

Кувалдин Вадим Анатольевич

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Государственный аграрный

университет Северного Зауралья»

г. Тюмень, Тюменская область

ОТНОШЕНИЕ К КУРЕНИЮ СТУДЕНТОВ АГРАРНОГО УНИВЕРСИТЕТА

Аннотация: автором выявлено отношение студентов к курению и его влияния на здоровье. Обработаны и обобщены результаты исследования, полученные в ходе анкетирования по следующим вопросам: курите ли вы; с какого возраста вы курите; сколько сигарет в день вы употребляете? Даны общие рекомендации по мотивации студентов к отказу от вредных привычек.

Ключевые слова: здоровье студентов, вредные привычки, здоровьесбережение, курение, физическая культура.

С целью выявления отношения студентов к курению и его влияния на здоровье, нами было организовано и проведено соответствующее исследование. В исследовании приняли участие студенты I-IV курса государственного аграрного университета Северного Зауралья. Было опрошено всего 240 студентов. Все студенты относятся к основной медицинской группе. Некоторые результаты проведенных исследований представлены нами ниже.

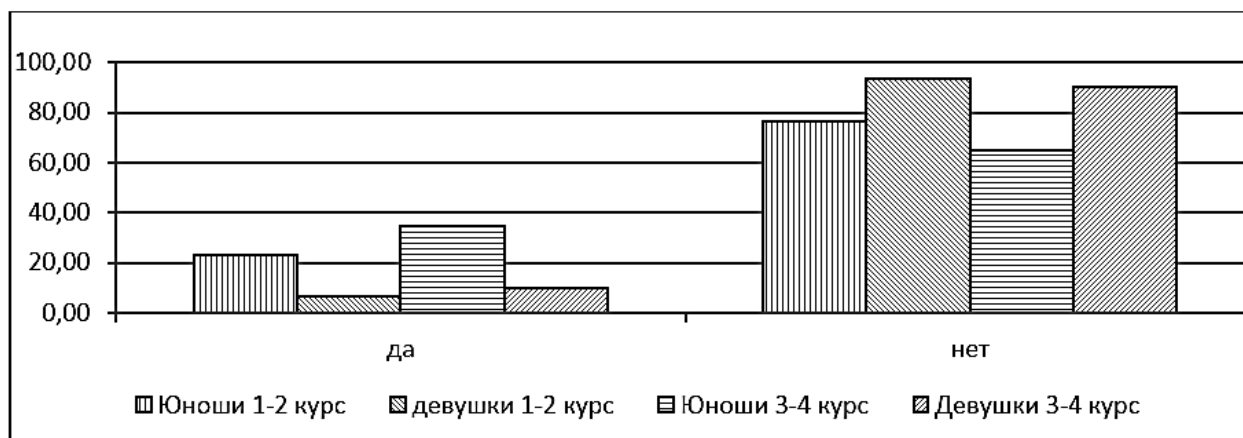


Рис. 1. Курите ли вы? (%)

На вопрос: «Курите ли вы?», «да» ответили 6,7% девушек и 23,3% юношей младших курсов, 10% девушек и 35% юношей старших курсов. Не курят от 65 до 93% респондентов (рис.1). Самый большой процент курящих отмечен среди юношей старших курсов. С возрастом число курящих студентов повышается.

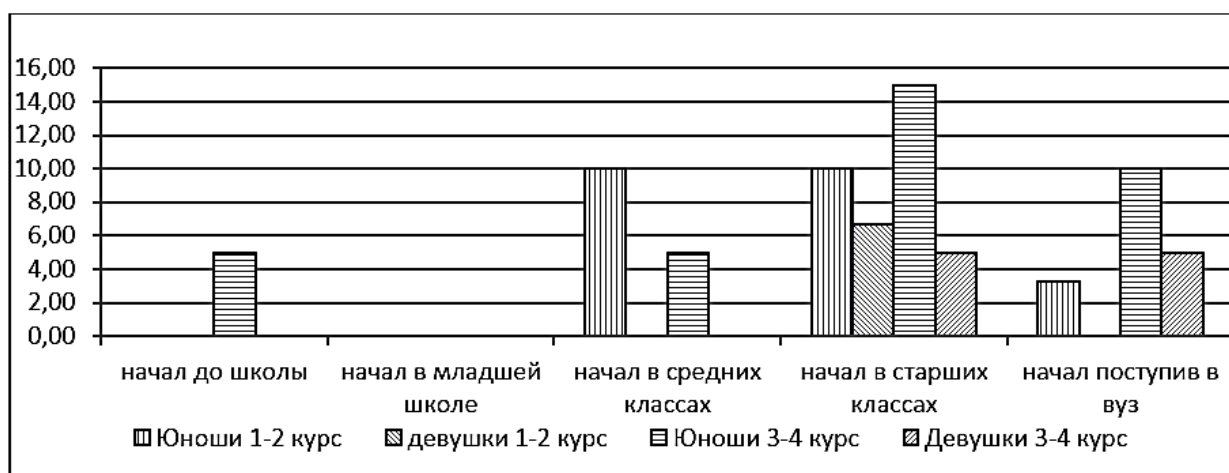


Рис.2. С какого возраста вы курите? (%)

Как видно на рисунке 2, основная часть опрошенных начали курить в средних и старших классах средней школы, либо поступив в вуз.

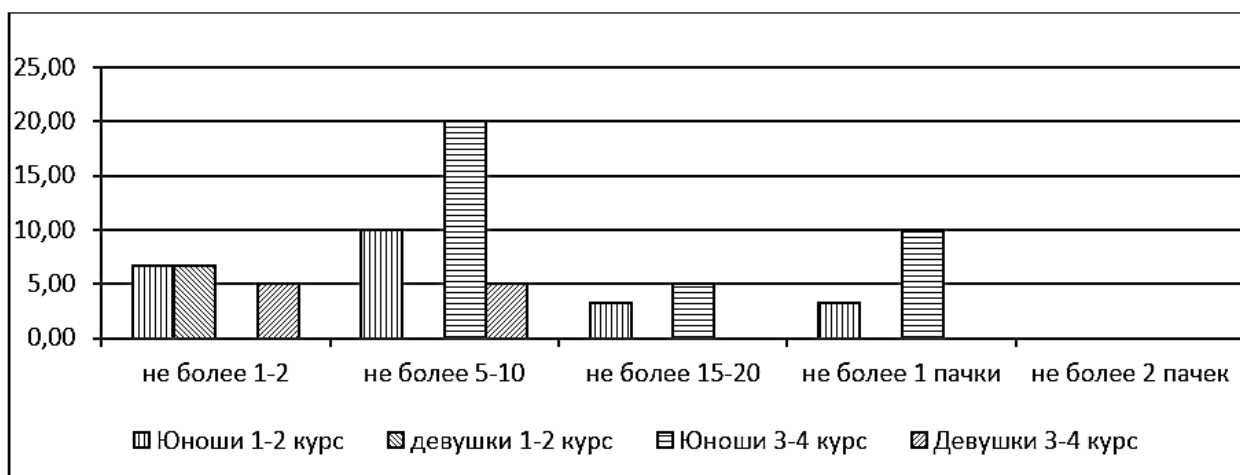


Рис. 3. Сколько сигарет в день вы употребляете? (%)

Основная масса курящих девушек младших курсов употребляет не более 2 сигарет в день, девушки старших курсов выкуривают от 2 до 20 сигарет в день (рис. 3). Юноши младших курсов употребляют от 2 до 20 сигарет в день, юноши старших курсов – от 5 до 20.3.

Во многом именно на плечи специалистов по физической культуре в вузе ложится ответственность за то, каким будет отношение к физической культуре, к собственному здоровью, к вредным привычкам у современных студентов. Преподавателям по физической культуре необходимо изыскивать такие средства и методы, которые могли бы повлиять на отношение студентов к физической культуре, способствовали бы отказу от вредных привычек, а, следовательно, и повышению качества жизни. В каждом конкретном учебном заведении (с учётом имеющейся ситуации) следует разработать комплекс конкретных мер по улучшению организации процесса физического воспитания, по повышению качества жизни, постараться изменить негативное отношение студентов к физической культуре на отношение высокой потребности в двигательной активности, нацелить молодых людей на формирование собственного здорового стиля жизни, как на протяжении всего обучения в вузе, так и в дальнейшем.

Список литературы

1. Днепров С.А. Вредные привычки как один из ведущих факторов, негативно влияющих на качество жизни студентов аграрного вуза / С.А. Днепров, В.А. Кувалдин, В.Н. Кувалдина // Сборник материалов Международной научно-практической конференции. – 2014. – С. 262–266.
2. Ильинич В.И. Студенческий спорт и жизнь. – М.: Аспект пресс, 1995. – 140 с.
3. Новик А.А. Концепция исследования качества жизни в медицине / А.А. Новик, Т.И. Ионова, П. Кайнд. – СПб.: ЭЛБИ, 1999. – 140 с.
4. Родионов А.В. Психология спорта высших достижений. – М.: ФиС, 1979. – 156 с.