

## Результаты анкетирования «Осведомленность студентов о здоровом образе жизни»

В анкетировании приняли участие студенты трех факультетов 2 курса в количестве 108 человек.

Анкетирование проходило в форме онлайн-опроса по ссылке: <https://forms.yandex.ru/u/692d0baf6d2d7360e45ee011>

В результате данного анкетирования были выявлены следующие количественные показатели общих представлений и осведомленности студентов о здоровом образе жизни: 76,4% студентов считают, что поддерживать позицию ЗОЖ – это необходимо, а 12,7% студентов считают, что ЗОЖ следует поддерживать иногда, 7,3% - что можно обойтись и без него, 3,6% опрошенных не смогли ответить на этот вопрос.

Большинство студентов оценивают свой образ жизни как «не совсем здоровый» – 72,7%, 20,0% считают, что ведут здоровый образ жизни, а 7,3% - не придерживаются ЗОЖ.

28,5% опрошенных ответили, что залогом крепкого здоровья является отказ от вредных привычек, 26,2% – соблюдение режима и правильное питание, 22,7% – экология и здоровое питание, 22,7% студентов считают, что нужно заниматься спортом и другими увлечениями.

87,3% студентов удовлетворяют условия формирования здорового образа жизни в ЧГМА. 67,3% респондентов принимают участие в мероприятиях и работе академии, направленных на формирование здорового образа жизни среди студентов и молодежи, 32,7% занимают пассивную позицию.

Результаты анкетирования по определению средств, с помощью которых студенты формируют и поддерживают позицию здорового образа жизни выглядят следующим образом: 23,5% проводят свое свободное время в общении с друзьями, 19,7% - сидят дома, смотрят телевизор или играют в компьютерные игры, 6,4% - занимаются спортом, а у 16,8% вообще нет свободного времени; 60,0% студентов стараются соблюдать распорядок дня и рациональное питание когда получается, у 5,5% - получается очень редко, 21,8% - вообще не соблюдают этого, и только 12,7% - всегда соблюдают распорядок дня и рациональное питание.

70,9% опрошенных студентов удовлетворены условиями организации занятий физической культуры и спортом, а также другими оздоровительно-спортивными мероприятиями в ЧГМА.

Начальник центра психологической поддержки  
ФГБОУ ВО ЧГМА Минздрава России, к.м.н.



Е.А. Бодагова

Проректор по учебной работе, воспитательной  
деятельности и молодежной политике  
ФГБОУ ВО ЧГМА Минздрава России, д.м.н., доцент



А.А. Жилина