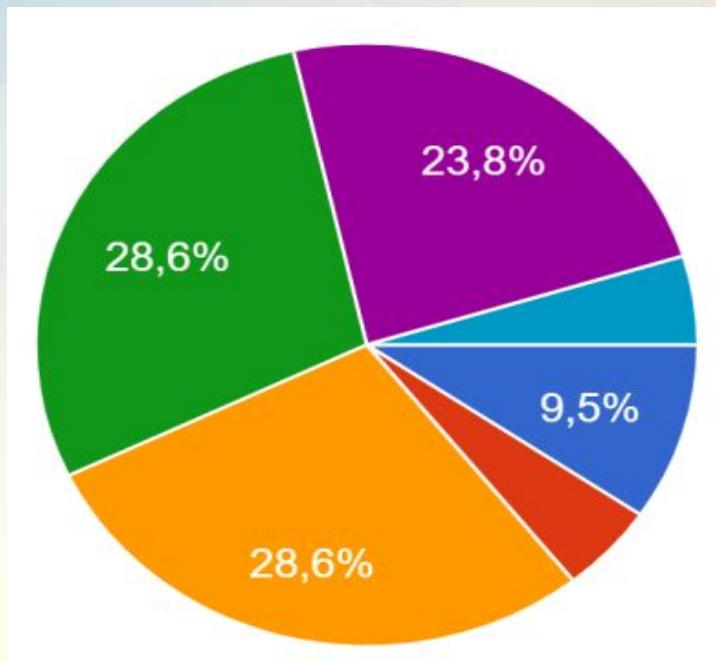
- нет
- сопровождается лёгкой мышечной деятельностью без эмоций
- сопровождается несильными эмоциями без какой-либо мышечно...
- сопровождается легкой мышечной деятельностью и не сильными эмоц...
- сопровождается легкой мышечной деятельностью и средними по силе...
- сопровождается легкой мышечной д...



Студенты



Сколько часов в сутки, в среднем, вы проводите на свежем воздухе?



Вожатые

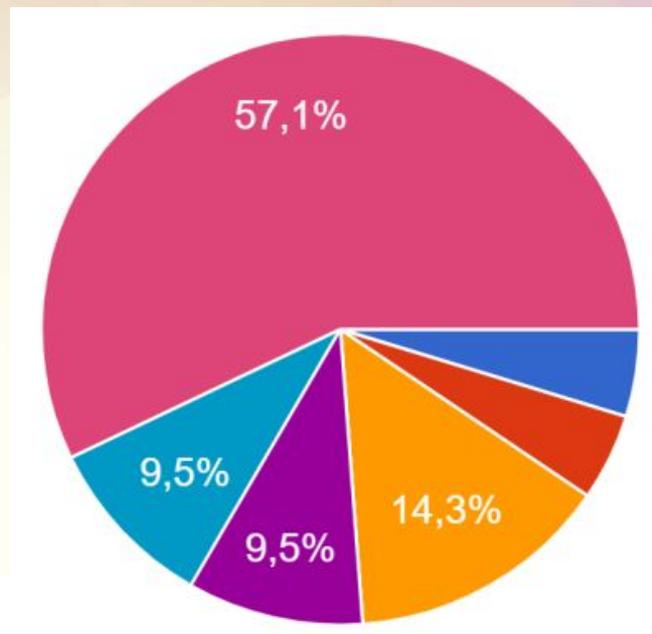
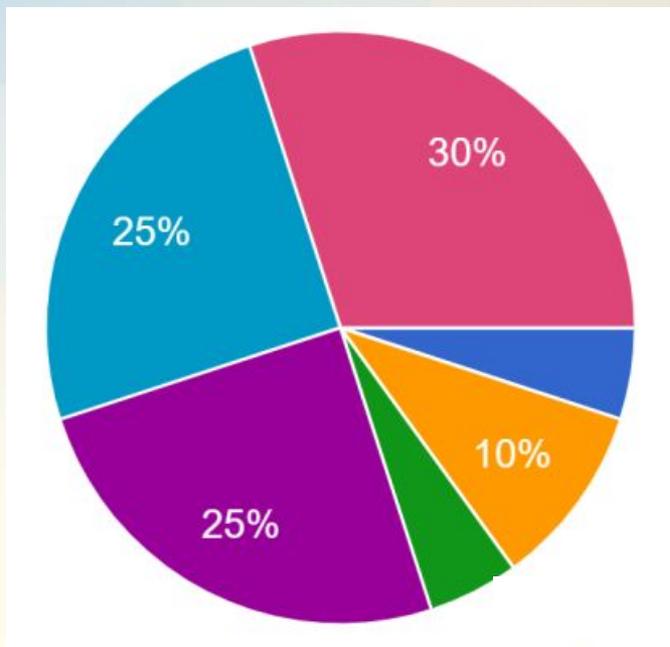


- меньше 1 часа в сутки
- от 1 до 2 часов в сутки
- от 2 до 3 часов в сутки
- от 3 до 4 часов в сутки
- от 4 до 5 часов в сутки
- более 5 часов в сутки

Студенты



Сколько часов в сутки вы пользуетесь смартфоном/пользуетесь компьютером?



Вожатые

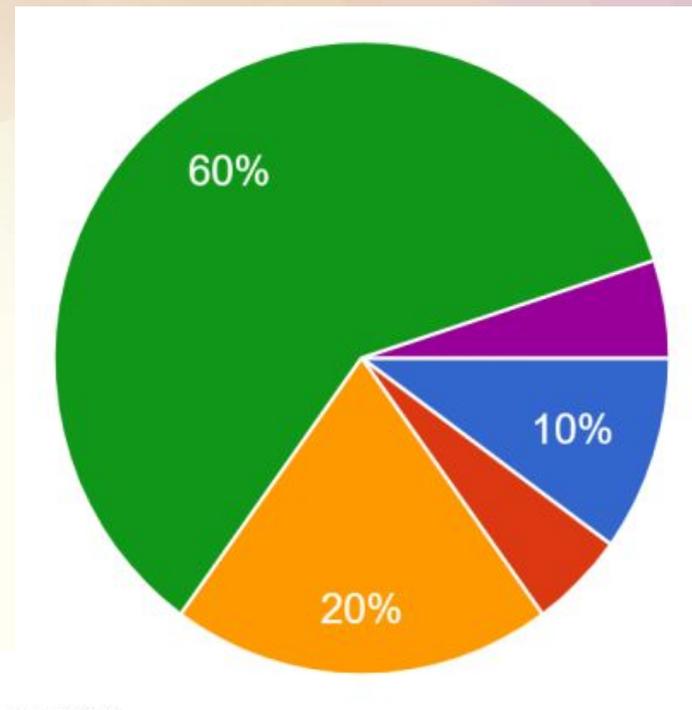
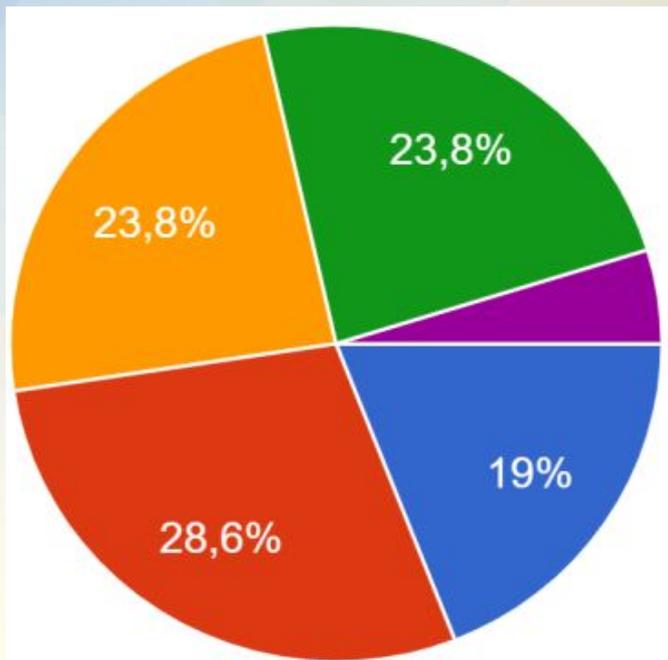


- меньше 1 часа в сутки
- от 1 до 2 часов в сутки
- от 2 до 3 часов в сутки
- от 3 до 4 часов в сутки
- от 4 до 5 часов в сутки
- от 5 до 6 часов в сутки
- более 6 часов в сутки

Студенты



Сколько часов в сутки, в среднем, вы спите?



Вожатые



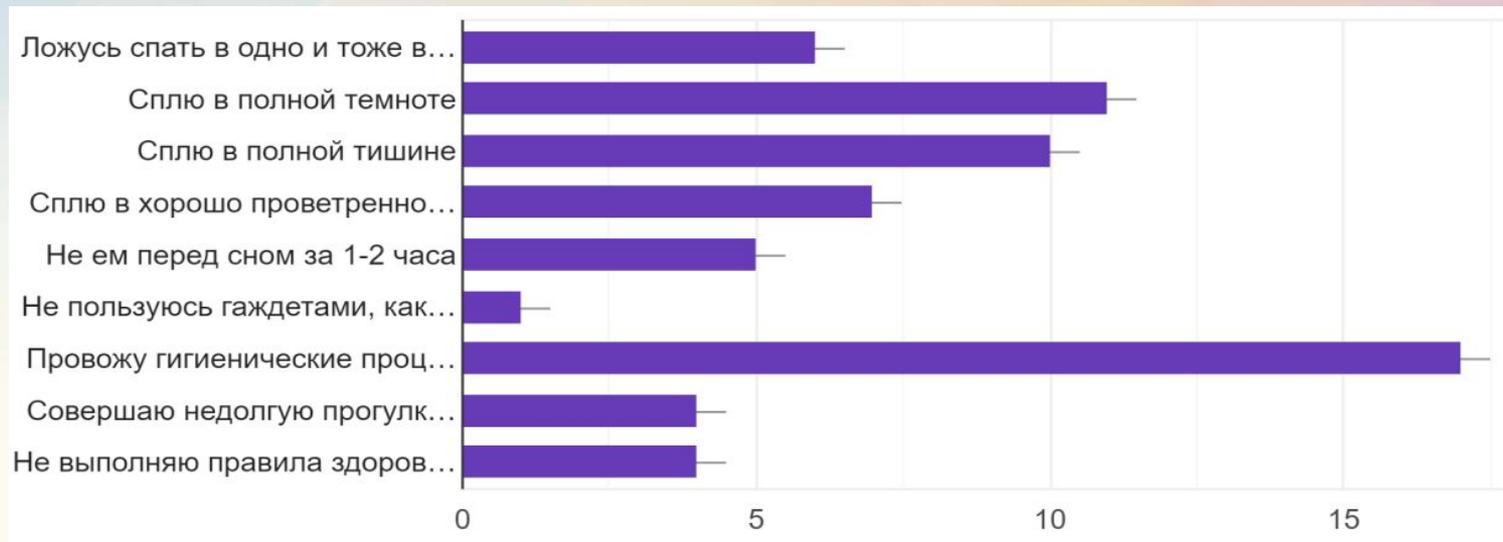
- меньше 5 часов в сутки
- от 5 до 6 часов в сутки
- от 6 до 7 часов в сутки
- от 7 до 8 часов в сутки
- от 8 до 9 часов в сутки
- более 9 часов в сутки

Студенты

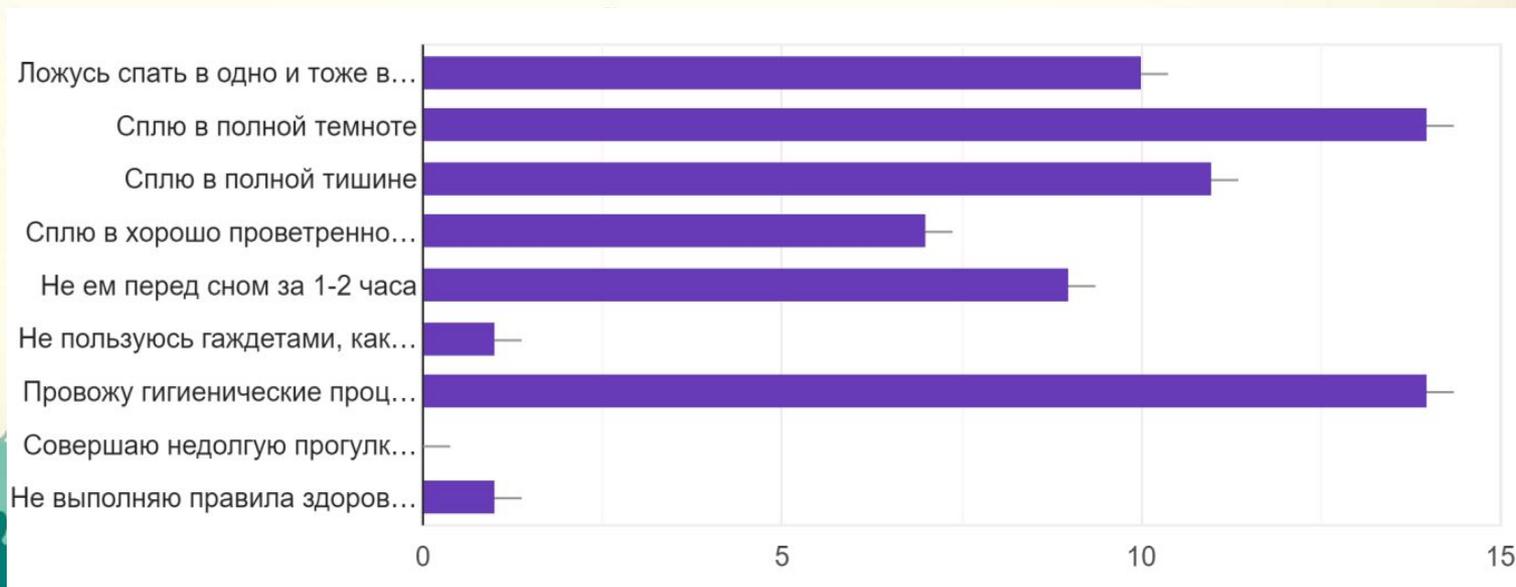


Какие правила здорового сна вы соблюдаете с наибольшей частотой?

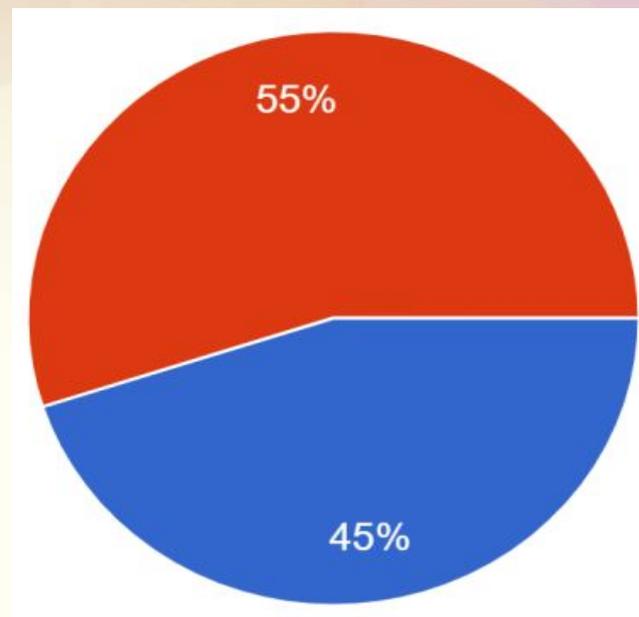
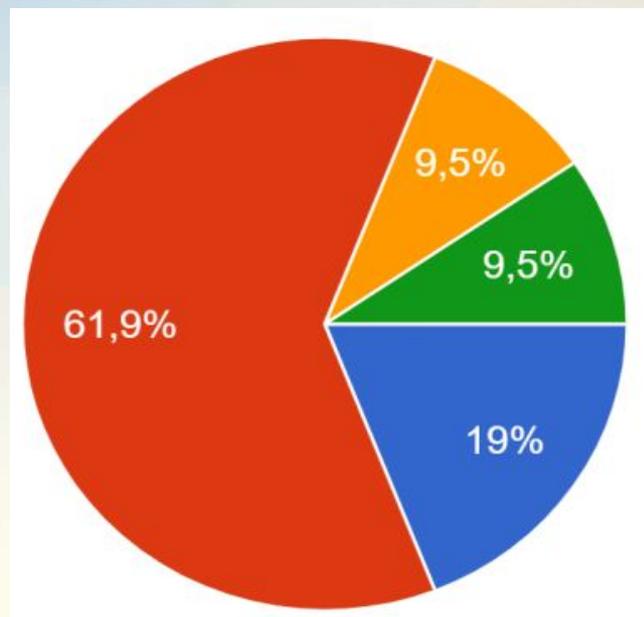
Вожатые



Студенты



Сколько полноценных приемов пищи в день у вас обычно бывает?



Вожатые



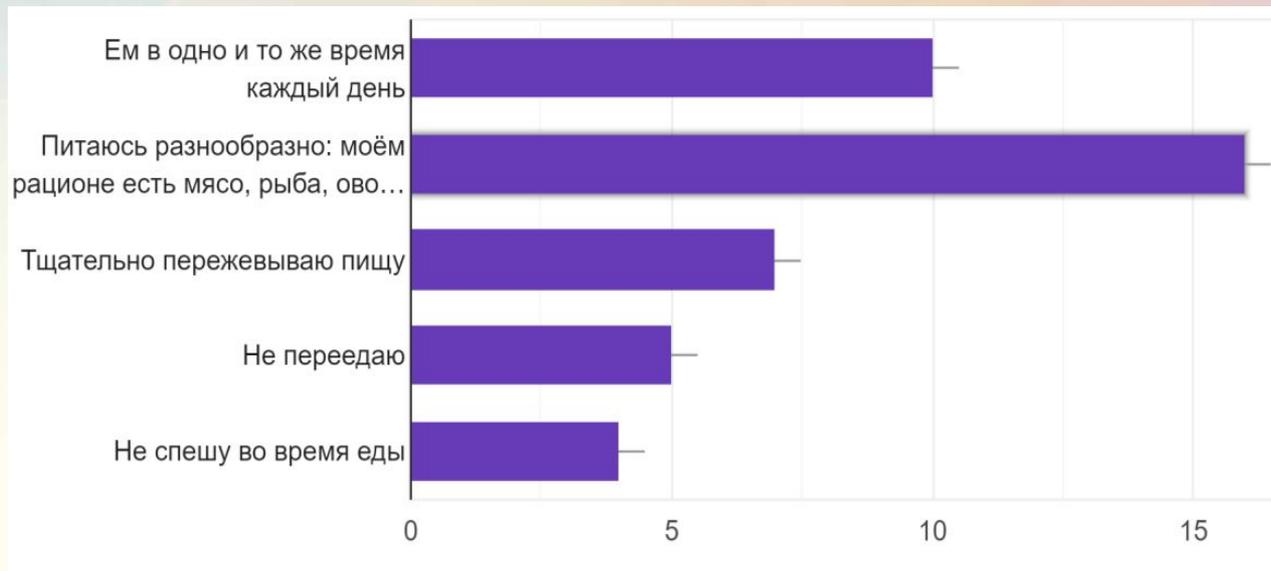
- 1-2 раза
- 3 раза
- 4 раза
- 5 раз
- 6 раз
- более 6 раз

Студенты

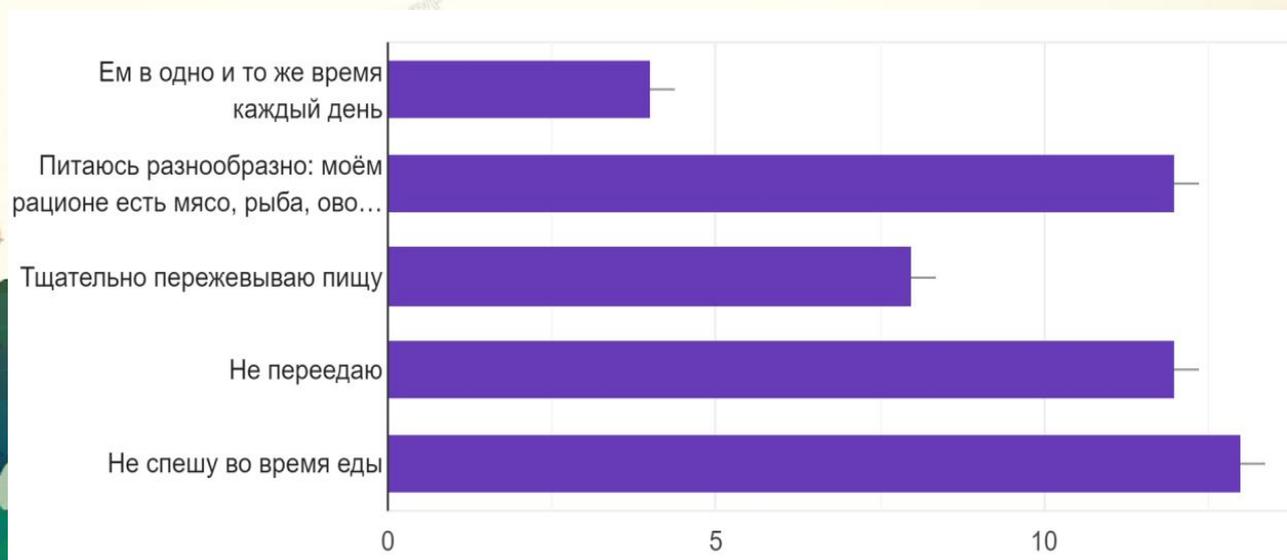


Какие правила здорового питания вы соблюдаете?

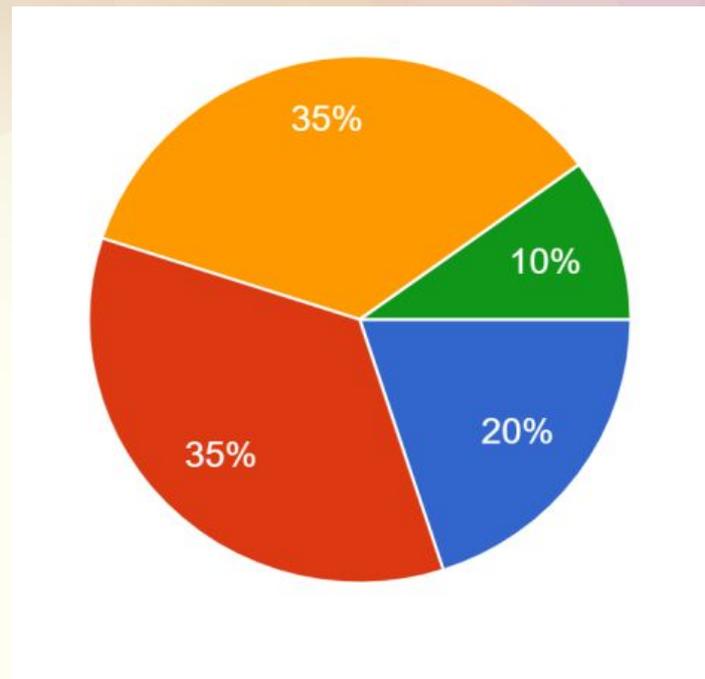
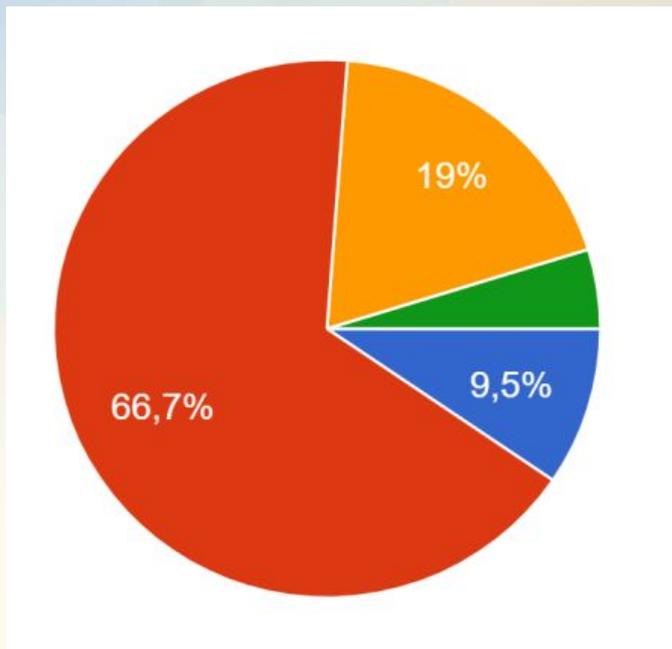
Вожатые



Студенты



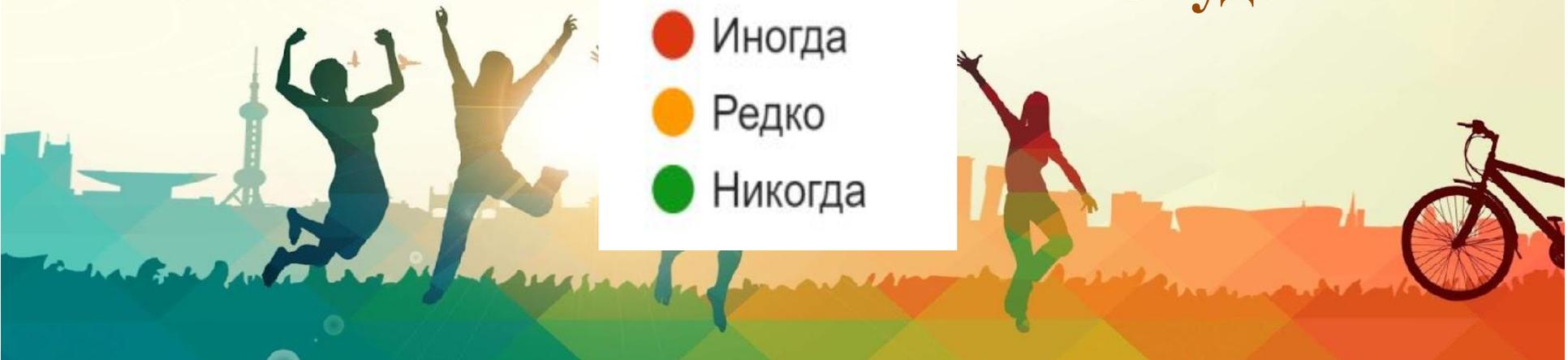
Какие правила здорового питания вы соблюдаете?



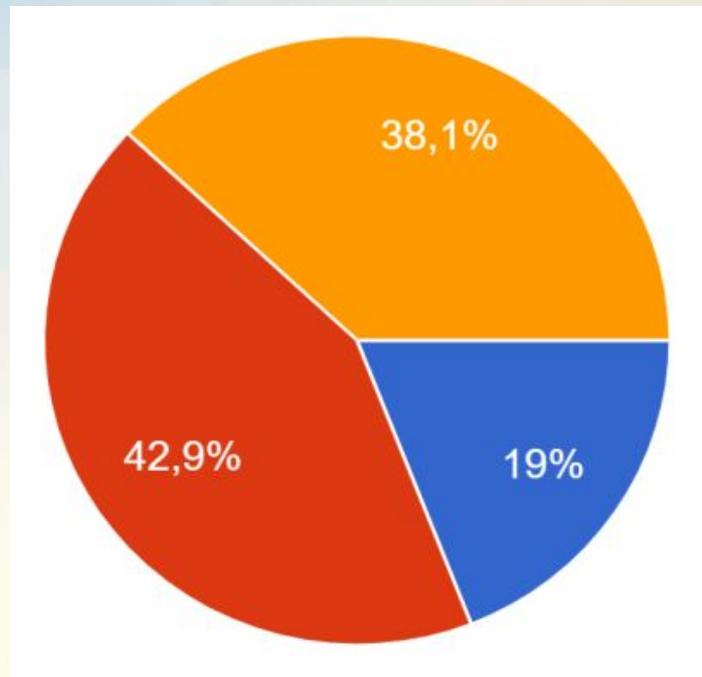
Вожатые

Студенты

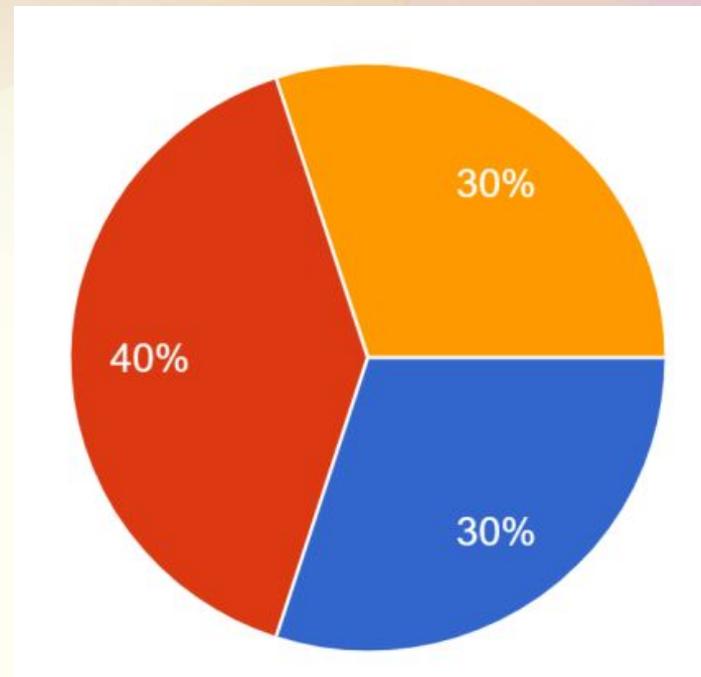
- Часто
- Иногда
- Редко
- Никогда



Следите ли вы за водно-солевым балансом в своем организме?



Вожатые



Студенты



- Да, всегда восполняю ежедневную норму воды в организме
- Иногда, по мере необходимости, слежу за ВСБ в своем организме
- Не слежу за ВСБ в своем организме

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

