

МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РОСТОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
«КАМЕНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

# Социологический опрос

на тему

«Проблемы социального  
здоровья  
молодёжи»

**Выполнила:**

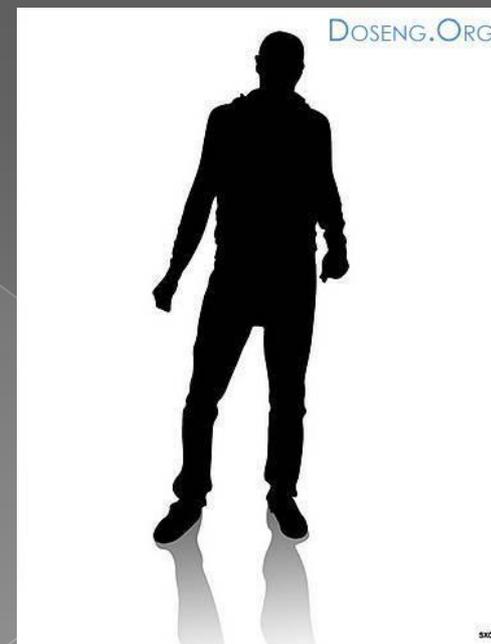
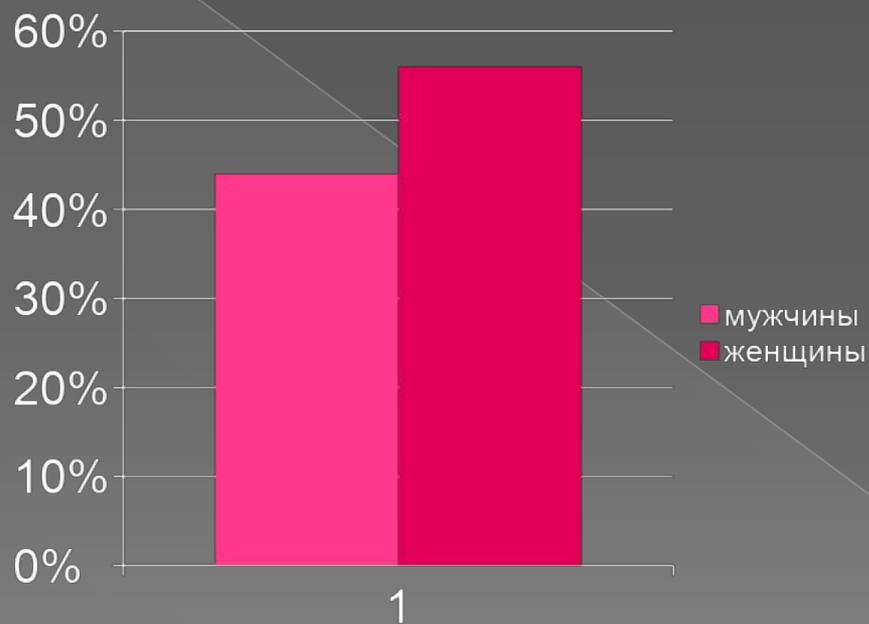
студентка 4 курса  
специальности 39.02.01 Социальная работа  
Приходько В.В.

**Руководитель:** Автомонова Т.А

преподаватель высшей квалификационной категории

## Диаграмма №1 «Ваш пол»

В исследовании приняло участие 50 респондентов, из которых: мужчин 44% (22 человека), женщин – 56% (28 человек).



## Диаграмма №2 «Ваш возраст»

Возрастной состав респондентов распределился следующим образом:

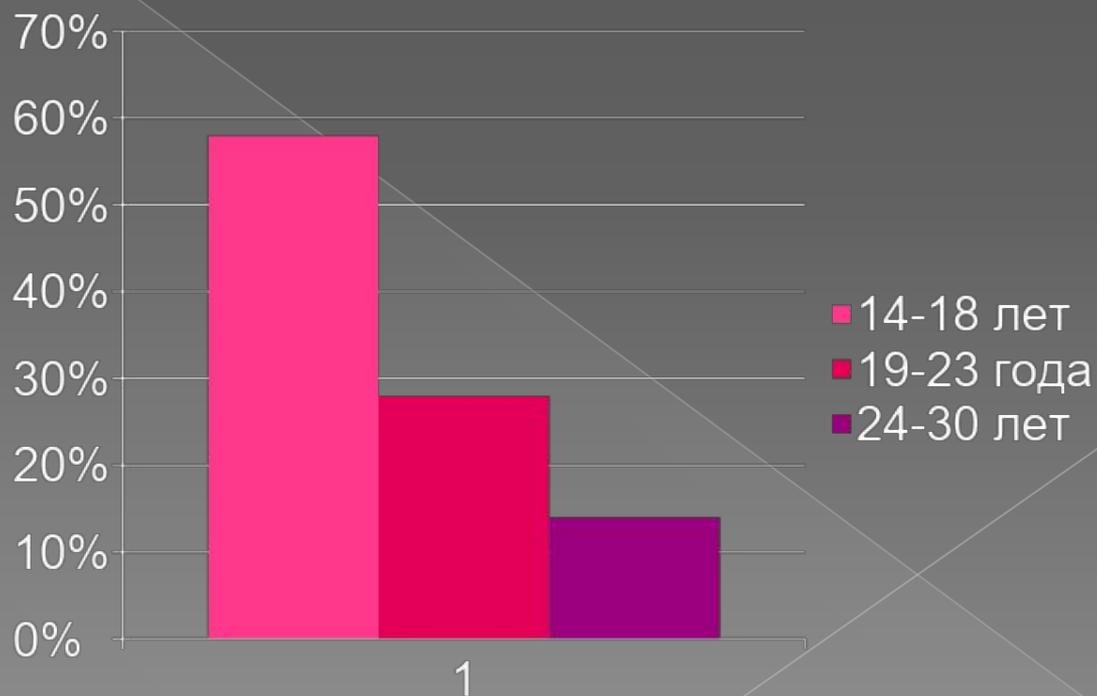
наибольшая часть опрошенных представляет возрастную группу

19-23 года– 58% (29 респондентов),

вторая по численности группа 14-18 лет– 28% (14 респондента)

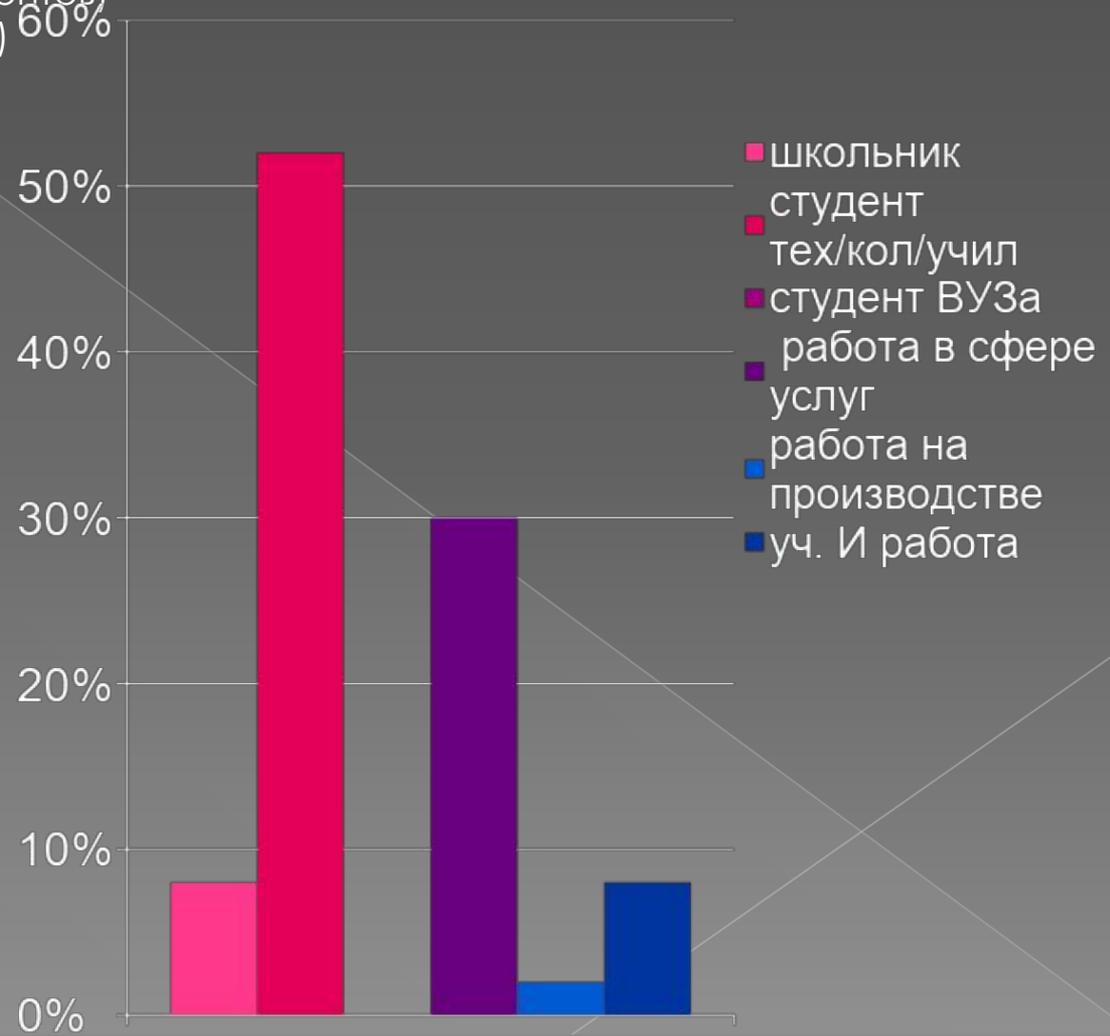
и самая малочисленная

24-30 лет – 14% (7 респондентов).



## Диаграмма №3 «Ваш социальный статус»

1. учусь – 30 (60% респондентов). Из них:
  - школьник – 4 (8% респондентов)
  - студент колледжа (техникума, училища) – 26 (52% респондентов)
  - студент ВУЗа – 0
2. работаю – 16 (32% респондентов)
  - работаю в сфере услуг – 15 (30% респондентов)
  - работаю в производстве – 1 (2% респондентов)
3. учусь и работаю – 4 (8% респондентов)



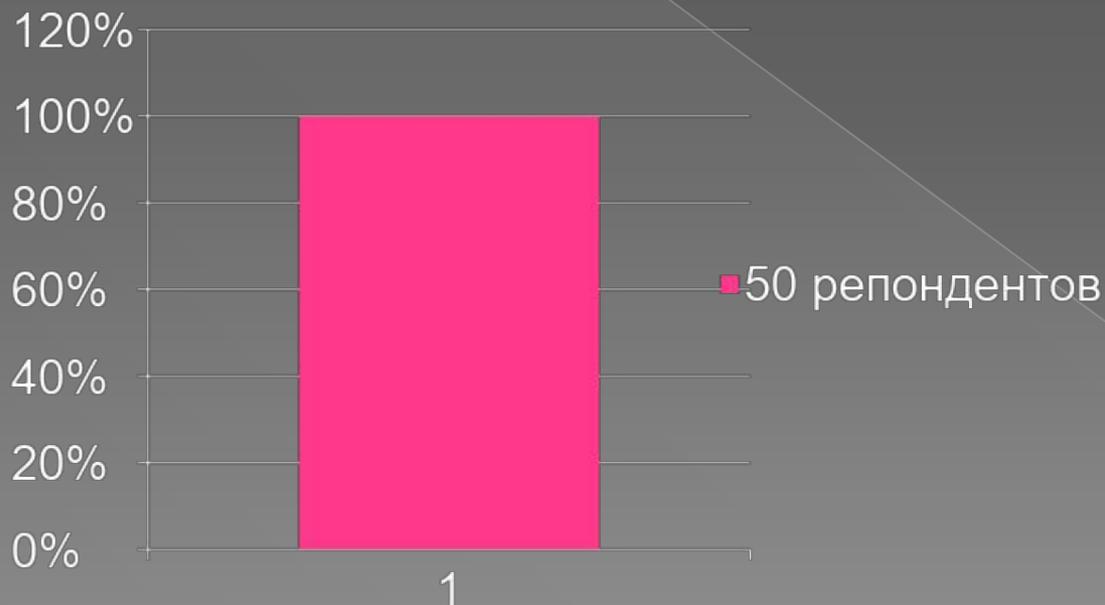
#### Диаграмма №4 «Здоровый образ жизни – это...»

В начале нашего исследования, для выявления отношения к различным аспектам здорового образа жизни респондентам предлагалось продолжить определение «Здоровый образ жизни – это...». Ответ на определение ЗОЖ дали все 100%(50 респондентов)

Данные определения можно разделить на следующие категории:

- сон- отдых
- правильное питание
- спорт
- отсутствие вредных привычек

Также, респонденты говорили о том, что здоровый образ жизни – это правильно, здорово, круто, очень хорошо, сложно. Также, были такие варианты ответов, как «Долголетие», «Всегда нужен», «Счастливое будущее», «Залог успеха», «Важная составляющая жизни», «Это жизнь», «Смысл моего существования», «Необходим для каждого человека», «Здоровое поколение»,

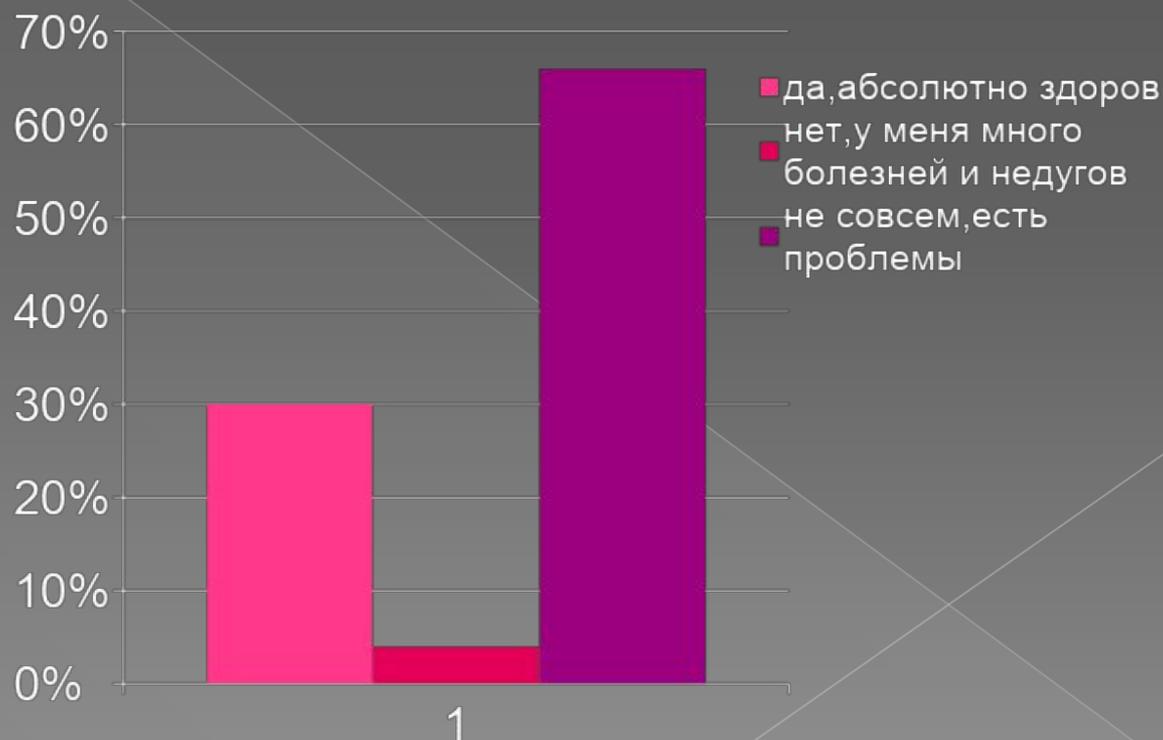


## Диаграмма №5 «Считаете ли Вы себя здоровым человеком?»

Большинство молодежи (66%) не смогли назвать себя полностью здоровым человеком, у них есть проблемы, которыми они озабочены.

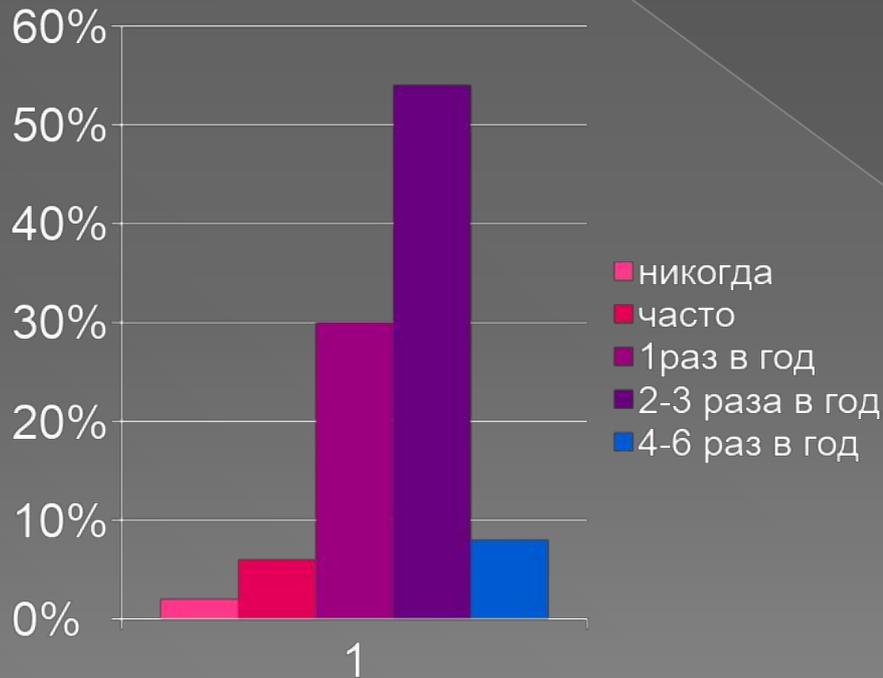
Имеют абсолютное здоровье 30% молодых каменчан.

О том, что у них много болезней и недугов сказали 4% опрошенных респондентов.



## Диаграмма №6 «Как часто Вы болеете?»

Далее мы решили выяснить, насколько часто болеет современная молодежь. Выяснилось, что в основном молодые люди болеют 2-3 раза в год, так отметили 54% (27 респондента). 30% молодежи (15 респондент) болеют 1 раз в год. Никогда не болеют 2% (10 респондент). Одни респонденты отмечали, что болеют не часто: «Редко», «Очень редко», «Болею, но редко», «Могу вообще не болеть годами, а могу весь год болеть. Раз на раз не приходится». Другие же, указывали на свою болезненность: «Постоянно», «По-разному, не меньше 5 раз в год».

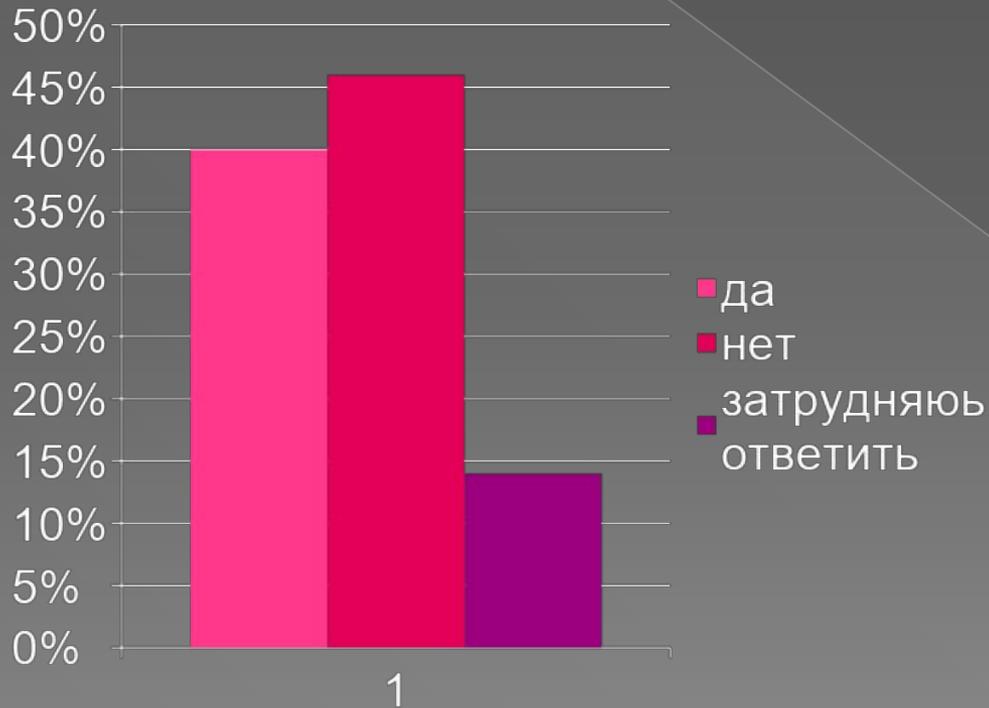


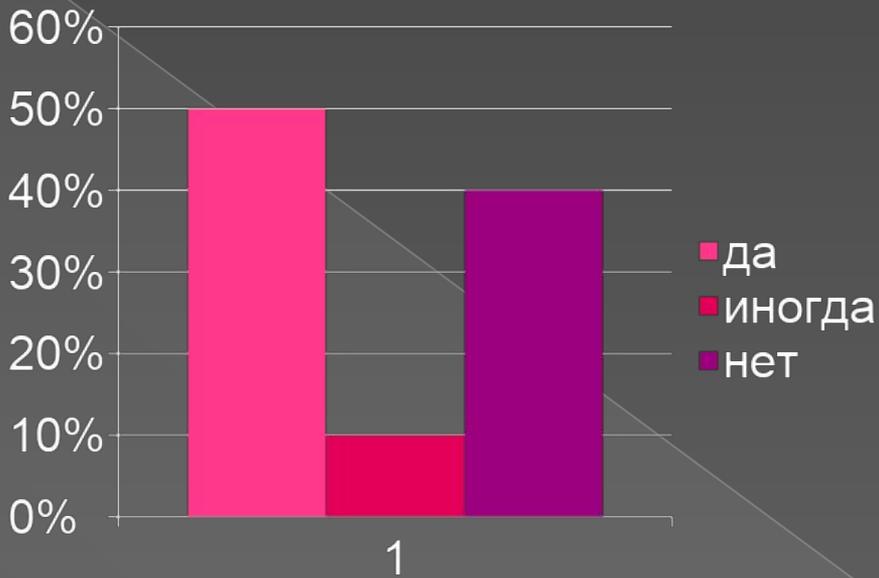
## Диаграмма №7 «Есть ли у Вас хронические заболевания?»

У 46% молодежи (23 респондентов) нет хронических заболеваний.

40% (20 респондента) имеют какие-либо хронические заболевания.

И затруднились ответить на данный вопрос 14% (7 респондентов).

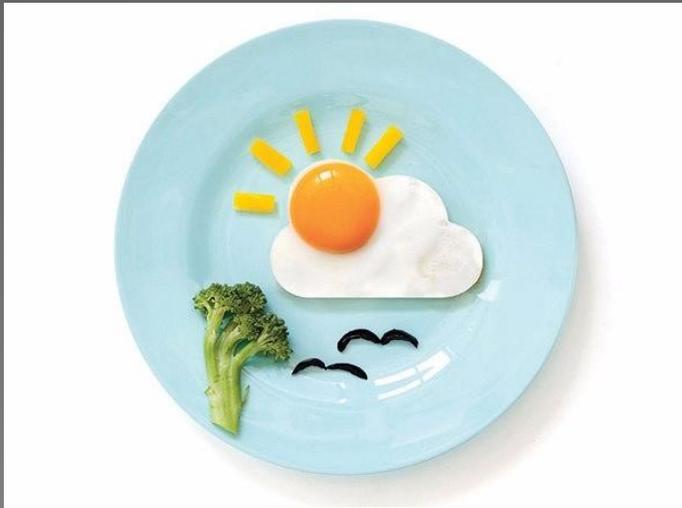




### Диаграмма №8 «Завтракаете ли Вы утром?»

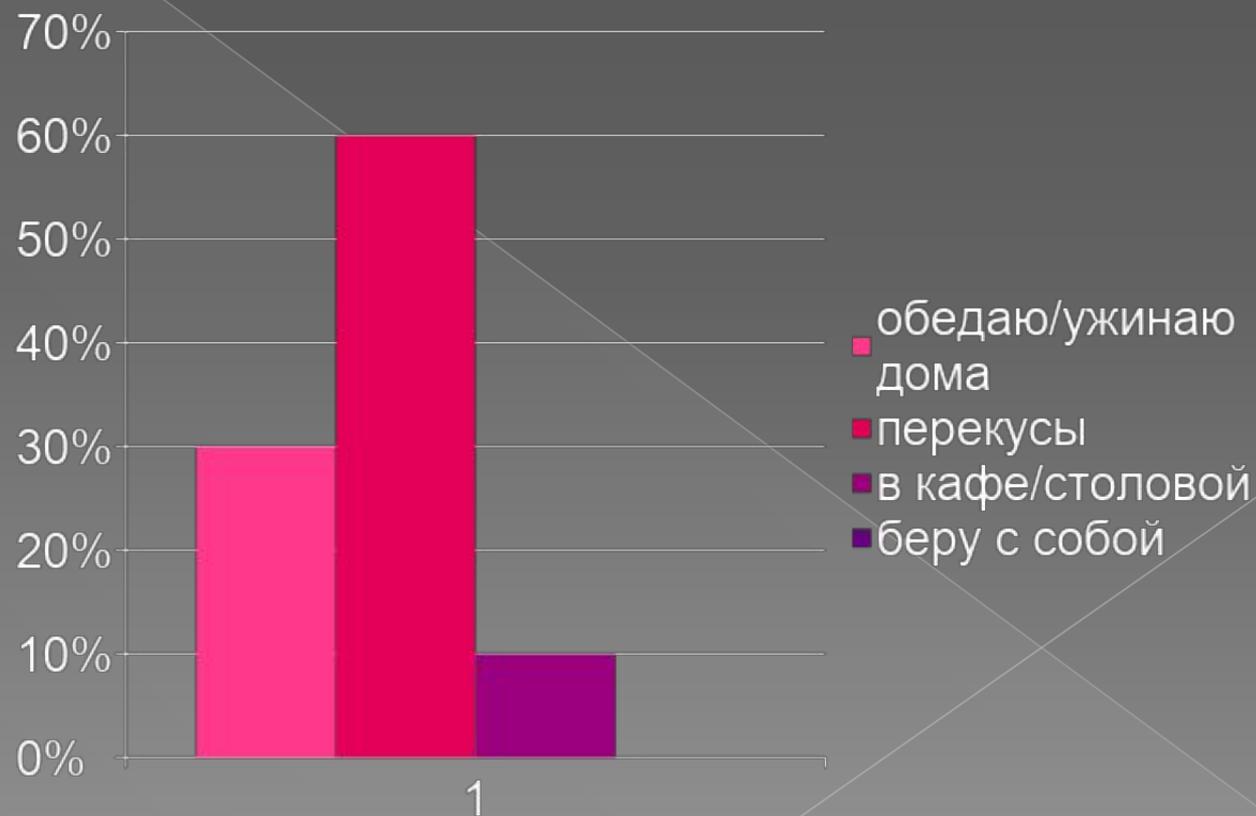
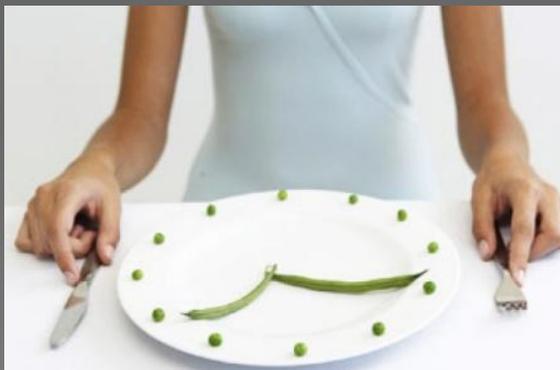
Половина опрошенных респондентов (50%) отметили, что утром они завтракают.

Уделяют внимание завтраку периодически 40% (20 респондентов). И 10% (5 респондент) отметили, что утром они не привыкли употреблять пищу. Также, предложили свои варианты ответов: «Только чай с печеньем», «Очень редко», «Редко».



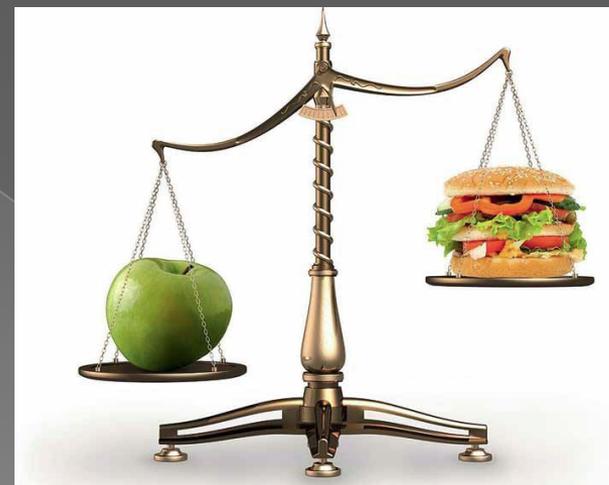
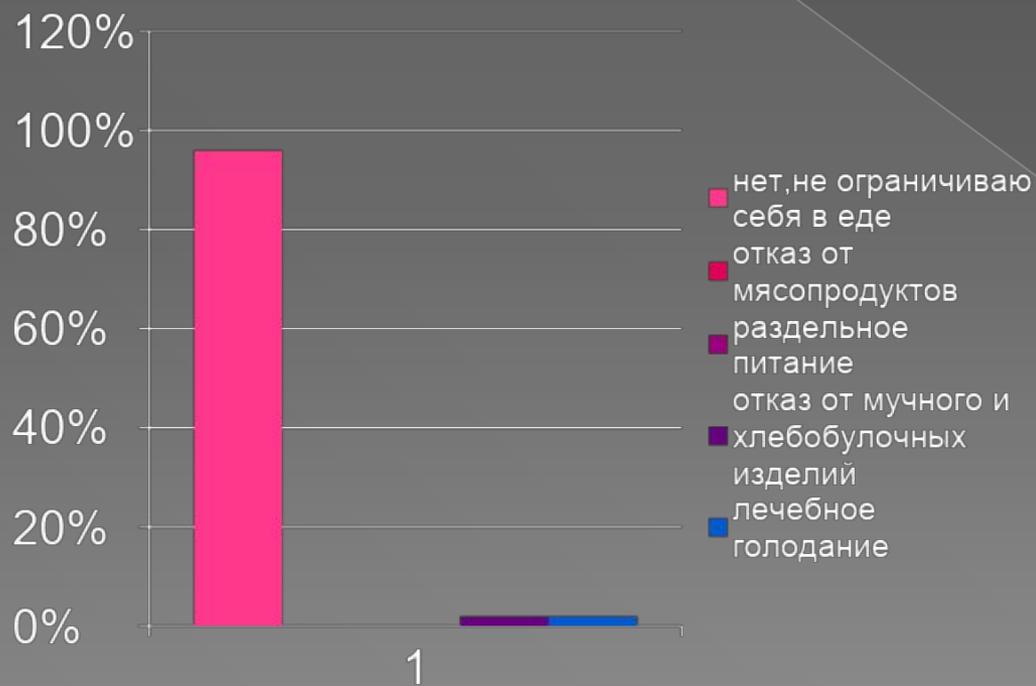
## Диаграмма №9 «Как Вы питаетесь в течение дня?»

В связи с большой загруженностью современного человека, насыщенным графиком учебы, работы зачастую еда уходит на второй план. Мы решили выяснить, как молодежь питается в течение дня. Так отметили, что каменчане не берут обед с собой. Меньший процент опрошенных (10%) на обед ходят в кафе или столовую. Перекусами и бутербродами обходятся 60% (30 респондентов). А 30% молодежи (15 респондентов) заявили, что едят только дома, обед, ужин. Также, респонденты предлагали свои варианты ответов на тему того, как они питаются в течение дня: «Когда хочу кушать, покупаю что-нибудь в магазине», «Всегда по-разному», «Как получится», «Иногда кушаю, иногда нет», «Не соблюдаю режим, ем, когда есть свободное время», «Кушаю, когда захочу».



## Диаграмма №10 «Придерживаетесь ли Вы какой-либо особой диеты?»

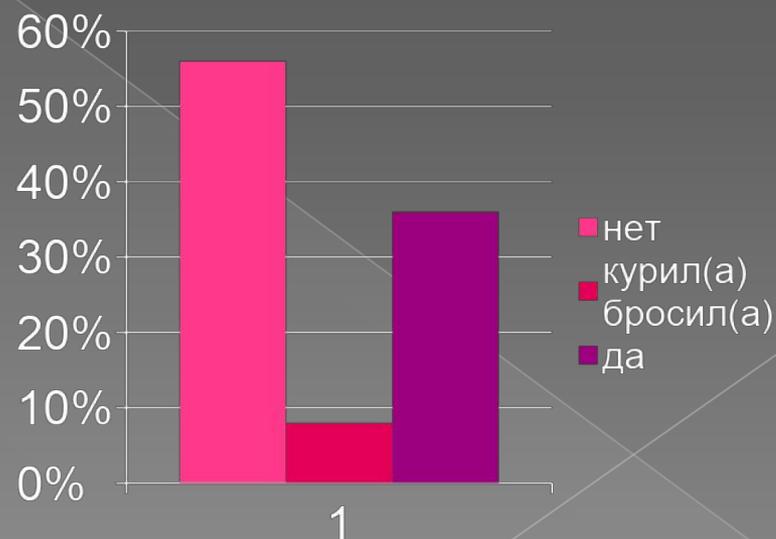
В ходе исследования выяснилось, что большинство молодежи не ограничивают себя в еде, не сидят на диетах, а также не ограничивают себя какими-либо правилами, так отметили 96% (48 респондента). Отказались от сладких и хлебобулочных изделий 2% (1 респондент). Еще 2% (1 респондент) отметил, что они соблюдают лечебное голодание. Одни говорили, что не ограничивают себя в еде: «Мне нужно много есть», «Нет, но и не переедаю». Другие же отмечали важность потребления пищи для здоровья своего организма: «Стараюсь есть не жирную пищу», «Стараюсь не есть сладости и булки», «Здоровое питание без резких ограничений и отказов».





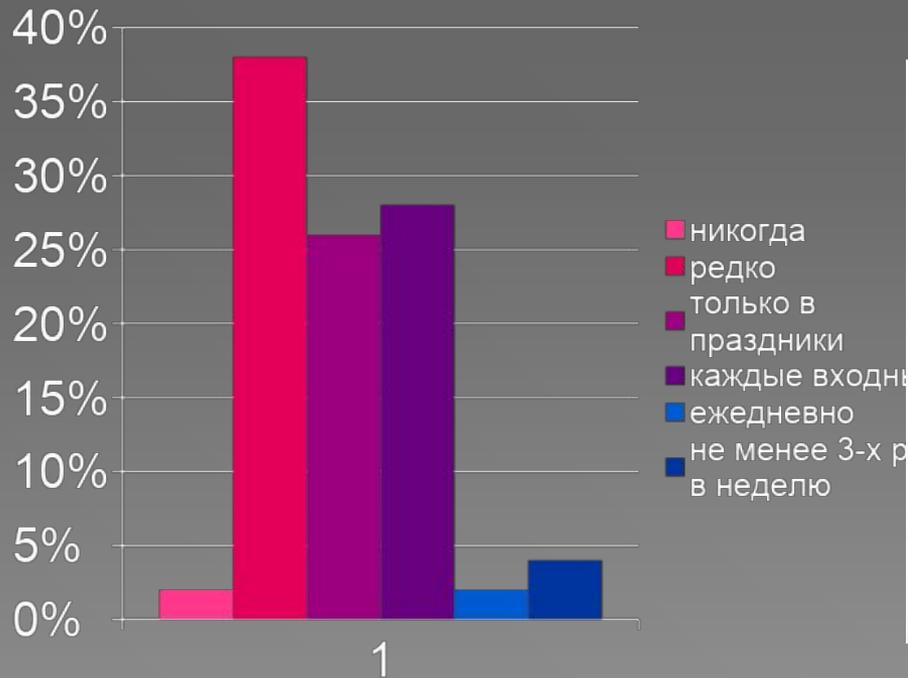
### Диаграмма №11 «Курите ли Вы?»

Не может ни радовать тот факт, что большинство каменской молодежи не курят – 56% (28 респондента). Однако, 36% (18 респондентов) отнесли себя к курящим людям. И 4 респондента когда-либо курили, но потом бросили.



## Диаграмма №12 «Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?»

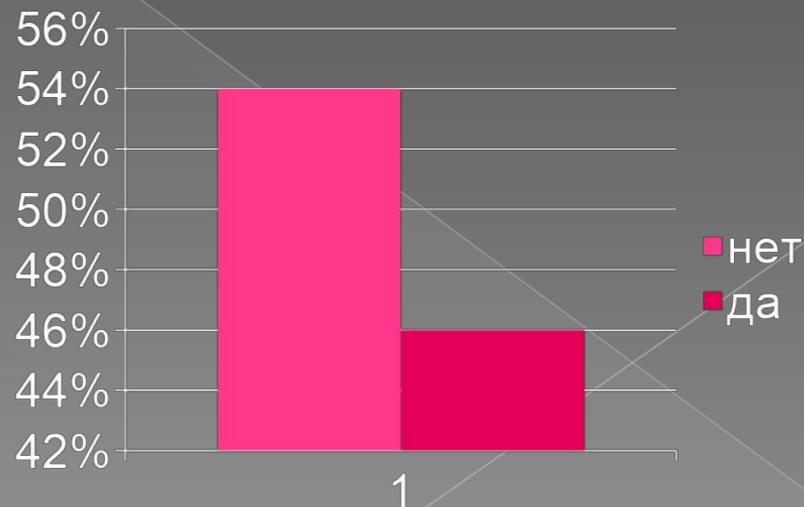
Никогда не употребляли алкогольные напитки 2% молодежи (1 респондент). 1/3 часть респондентов употребляет спиртное редко. 26% (13 респондентов) выпивают алкоголь только в праздничные дни. Каждые выходные не обходятся без спиртного у 28% молодежи (14 респондентов). Вариант «Ежедневно» выбрали 2% каменчан (1 респондент). И 4% указали что выпивают не менее 3-х раз в неделю. Свои варианты ответов были таковы: «Всегда по-разному, как получится», «2-3 раза в месяц», «Вместе с другом (очень-очень редко)», «Раз в месяц».



## Диаграмма №13 «Пробовали ли Вы когда-нибудь наркотические или токсические вещества?»

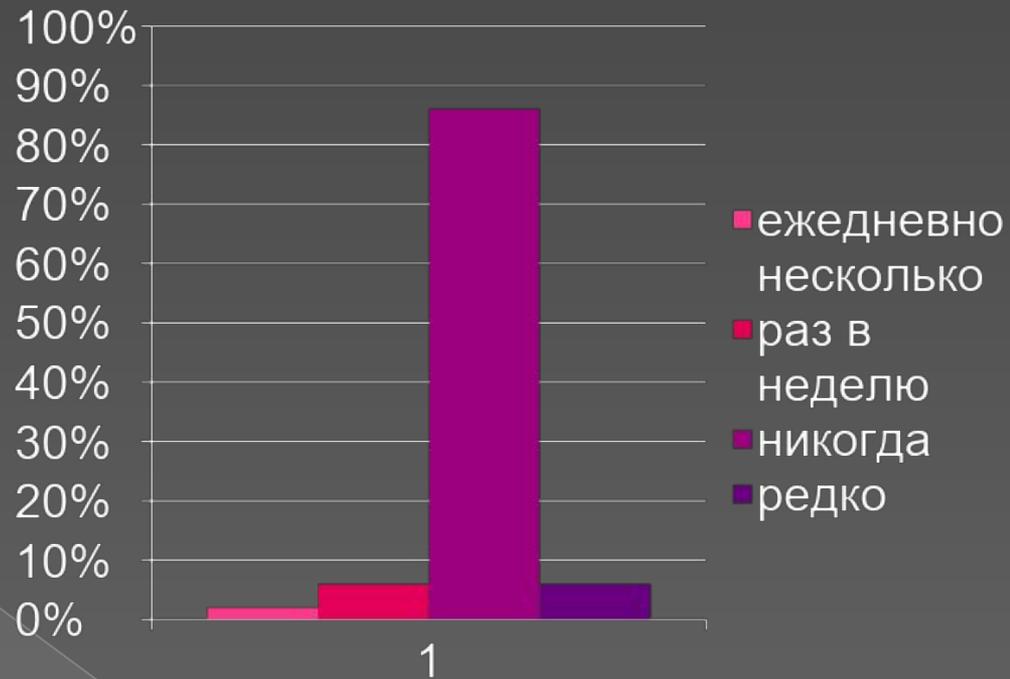
54% (27 респондентов) отметили, что никогда не пробовали и не употребляли наркотические или токсические вещества. Соответственно, 46% (23 респондентов) признались, что им знакомы подобные ощущения.

Далее, на оценку респондентам был предоставлен ряд бытовых моментов, касающихся распорядка дня, личной гигиены, а также поддержания здоровья. Молодым каменчанам предлагалось отметить, что из перечисленного списка присутствует в их распорядке дня.



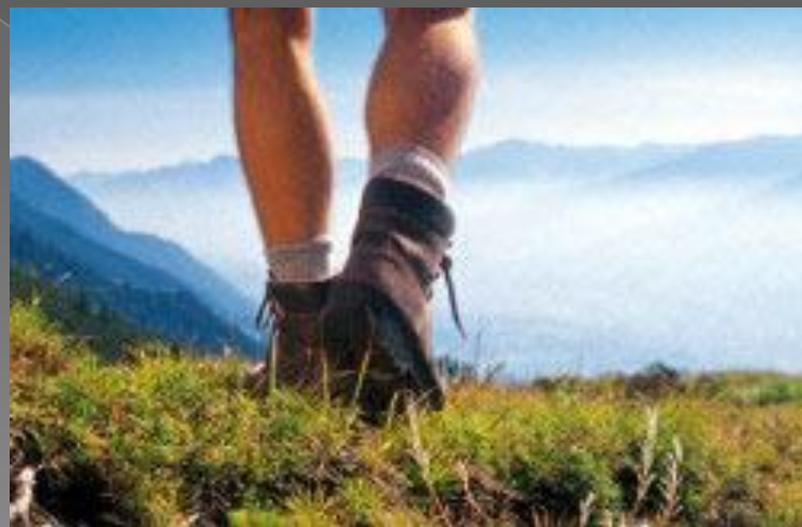
## Диаграмма №14 «Утренняя зарядка»

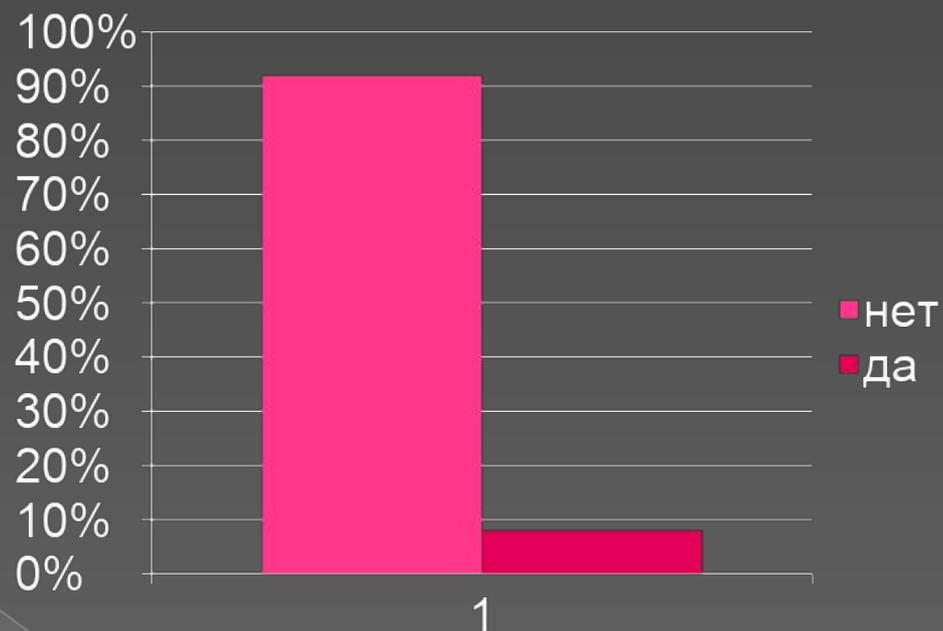
Утренняя зарядка дается каменной молодежи гораздо трудней. 92% респондентов признались, что либо никогда не делали зарядки, либо делают ее очень редко. Несколько раз в неделю по утрам занимаются физическими упражнениями по утрам 6%. И для 2% молодежи утренняя зарядка – привычное дело.



## Диаграмма №15 «Прогулки на свежем воздухе»

Ежедневные прогулки на свежем воздухе совершают все 100% молодежи. Часто респонденты задавали встречный вопрос: «А дорога на учебу(работу) считается?»



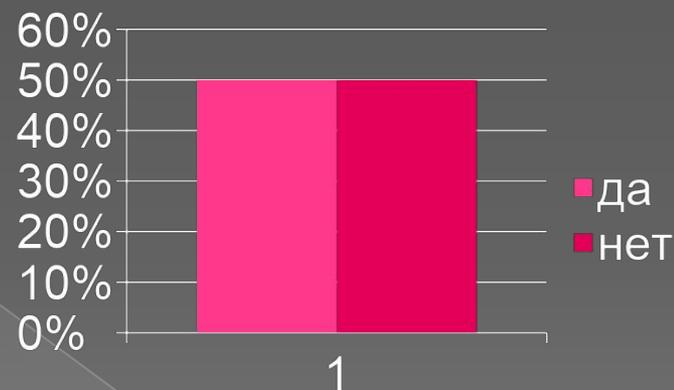


### Диаграмма №16 «Соблюдение режима дня»

92% респондентов отметили, что не соблюдают режим дня. И живут по распорядку, соблюдают режим дня всего 8% молодежи.

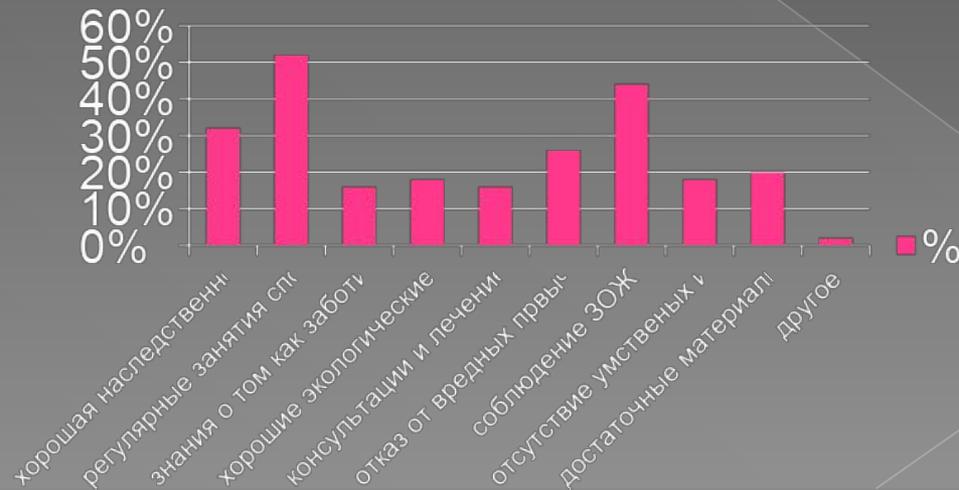
## Диаграмма №17 «Занимаетесь ли Вы спортом?»

В вопросе «Занимаетесь ли Вы спортом?» современная молодежь разделилась поровну. Также, тем респондентам, которые занимаются спортом, предлагалось конкретизировать каким именно видом или видами спорта они занимаются. В итоге, самыми популярными среди каменской молодежи оказались такие виды спорта, как волейбол, бег, и футбол. Также, современная молодежь активно посещает тренажерные залы, занимается фитнесом и аэробикой. Также популярен и велоспорт. Общая физическая подготовка и подвижные игры на свежем воздухе не менее важны для молодого поколения. Примечательно, что многие опрошенные респонденты занимаются несколькими видами спорта одновременно.



## Диаграмма №18 «Какие условия для сохранения здоровья Вы считаете наиболее важными?»

В заключение нашего исследования мы решили спросить у респондентов, что они считают важным для сохранения здоровья. Большинство молодежи считают, что регулярные занятия спортом способны поддерживать организм в здоровом состоянии – 52% (26 респондентов). Отказ от вредных привычек и хорошая наследственность как факторы сохранения здоровья указали 26% и 32% молодежи соответственно. Вариант «Выполнение правил здорового образа жизни» выбрали 44% (22 респондента). 16% (8 респондентов) считают, что для сохранения здоровья необходимы знания о том, как заботиться о своем здоровье. Также, 18% (9 респондентов) отметили, что залог здоровья – это хорошие экологические условия. 20% (10 респондентов) говорили о том, что для сохранения и поддержания здоровья необходимы достаточные материальные средства для хорошего питания, занятий спортом и т.д. О том, что важны консультации и лечение у хорошего врача, сказали 16% (8 респондентов). Отсутствие физических и умственных нагрузок как условие для сохранения здоровья указали 18% (9 респондентов). И 2% респондентов предложили свои варианты ответов: «Отсутствие стрессовых ситуаций», «Затрудняюсь ответить».



# ВЫВОД:

Отвечая на вопрос о собственном самочувствии, молодые каменчане смело отметили, что имеют абсолютное здоровье. Не смогли назвать себя полностью здоровыми 66% молодежи, у них есть проблемы, которыми они озабочены.

В основном молодые люди болеют 2-3 раза в год. Причем, 40% от всех опрошенных имеют какие-либо хронические заболевания.

Так же в ходе исследования выяснилось, что большинство молодежи (не ограничивают себя в еде, не сидят на диетах, а также не сдерживают себя какими-либо правилами. Не может ни радовать тот факт, что большинство каменской молодежи не курят – это 56%. Из всех опрошенных, а алкогольные напитки никогда не употребляли 2% респондентов.

В вопросе «Занимаетесь ли Вы спортом?» современная молодежь разделилась поровну. Самыми популярными среди молодежи оказались такие виды спорта, как волейбол, бег, и футбол. Также популярен и велоспорт.

В ходе исследования острых проблем социологического здоровья у молодежи г. Каменск-Шахтинского не было выявлено. И с какой-то стороны очень даже порадовало, ведь не все потеряно, как иной раз видится с первого взгляда.

