

ОТЧЕТ  
ОБ ИТОГАХ АНКЕТИРОВАНИЯ  
ДЕТСКОГО НАСЕЛЕНИЯ Г. СВИСЛОЧЬ

*(в рамках реализации проекта «Здоровый город, поселок»)*

**АСПЕКТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**Время проведения социологического опроса:**

начало: 1 декабря 2022 г. окончание: 28 февраля 2023 г.

**Сбор первичной информации провели:**

Помощник врача-эпидемиолога, инструктор-валеолог  
Свислочского районного ЦГЭ Семенчук Валерия  
Андреевна

Помощник врача-гигиениста, инструктор-валеолог  
Свислочского районного ЦГЭ  
Борель Елена Романовна

**Обработка данных и написание отчета (06.07.2023):**

Помощник врача-эпидемиолога, инструктор-валеолог  
Свислочского районного ЦГЭ Семенчук Валерия  
Андреевна

В рамках проекта «Свислочь-здоровый город» специалистами ГУ «Свислочский районный ЦГЭ» проведено анонимное анкетирование детского населения города Свислочь «Основные аспекты здорового образа жизни».

В опросе приняли участие 65 школьников г. Свислочь. Из них опрошено школьников старших классов в количестве 35 респондентов, из них девочек – 19 (54,2%), мальчиков 16 (45,7%).



Согласно полученным результатам, большинство учащихся высоко оценили состояние своего здоровья. Охарактеризовали свое состояние как «Хорошее» и «Удовлетворительное» 57,1% и 20% соответственно. На «Плохое» состояние не указал никто. Испытал затруднение при ответе на вопрос 1 человек (2,85%).



Для сохранения и укрепления здоровья, большинство из опрошенных школьников соблюдают правила личной гигиены. Так 94,3% школьников всегда моют руки после посещения туалета, 88,6% чистят зубы не менее 2 раз в день, а 85,7% всегда моют руки, когда приходят с улицы и ежедневно принимают душ, ванну.



К активным мерам сохранения и укрепления здоровья относится физическая активность.



Из диаграммы видно, что наиболее часто школьники совершают прогулки, а вот ежедневно делает зарядку только каждый шестой школьник, играет в спортивные игры каждый пятый, ежедневно совершают пробежки, катаются на велосипеде, роликах, коньках, посещают бассейны и тренажерные залы менее 10,0% школьников.

Наиболее часто опрошенные школьники соблюдают следующие правила питания: ежедневный завтрак (71,4%), неторопливый прием и тщательное пережевывание пищи (68,6%), не переедают (48,6%). Большинство участников опроса пренебрегают таким правилом питания, как прием пищи в одно и то же время 3-4 раза в день. Не соблюдают режим питания 11,4% школьников.

Положительным моментом в питании школьников является и тот факт, что школьники отдадут предпочтение употреблению овощей и фруктов. Так ежедневно и несколько раз в неделю овощи и фрукты употребляют 48,6% и 51,4% соответственно. То же касается и употребления мяса 48,6% и 42,9% соответственно. Присутствуют в рационе школьников рыба и морепродукты: 25,7% употребляют эти продукты ежедневно, 37,1% несколько раз в неделю, и только 4 человека или 11,4% не употребляют ее вообще.

Для снятия напряжения, стресса, участники анкетирования чаще всего прибегают к: прогулкам на свежем воздухе, встречам с друзьями (57,1%), прослушиванию музыки (71,4%).



Прошедший опрос показал, что у школьников в достаточной мере сформировано негативное отношение к табакокурению. 100% опрошенных никогда не курили.



Исходя из результатов социологического опроса 22,9% опрошенных ответили, что в семье чаще курит папа, а 71,5% дали ответ «Нет никто не курит».



Интересным представляется мнение участников опроса по поводу употребления спиртных и энергетических напитков. Большинство школьников считает употребление их вредным (спиртных 82,9%, энергетических 65,7%).

На вопрос «Какие условия для сохранения здоровья Вы считаете наиболее важными?» лидируют ответы: «хороший отдых», «ежедневное выполнение правил здорового образа жизни» - 88,6%.

