

Экспресс-диагностика представлений о ценности здоровья

Инструкция:

Из приведенных далее десяти утверждений о здоровье выберите **четыре**, которые считаете наиболее подходящими.

! Все утверждения правильные. Проверяется отношение к здоровью, как явлению человеческой жизни.

Список утверждений

1. Мы здоровы, потому что ведем здоровый образ жизни (двигаемся, правильно питаемся).

2. Мы здоровы, если нам повезло: наш организм сильный от природы и может сам защитить себя.

3. Здоровье – это жизнь без вредных привычек (табака, спиртного, наркотиков, переедания и др.).

4. Мы здоровы, потому что умеем отдыхать и расслабляться после учебной и физической нагрузки.

5. Здоровье зависит от врачей и уровня развития медицины.

6. Здоровье зависит, главным образом, от личной гигиены (соблюдения режима дня, привычки мыть руки, чистить зубы, следить за чистотой тела и жилища и т.п.).

7. Когда человек здоров, он хорошо учится и работает, не волнуется и не болеет. Учеба и здоровье зависят друг от друга.

8. Чтобы быть здоровым, надо таким родиться. Здоровье зависит от удачи и от здоровья наших родителей, а мы получаем его по наследству.

9. Если есть хорошая квартира, высокая зарплата, удобный график учебы/работы, чистая окружающая среда, то есть и здоровье.

10. Человек здоров, если он духовно и физически совершенствует себя, постоянно стремится к лучшему.

Анализ исследования

Номер высказывания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Баллы	3	1	3	3	1	2	2	1	1	4
Суммарный балл										

13 баллов: высокий уровень ценностного отношения к здоровью (лично ориентированный тип);

11-12 баллов: осознанно относится к своему здоровью (ресурсно-прагматический тип);

9-10 баллов: недостаточно осознанно относится к своему здоровью (адаптационно-поддерживающий тип);

4-8 баллов: отсутствует сознательное отношение к своему здоровью как к ценности.

Примечание. Для выявления в коллективе обучающихся преобладающего отношения к здоровью как к ценности рассматривается **наиболее часто встречающийся** вариант из числа возможных индивидуальных ответов.