

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Нижегородский политехнический колледж
имени Героя Советского Союза Руднева А.П.»**

Направление социальный проект

Тема: «Воспитание культуры здоровья: студенты - студентам – школьникам»

Руководитель проекта: педагог - психолог

Иванова Ирина Владимировна

сот.тел. (89049177879)

эл.почта – iwanowa.rp@yandex.ru

Сроки выполнения проекта

Август 2019 г. – январь 2020 г (со студентами колледжа)

Январь 2020 г.- май 2020 г (с учащимися школы)

География: г. Нижний Новгород ,Сормовский район

ГБПОУ «Нижегородский политехнический колледж

имени Героя Советского Союза Руднева А.П.»

г. Нижний Новгород

2020

Содержание.

1. Аннотация проекта.....	1-2
2. Актуальность проекта.....	3-4
3. Анализ ситуации, предшествующий реализации проекта.....	5-6
4. Цели и задачи проекта. Механизм реализации проекта.....	7-8
5. Ожидаемые результаты.....	10
6. Эффективность и система мониторинга за ходом реализации проекта (количественные и качественные).....	11-12
7. Реализованные мероприятия.....	13-14
8. Приложения (смета расходов, схема мероприятий проекта, интерактивный курс для студентов, интерактивный курс для школьников, пример анкеты диагностики).....	23

АННОТАЦИЯ ПРОЕКТА.

Проект «Воспитание культуры здоровья: студенты - студентам – школьникам предполагает воспитание культуры здоровья у студентов ГБПОУ

« Нижегородский политехнический колледж имени Героя Советского Союза Руднева А.П.» посредством их волонтерской деятельности по воспитанию ЗОЖ у студентов колледжа. Впоследствии студенты школьникам (после прохождения специальной подготовки) в течение 2019-2020 учебного года.

Реализация проекта организована на площадке Нижегородского политехнического колледжа, в последствии планировалась программа наставничества на базе школы Сормовского района, но в виду эпидемиологической обстановки в стране ,мероприятия отложились до момента снятия карантина.

Проект решает целый ряд задач:

- формирование культуры здоровья молодежи (студентов и школьников), воспитание культуры здоровья студентов и школьников силами студентов
- обеспечение преемственности между школой и колледжем
- активизация волонтерской деятельности и социальной позиции молодежи
- квалифицированное содействие государственным бюджетным профессиональным образовательным учреждениям (ГБПОУ) в вопросах здоровьесберегающей деятельности
- усиление межведомственного взаимодействия (педагогика, медицина)
- мотивация к дополнительному обучению
- формирование у студентов необходимых мета - компетенций (выступление перед аудиторией, командная работа, принятие решений, творческое мышление, педагогическая компетентность и др.)

В рамках проекта было привлечено студенческое волонтерское объединение « Маяк», проведено обучение студентов. Студенты провели многочисленные мероприятия со студентами колледжа, направленные на

В воспитание культуры здоровья. Это акции по пропаганде ЗОЖ, уроки здоровья, интерактивные классные часы, творческие мастер-классы, игровые фотосессии и другое (подробнее – в разделе «Мероприятия проекта»). Под руководством студентов-волонтеров студенты колледжа разрабатывали собственные проекты по тематике здоровья, дискутировали, и многое другое.

Проект получил живой отклик как со стороны обучающихся, так и со стороны студенческой общественности. Подросткам было интересно получать знания от квалифицированных и молодых специалистов, а студентам было полезно почувствовать подобную ответственность и в очередной раз задуматься о своем образе жизни. В проекте приняли участие 21 учебная группа. Особенно примечательна регулярность (а не однократность) взаимодействия.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА.

Здоровье – главная ценность жизни, занимающая самую высокую ступень в иерархии потребностей человека. В то же время оно является одним из ведущих условий успешного социального экономического развития общества. Формирование здорового образа жизни – государственная важная задача, вызванная снижением уровня здоровья и физического состояния современной молодежи. Ситуацию усугубляют большие психоэмоциональные нагрузки во время обучения, отсутствие навыков личной гигиены, режима дня, полноценного питания, наличие вредных привычек и, в большинстве случаев, знаний о важности и необходимости двигательной активности, а значит и умений в этой области.

Сегодня одним из основных понятий здоровья является понятие культуры здоровья. Под культурой здоровья понимается осознанное восприятие здоровья как ценности и мотивация к здоровому образу жизни. При этом здоровье рассматривается в единстве соматического, психологического, социального, нравственного и творческого аспектов. Согласно данным ВОЗ, именно образ жизни в максимальной степени влияет на состояние здоровья человека, следовательно, необходимо обучать население ведению здорового образа жизни, а также повышать их мотивацию.

Одна из основных функций воспитательно-образовательного процесса в колледже – сделать знания студентов по здоровому образу жизни не только доступными, но и жизненно необходимыми. Годы обучения в колледже совпадают с завершающим этапом биологического, физического, психического и социального формирования и являются благоприятными для усвоения здорового образа жизни, а в дальнейшем для формирования устойчивой мотивации к постоянному самосовершенствованию.

Актуальность формирования культуры здоровья молодежи несомненна. Приоритетным направлением в данной сфере является организация системы

наставничества: равный – равному, студенты-студентам, студенты - школьникам. При этом подростки получают информацию в интересной и доступной форме из

авторитетных для них источников, они вынуждены задуматься о своем здоровье, пересмотреть собственное поведение, образ жизни. Таким образом, студенты фактически помещаются в условия, при которых у них «ненавязчиво» и гармонично формируется культура здоровья.

Актуальность проекта подтверждают следующие аспекты:

- значимость здорового образа жизни, культуры здоровья,
- негативная статистика по состоянию здоровья студентов (заболеваемость, пропуски занятий),
- актуальность волонтерской деятельности как основы активной социальной позиции молодежи,
- образ жизни населения (сниженная двигательная активность, несбалансированное питание, факторы риска);
- отсутствие системы эффективного взаимодействия между учреждениями, занимающимися формированием культуры здоровья участников образовательного процесса.

АНАЛИЗ СИТУАЦИИ, ПРЕДШЕСТВУЮЩИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Перед началом проекта было проведено пилотное анкетирование следующих категорий респондентов:

- студенты колледжа
- сотрудники колледжа

Результаты анкетирования студентов

Среди студентов было проведено анкетирование, преследующее следующие цели:

- определение уровня культуры здоровья у студентов,
- выявление заинтересованности со стороны студентов в получении дополнительных знаний и навыков в области ЗОЖ, а также предпочтительного формата их предоставления,
- оценка степени готовности студентов к волонтерской деятельности по пропаганде основ ЗОЖ среди школьников.

Были получены следующие результаты:

1. По мнению студентов, поддержание хорошего уровня собственного физического развития было необходимо для возможности улучшения качества личной жизни (32,5% юношей и 41,7% девушек),

2. Как пример здорового человека для будущего поколения (28,4% юношей и 43,2% девушек)

3. Для успешного карьерного роста (20% юношей и 13,2% девушек).

Из студентов 1 курса ГБПОУ НПК имени Руднева 31,2% девушек и 28,6% юношей прогуливали занятия физической культурой еще в школе. Процентное соотношение распределения причин не посещения занятий у юношей и девушек практически одинаковое.

Высокий процент пропусков занятий по болезни (22% юношей и 23% девушек)

ещё раз подтверждает неблагоприятное состояние здоровья обучающихся, а тот факт, что пятая часть опрошенных прогуливала занятия по причине лени, говорит о том, что у них не сформирована система мотивации укрепления здоровья.

Важным результатом для проекта является следующее: 80 % студентов 1 и 2 курсов указали, что предпочли бы элективный курс, на котором в интересной форме рассматривались бы вопросы формирования здоровья.

Что касается проведения занятий со школьниками, студенты - волонтеры отметили следующее: из 35% выразили заинтересованность в данной деятельности, 22% отметили необходимость дополнительной подготовки. Таким образом, в ходе анкетирования студентов был выявлен невысокий уровень культуры здоровья у студентов, однако готовность к ведению деятельности по формированию ЗОЖ у школьников возможно при прохождении дополнительной подготовки.

Результаты анкетирования сотрудников (администрация, педагоги)

Перед началом проекта было проведено пилотное исследование мнения сотрудников образовательного учреждения о возможности реализации и актуальности проекта. Были получены следующие результаты. 99 % респондентов выразило глубокую заинтересованность в проекте. В то время 1% опрошенных сотрудников считают, что реализация проекта сложна в связи с необходимостью бюрократических согласований (в том числе с родителями несовершеннолетних студентов).

Основные выводы:

Таким образом, в ходе диагностики до начала проекта было выявлено следующее:

- необходимость в повышении уровня культуры здоровья,
- готовность к волонтерской деятельности по ЗОЖ,
- готовность прохождения дополнительной подготовки

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

Цель проекта: воспитание культуры здоровья студентов ГБПОУ «Нижегородский политехнический колледж имени Героя Советского Союза Руднева А.П.» посредством их волонтерской деятельности по формированию здорового образа жизни в условиях образовательных учреждений.

Задачи проекта:

На уровне Сормовского района:

- построить эффективную систему социального партнерства колледжа и школы, а также привлеченных организаций в вопросах культуры здоровья
- обратить внимание общественности на вопросы здорового образа жизни и волонтерства
- обеспечить преемственность (колледж-школа)

На уровне колледжа:

- вовлечь участников образовательного процесса в деятельность по воспитанию культуры здоровья,
- повысить у участников образовательного процесса уровень успешности (как интегративного понятия, включающего здоровье, профессионализм и др.),
- сформировать у студентов мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установку на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями, способствовать профессиональному становлению молодых специалистов,
- сформировать активную социальную и жизненную позицию

На уровне ГБПОУ (задачи реализуются силами подготовленных студентов):

- обеспечить содействие сотрудникам ГБПОУ в вопросах воспитания культуры.

- организовать профилактическую деятельность в ГБПОУ,
- совершенствовать формы, технологии и методы обучения,
- повысить уровень культуры здоровья участников образовательного процесса

Организации, вовлеченные в реализацию программы:

- ГБПОУ «Нижегородский политехнический колледж имени Героя Советского Союза Руднева А.П.»
- волонтерское студенческое объединение «Маяк»

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

1. Блок задач «Обучение студентов»

- разработка и реализация образовательных мероприятий, направленных на формирование мета-компетенций у студентов колледжа (интерактивный курс, система тематических семинаров, круглых столов)
- организация образовательного курса по формированию культуры здоровья

2. Блок задач «Воспитание культуры здоровья»

- разработка и реализация мероприятий по воспитательной работе среди студентов с целью формирования их ценностного отношения к здоровому образу жизни.

3. Блок задач «Мониторинг результатов»

Разработка и реализация:

- системы комплексного мониторинга физического и психического состояния студентов,
- системы мониторинга достижения результатов проекта

Упрощенно механизм реализации проекта может быть представлен следующим образом



После реализации проекта ожидаемые результаты в дальнейшем:

Для ГБПОУ «Нижегородский политехнический колледж имени Героя Советского Союза Руднева А.П.»:

- повышение качества образования и удовлетворенности участников образовательного процесса
- сплочение коллектива
- снижение количества пропусков занятий студентами
- повышение успешности выпускников
- улучшение имиджа, привлечение внимания общественности: абитуриентов, партнеров и т.д.

Для студентов :

- формирование культуры здоровья
- профессиональное становление, развитие мета-компетенций
- реализация социальной ответственности
- повышение качества обучения
- улучшение состояния здоровья
- уменьшение количества пропусков по болезни и др.

Для школьников:

- восприятие здоровья как осознанной ценности
- осознанное соблюдение принципов здорового образа жизни
- снижение заболеваемости и риска развития болезней

Для города :

- построение системы сотрудничества и преемственности «Здоровый колледж – здоровая школа»
- осуществление эффективного обмена опытом «равный – равному».

ЭФФЕКТИВНОСТЬ И СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ЗА ХОДОМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Система мониторинга хода реализации проекта сводится к следующим основным аспектам:

1. Ведение регулярной отчетности
2. Формирование рабочей группы с регулярными совещаниями, нацеленными на анализ эффективности и проводимыми по эффективной технологии.
3. Проведение анкетирования вовлеченных лиц .

Мониторинг осуществляется посредством:

- промежуточных отчетов
- анкетирования
- проективных методик
- наблюдения, анализа статистических данных

Эффективность проекта

№	Параметры эффективности	Методы оценки
1. Количественные		
1.1	Снижение пропусков занятий по болезни и прогулам на 35%	Анализ статистики посещения, анкетирование
1.2	Выявление 10 активных студентов для дальнейшей работы над собственными социальными проектами	Анализ статистики
1.3	Снижение доли курящих студентов на 10%	Анкетирование, самоанализ
1.4	Повышение общественного внимания к тематике Здорового образа жизни на 10 %	Анализ статистических данных: участия в мероприятиях проекта
1.5	Тиражирование успешного опыта посредством Выпуска методических материалов, эмблемы, значков по ЗОЖ, создание сайта студенческого волонтерского объединения по ЗОЖ	Экспертная оценка

2. Качественные		
2.1	Повышение мотивации студентов к осознанному соблюдению здорового образа жизни	Проективные методики, анкетирование
2.2	Формирование мета-компетенций у студентов	Проективные методики тестирования Экспертные оценки ,самоанализ
2.3	Формирование отрицательного отношения к вредным привычкам и принципам жизни	Анкетирование, проективные методики
2.4	Привлечение организаций к сотрудничеству	Анализ взаимодействия организаций - партнеров
2.5	Сплочение коллектива для достижения общей цели	Тренинговая программа диагностики
2.6	Повышение уровня удовлетворенности участников образовательного процесса	Анкетирование, проективные методики

РЕАЛИЗОВАННЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПРОЕКТА

Можно выделить следующие мероприятия по реализации проекта. Некоторые из них можно увидеть на сайте: <https://vk.com/club151266312>

<https://vk.com/nnovnpk>

1.Организационные мероприятия :

- создано студенческое волонтерское объединение «Маяк»
- разработана атрибутика: эмблемы, значки и т.д.,
- создан сайт для тиражирования опыта по воспитанию культуры здоровья
- создана инициативная группа студентов для реализации проекта

2.Пропаганда здорового образа жизни среди студентов:

- организация масштабной акции по борьбе с курением «Территория НПК – без табака»,
- организация движения за физическую нагрузку
- тренинги «Будь лучшей версией себя»
- занятия по обучению студентов по тематике пропаганды ЗОЖ
- акция «Скажи наркотикам – Нет!»
- проведение игр- квестов по тематике ЗОЖ
- проведение футбольных матчей
- проведение спортивных состязаний
- информационная акция «Стоп ВИЧ/СПИД »

3.Тренинговые занятия для студентов:

Занятия для студентов проводятся по следующим основным темам:

- воспитание культуры здоровья у учащихся и воспитанников,
- арт-терапия,
- коммуникативный тренинг,
- профилактика аддиктивного поведения у подростков

4. Игры - квесты по культуре здоровья

Игры-квесты проводятся в колледже. В ходе обучающиеся путешествуют по станциям, каждая из которых направлена на раскрытие того или иного аспекта комплексного понятия здоровья. На каждой станции студентов ждут ведущие и фотографии. Среднее количество ведущих на каждой игре –40-50 человек (в зависимости от числа классов-участников).

В мероприятии приняли участие около 50 волонтеров и более 300 учащихся.

5. Тематические классные часы в колледже :

Классные часы проводятся силами обученных студентов колледжа по следующим темам:

Все классные часы проводятся в интерактивной форме: мини-лекция сопровождается упражнениями, играми, двигательными разминками, заданиями на внимание и фантазию и т.д.

После реализации проекта ожидаемые результаты в дальнейшем:

- повышение качества образования и удовлетворенности участников образовательного процесса
- сплочение коллектива
- снижение количества пропусков занятий студентами
- повышение успешности выпускников
- формирование культуры здоровья
- профессиональное становление, развитие мета-компетенций
- реализация социальной ответственности
- улучшение состояния здоровья
- уменьшение количества пропусков по болезни и др.
- консолидация усилий заинтересованных сторон
- восприятие здоровья как осознанной ценности
- осознанное соблюдение принципов здорового образа жизни
- снижение заболеваемости и риска развития болезней

Приложение 1.

СТОИМОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Бюджет проекта (отчетный период – 1 учебный год):

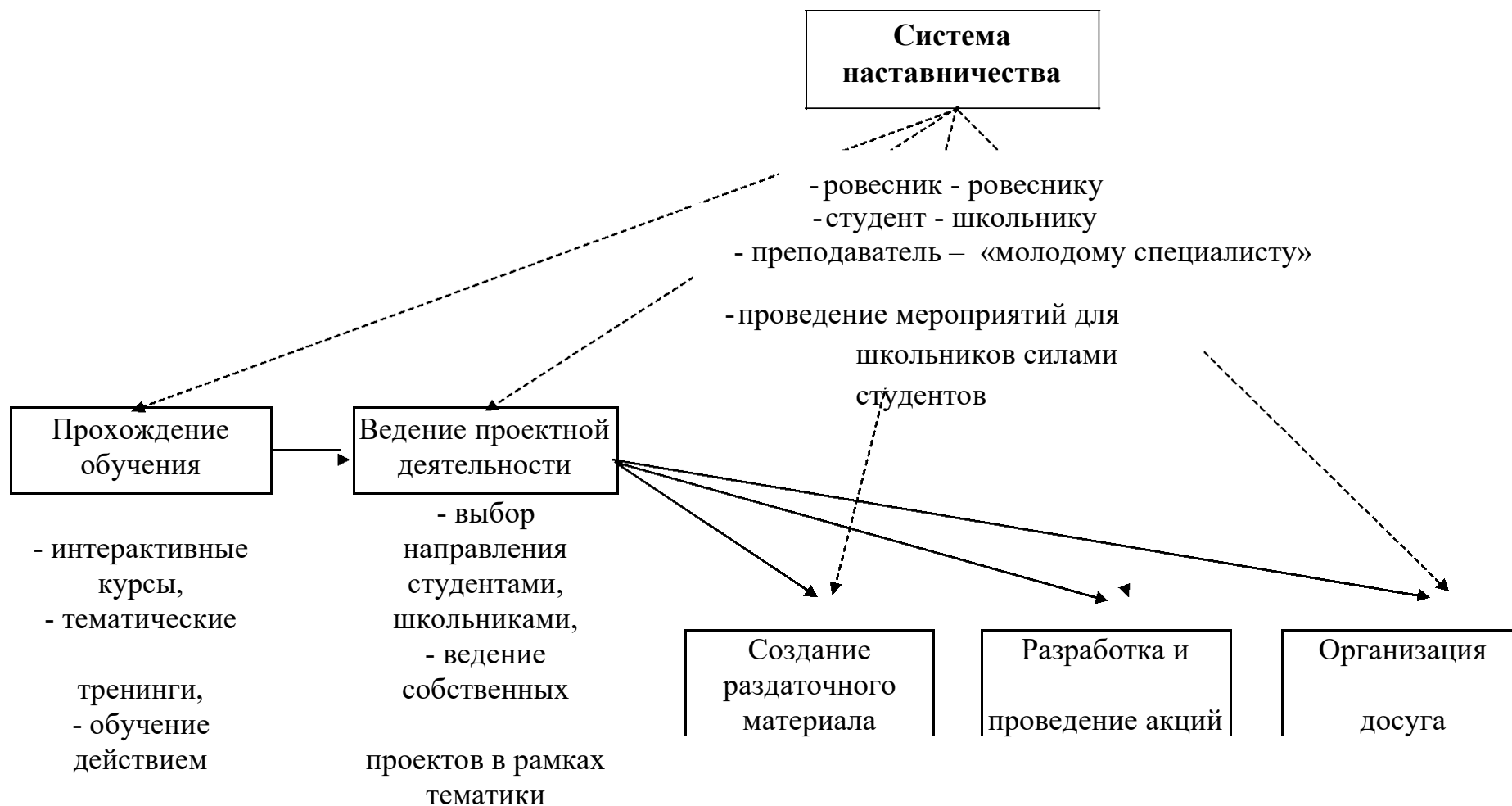
№	Наименование	Промежуточная стоимость (руб.)	Итоговая стоимость за год (руб.)
1	Атрибутика проекта		
	Изготовление значков	400 р.	400 р.
	Разработка и печать плакатов и стендов	2 000 р.	2000 р.
	Разработка и печать эмблемы колледжа на футболках волонтеров	10000 р.	10000р.
	Итого по разделу:		12 400 р.
2	Расходы типография		
	Печать информационных буклетов	1200р.	1200 р.
	Итого по разделу:		1200 р.
3	Волонтерские акции по ЗОЖ (2 акции в год)		
	Обеспечение акции	500 р.	500 р.
	Итого по разделу:		500 р.
4	Тренинговый клуб для студентов (30 занятий в год)		
	Канцелярия	1 000 р.	1 000 р.
	Кофе-брейки	300 р.	300 р.
	Итого по разделу:		1300 р.
6	Творческие мастер-классы (8 мастер-классов в год)		
	Канцелярия	1 000 р.	1 000 р.
	Итого по разделу:		1000 р.
7	Занятия со школьниками как технология здоровьесбережения (8 в год)		
	Канцелярия	1 000 р.	1 000 р.

	Итого по разделу:		1000 р.
9	Мотивация волонтеров(в среднем, 3 раза в год)		
	Посещение кинотеатра	100 р. на человека	2 000 р.
	Фотосессии для волонтеров	2 500 р.	2 500 р.
	Итого по разделу:		4500 р.
ИТОГО ПО ПРОЕКТУ ЗА УЧЕБНЫЙ ГОД			21 900р.

Основные источники финансирования:

-средства, выделяемые ГБПОУ «Нижегородский политехнический колледж имени Героя Советского Союза Руднева А.П.»

Общая схема мероприятий проекта



Приложение 3.

Интерактивный курс для студентов (как часть обучения)

«Воспитание культуры здоровья у учащихся» (36 часов)

Цель курса: формирование компетентностей, необходимых для эффективного воспитания культуры здоровья у обучающихся.

Задачи курса:

- предоставление знаний о составляющих культуры здоровья и методах ее воспитания в рамках образовательного учреждения
- ознакомление с практическим опытом деятельности по пропаганде здорового образа жизни
- предоставление банка методических материалов (практических упражнений, игр, заданий, разработок уроков и т.д.) с целью эффективного применения в своем колледже
- формирование готовности к деятельности по воспитанию культуры здоровья у обучающихся в рамках образовательного учреждения

Особенности курса – практикоориентированность и максимальная консолидация усилий всех специалистов колледжа: сотрудников Службы здоровья, педагогов, администрации и т.д. Данная программа призвана обеспечить педагогов практическими рекомендациями, обзором эффективного опыта по воспитанию культуры здоровья у студентов.

В результате курса слушатели получают знания:

- о составляющих культуры здоровья;
- об особенностях воспитания культуры здоровья у обучающихся различных возрастных групп;
- о практических методах воспитания культуры здоровья в рамках образовательного учреждения;

- о методах вовлечения студентов в деятельность по пропаганде здорового образа жизни;
- о способах повышения двигательной активности студентов в течение дня.

Совершенствуют умения:

- реализовывать полученные рекомендации в практической деятельности;
- разрабатывать модели взаимодействия заинтересованных сторон с целью оптимизации деятельности по воспитанию культуры здоровья у студентов;
- использовать разнообразные формы воспитательной работы и реализовывать в рамках своего колледжа мероприятия по формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Приложение 4.
Интерактивный курс для старших школьников
«Ораторское мастерство и культура здоровья»

Общая информация

Целевая аудитория: учащиеся средней и старшей школы;

Содержание курса: 12 занятий по 1,5 часа по 10 следующим темам:

- основы публичного выступления,
- правильное питание,
- тренинг творческих способностей,
- двигательная активность,
- эффективные коммуникации,
- психологическое здоровье,
- здоровье и одежда,
- целеполагание,
- проектный менеджмент (2 занятия),
- основы грамотной компьютерной презентации

Цель курса: формирование навыков публичного выступления, развитие творческого мышления и стремления к личностному росту при воспитании культуры здоровья у учащихся старших классов (навыки эффективной презентации отрабатываются посредством постоянной практики).

Примечание: каждое занятие сопровождается интерактивными играми, упражнениями и двигательной разминкой. Кроме того, на каждом занятии происходит тематическое анкетирование учащихся.

Занятия	Академические часы
Основы публичного выступления	2
Правильное питание	2
Тренинг творческих способностей	2
Двигательная активность	2
Эффективные коммуникации	2
Психологическое здоровье	2
Здоровье и одежда	2
Целеполагание	2
Проектный менеджмент	4
Основы грамотной компьютерной презентации	2
Подведение итогов	2

«Пример анкеты диагностики»

Пожалуйста, ответь на следующие вопросы. Все ответы анонимны.

Выберите и подчеркните то, от чего больше всего зависит здоровье человека:

- а) наследственность,
- б) врачи,
- в) окружающая среда,
- г) сам человек, его образ жизни

Чувствуете ли Вы себя абсолютно здоровым человеком?

- а) да,
- б) нет,
- в) затрудняюсь ответить

Какие знания о здоровье Вы считаете наиболее важными?

Что из своих знаний о здоровье Вы выполняете на практике?

Что мешает Вам заботиться о своем здоровье?

Есть ли у Вас ежедневная физическая активность (двигательные кружки, зарядка и т.д.)?

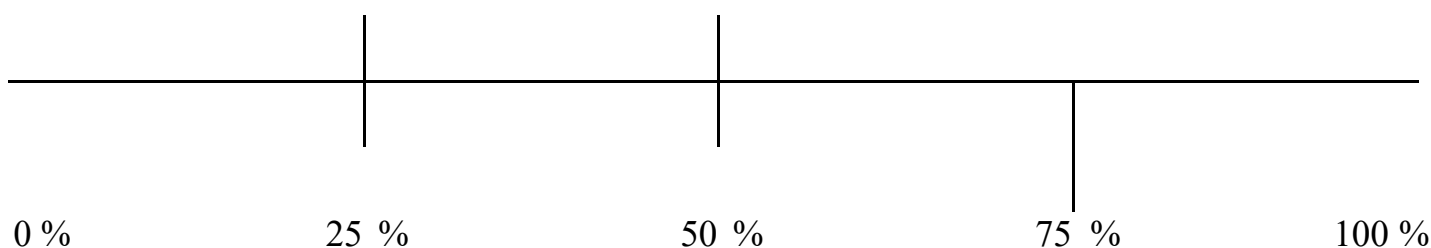
Если да, то почему это важно?

Если нет, то что Вас останавливает?

Отметьте 4 действия, которые наиболее важны человеку для сохранения и укрепления своего здоровья:

- а) соблюдение личной гигиены,
- б) хорошее отношение к себе
- в) соблюдение чистоты в доме, колледже и на улице,
- г) двигательная активность,
- д) хорошие взаимоотношения в семье, группе и т.д.,
- е) рациональное питание,
- ж) соблюдение режима дня,
- з) посещение театров, музеев,

На сколько процентов здоровье зависит от Вас самого? (отметьте на шкале)



Как Вы считаете, достаточно ли у Вас знаний о здоровье и о способах его сохранения и укрепления?

- а) да,
- б) нет,
- в) затрудняюсь ответить

Что важно для здоровья? Проранжируйте факторы следующим образом: 1 – наиболее важно, 3 - наименее:

- а) регулярная двигательная активность,
- б) рациональное питание,
- в) отсутствие вредных привычек

В какой форме Вам было бы наиболее интересно получить знания о здоровье?

- а) в формате лекции,
- б) в игровой форме,

в) в событийной форме (экскурсии, фестивали и т.д.),

г) другое

Выберите причины, из-за которых может развиваться неправильная осанка:

а) плохо подобранная мебель,

б) плохое освещение,

в) слабые мышцы спины,

г) нежелание делать зарядку,

д) другое

Верно ли следующее утверждение: самый лучший способ быть здоровым – каждый день делать зарядку с большими нагрузками?

а) да, потому что

б) нет, потому что

Верно ли следующее утверждение: профессиональный спорт – это залог здоровья?

а) да, потому что:

б) нет, потому что:

Лучшая диета – это та, которая:

а) рекламируется известными людьми,

б) подобрана опросником на хорошем сайте в интернете,

в) помогла знакомым,

г) назначена врачом,

д) другое

Считаете ли Вы курение вредной привычкой?

- да

- нет

- затрудняюсь ответить

Как Вы относитесь к курильщикам?

- категорически отрицательно,

- положительно,

-если другим не мешают, пусть курят,

Сколько примерно человек из Вашего круга общения курят?

Сколько примерно человек из Вашего круга общения регулярно употребляют алкоголь?

Сколько раз в неделю человек должен выпивать, чтобы про него можно было сказать «алкогольная зависимость»?

- каждый день,
- 3-4 раза каждую неделю,
- даже раз в неделю – это уже зависимость,
- другое: _____

Пробовали ли Вы:

- курение: _____,
- алкоголь: _____,
- наркотики: _____

Есть ли положительная сторона у вредных привычек?

- да
- нет
- затрудняюсь ответить

Какие причины приводят к ПЕРВИЧНОМУ употреблению алкоголя?

Проранжируйте следующим образом:

1 – наиболее часто и т.д.:

- за компанию: _____,
- престижность образа с сигаретой: _____,
- стресс, проблемы в жизни: _____,
- от нечего делать: _____,
- из любопытства: _____,
- формат встречи: _____,

Какие причины приводят к ВТОРИЧНОМУ употреблению алкоголя (почему люди делают это снова и снова)?

Проранжируйте следующим образом: 1 – наиболее часто и т.д.:

- за компанию: _____,

- нравится вкус: _____,
- престижность образа с сигаретой: _____,
- стресс, проблемы в жизни: _____,
- от нечего делать: _____,
- из любопытства: _____,
- желание расслабиться: _____,
- чтобы заговорить: _____,
- формат встречи: _____,
- другое:

Откуда Вы получаете основную информацию о здоровье в целом?

Источник информации	Частота предоставления информации	Степень значимости информации
Друзья		
Врачи		
Семья		
Преподаватели		
СМИ (ТВ, Интернет, печатные издания)		
Книги		
Другое:		

Заполните таблицу следующим образом: в наименьшей степени – 1, в наибольшей степени – 5

Что, на Ваш взгляд, влияет на состояние здоровья человека?:

Проранжируйте степень влияния следующих факторов на здоровье человека (1 – в наибольшей мере):

Что, на Ваш взгляд, является здоровым досугом, а что вредным?

Здоровый досуг - это

Вредный досуг - это

Что такое здоровая одежда?

Напишите свое определение понятию «здоровье».

Здоровье - это

Ваш пол:

курс:

возраст:

специальность:

