**Итоги социологического опроса по здоровому образу жизни.**

В период с 9 по 12 апреля 2018 г. педагогом-психологом проводилось психологическое обследование среди учащихся студий ДЮЦа.

В опросе принимали участие коллеги, родители и учащиеся студий: «Пиксель», «Белая ладья», «Волшебники», «Я художник», «Серпантин», «Кудесница», «Танцевальная планета», «Современница», студия промышленного дизайна «Студия 7», «Вокс» и творческих мастерских: «Фриволите», «Прованс».

**Анкета по ЗОЖ (учащиеся)**

**В анкетировании приняло участие 286 учащихся в возрасте от 7 до 16 лет.**

**Проанализировав данные, были получены следующие результаты:**

1. **Что является для тебя главным в жизни? (от первого до последнего, пронумеруйте)**

* Взаимоотношения в семье = **(1 место**) **= 91 уч. (32 %)**
* Здоровье = **( 2место)= 73 уч. (25 %)**
* Учёба, профессиональное образование = **( 3 место) = 37 уч. (13 %)**
* Друзья =  **(4 место) = 32 уч. (12 %)**
* Любовь **=( 5 место) = 19 уч.( 7 %)**
* Материальное благополучие = **(6 место**) = 14 уч. (5 %)
* Карьера = **(7 место)** = 9 уч.(3 %)

1. **Как ты оцениваешь состояние своего здоровья?**

1. **Твоё любимое занятие в свободное время (отметить не более 3-х ответов).**

**4. Что на твой взгляд необходимо для ведения здорового образа жизни?**

**5. Кто, по твоему мнению, должен помогать вести здоровый образ жизни?**

1. **Как ты считаешь, что больше вредит здоровью? (не более четырёх ответов).**
2. **Какая продолжительность твоего ночного сна?**

1. **Соблюдаешь ли ты режим питания?**

**9. Как ты оцениваешь своё здоровье?**

**10. Как ты считаешь, учат ли тебя в ДЮЦе сохранять твоё здоровье?**

Таким образом, по результатам видно, что 42% учащихся соблюдают режим питания, завтракают дома. Основными причинами, вредящими здоровью, учащиеся считают: вредные привычки – курение, потребление алкогольных напитков, наркотиков - 62% и нарушение питания - 41%. Свободное время учащиеся проводят следующим образом:

-хожу в различные кружки, студии ДЮЦа -54 %

-гуляю по улицам с друзьями -38 %

-читаю книги, газеты, журналы – 24 %

-занимаюсь спортом – 25 %

Отвечая на вопрос «Что является самым главным в жизни?» учащиеся самым важным считают:

- Взаимоотношения в семье = **(1 место)**

- Здоровье = **(2 место)**

- Учёба, профессиональное образование = **( 3 место)**

80 % учащихся отметили, что в ДЮЦе учат сохранять здоровье и на занятиях педагоги активно используют здоровьесберегающие технологии и регулярно проводят с детьми разминки, зарядки.

Также социологический опрос по здоровьесбережению проводился и среди педагогов ДЮЦа.

**1.Что вы делаете для того, чтобы укрепить своё здоровье?**

**2. Какова продолжительность вашего ночного сна?**

**3. К какой группе здоровья Вы относитесь?**

**4. Соблюдаете ли Вы режим питания? (подчеркните)**

**5. Устаёте ли Вы на работе?**

**6. Как Вы считаете, какие факторы влияют на Ваше здоровье?**

**7. Что нужно делать, чтобы сохранить Ваше здоровье?**

**8. Кого Вы считаете ответственным за своё здоровье?**

* себя = 100%

**9. Считаете ли Вы необходимым формировать у себя навыки ЗОЖ?**

**10. Считаете ли необходимым для себя своевременно проходить профосмотры, проводить прививки, посещать беседы, лекции врача?**

* Да -100 %

1. **Как Вы оцениваете своё здоровье?**

1. **Может ли повлиять Ваше (психическое, физическое) здоровье на ваших воспитанников?**

* безусловно, да -100 %

1. **Ваш уровень удовлетворённости работой ДЮЦа в направлении сохранения Вашего здоровья и здоровья учащихся?**

Таким образом, по результатам видно, что средняя продолжительность сна педагогов составляет 7-8 часов, что является общепринятой нормой. Все педагоги считают ответственными за свое здоровье именно себя, поэтому чтобы укрепить свое здоровье, педагоги считают необходимым для себя своевременно проходить профосмотры. Как отмечают 88 % педагогов, чтобы сохранить свое здоровье, нужно вести здоровый образ жизни, правильно питаться и больше времени проводить на свежем воздухе.

Социологический опрос по здоровьесбережению проводился и среди родителей учащихся ДЮЦа.

**1.Что вы делаете для того, чтобы укрепить здоровье своего ребенка?**

**2. Какова продолжительность сна Вашего ребенка?**

**3. К какой группе здоровья относится Ваш ребёнок?**

**4. Соблюдаете ли режим питания Ваш ребёнок?**

**5. В скольких кружках, секциях занимается Ваш ребёнок?**

**6. Как Вы считаете, какие факторы влияют на здоровье детей?**

**7. Что нужно делать, чтобы сохранить здоровье ребёнка?**

**8. Кого Вы считаете ответственным за здоровье своего ребёнка?**

**9. Считаете ли Вы необходимым формировать у себя навыки ЗОЖ? (рациональное питание, умеренная физическая активность, оптимальный режим дня, отказ от курения, алкоголя)**

* Да = 100%

**10. Считаете ли необходимым своевременно проходить профосмотры, проводить прививки, посещать беседы, лекции врача?**

* Да = 100%

**11. Как Вы оцениваете здоровье своего ребёнка?**

**12. Ваш уровень удовлетворённости работой ДЮЦа в направлении сохранения Вашего здоровья Вашего ребёнка?**

Таким образом, по результатам видно, что родители принимают ответственность на себя за здоровье своих детей, считают, чтобы сохранить здоровье своих детей нужно соблюдать режим дня, правильно питаться, заниматься спортом, гулять. 68 % родителей считают, что их дети абсолютно здоровы и для сохранения здоровья своих детей дают своим детям витамины, гуляют с детьми на свежем воздухе.

В рамках «дней культуры здоровья» был проведен социологический опрос по здоровьесбережению среди обучающихся, родителей, педагогов.

Педагогам, родителям и учащимся был задан вопрос: **«ваш уровень удовлетворённости работой дюца в направлении сохранения вашего здоровья?»**

Проведя качественный анализ, были получены следующие показатели: родители педагоги, учащиеся считают, что необходимо проводить мероприятия для укрепления своего и ребенка здоровья, необходимо гулять, проводить профилактику, закаливаться, принимать витамины и питаться полезными продуктами.

Удовлетворенность работой ДЮЦа в направлении сохранения здоровья учащихся, ученики и родители оценивают как высокую, педагоги среднего уровня. Таким образом, можно отметить, что прослеживается положительная динамика в 2016-2017 учебном году.

В сравнении с предыдущим учебным годом, показатели по всем параметрам улучшились на 2-10%, что говорит о проведенных мероприятиях посвященных укреплению здоровья, а также в Детско-юношеском центре «На Комсомольской» ежегодно наблюдается положительная динамика, которая положительно сказывается на знаниях учащихся, родителей и педагогов.

педагог-психолог Ведерникова А.А