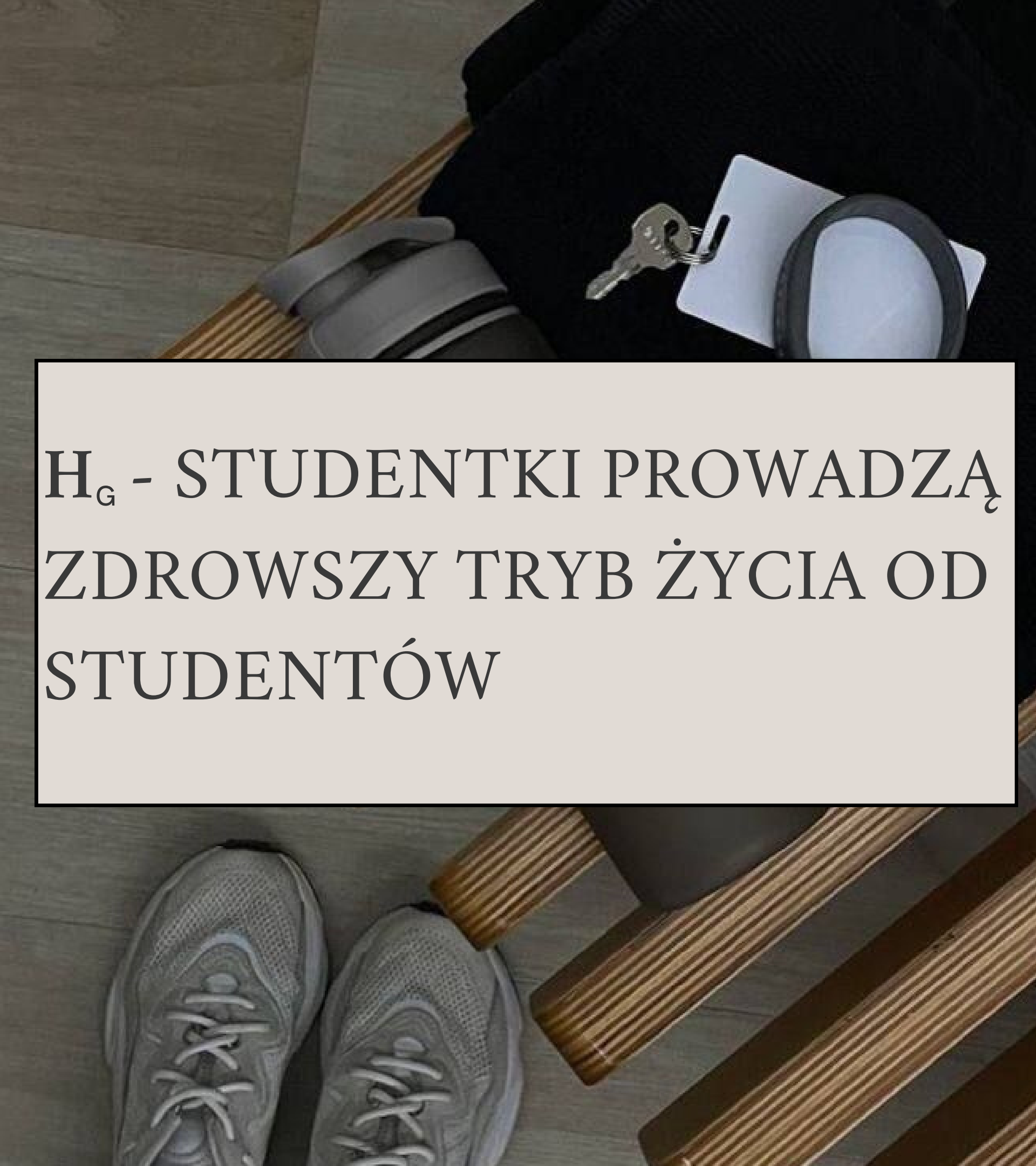


Czy studentki prowadzą zdrowszy tryb życia od studentów?



PYTANIE BADAWCZE:
KTO PROWADZI ZDROWSZY TRYB ŻYCIA?
STUDENCI CZY STUDENTKI?



**H_G - STUDENTKI PROWADZĄ
ZDROWSZY TRYB ŻYCIA OD
STUDENTÓW**

■ **H1** - STUDENCI CZĘŚCIEJ STOSUJĄ
UŻYWKI OD STUDENTEK

■ **H4** - STUDENCI JAK I STUDENTKI
DBAJĄ O AKTYWNOŚĆ FIZYCZNĄ
W PODOBNYM STOPNIU

■ **H2** - STUDENTKI DBAJĄ O SEN
BARDZIEJ NIŻ STUDENCI

■ **H3** - STUDENTKI ODŻYWIAJĄ SIĘ
ZDROWIEJ NIŻ STUDENCI

PRZEPROWADZILIŚMY ANKIETĘ

Jak wygląda twój styl
życia na studiach?

Hej! W ramach zajęć prowadzimy badanie na temat stylu życia studentów. Proszę odpowiedzieć jak najdokładniej na te krótkie 14 pytań. Serdecznie dziękujemy!

Zaloguj się w [Google](#), aby zapisać postępy. [Więcej informacji](#)

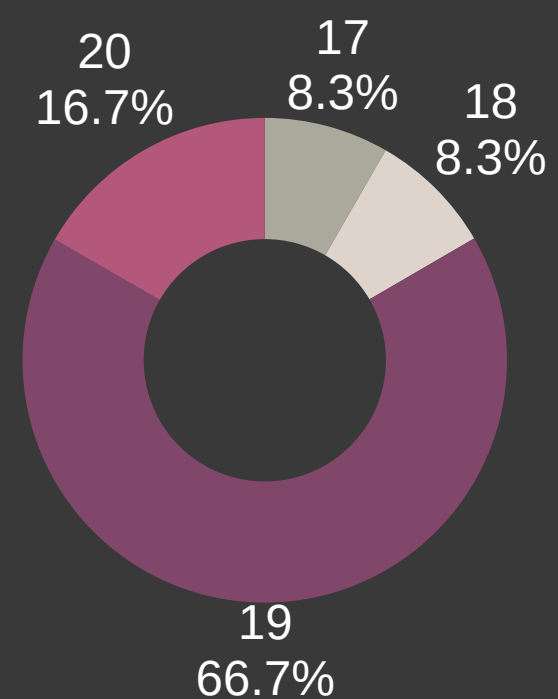
1. Proszę podać płeć:

Мой ответ



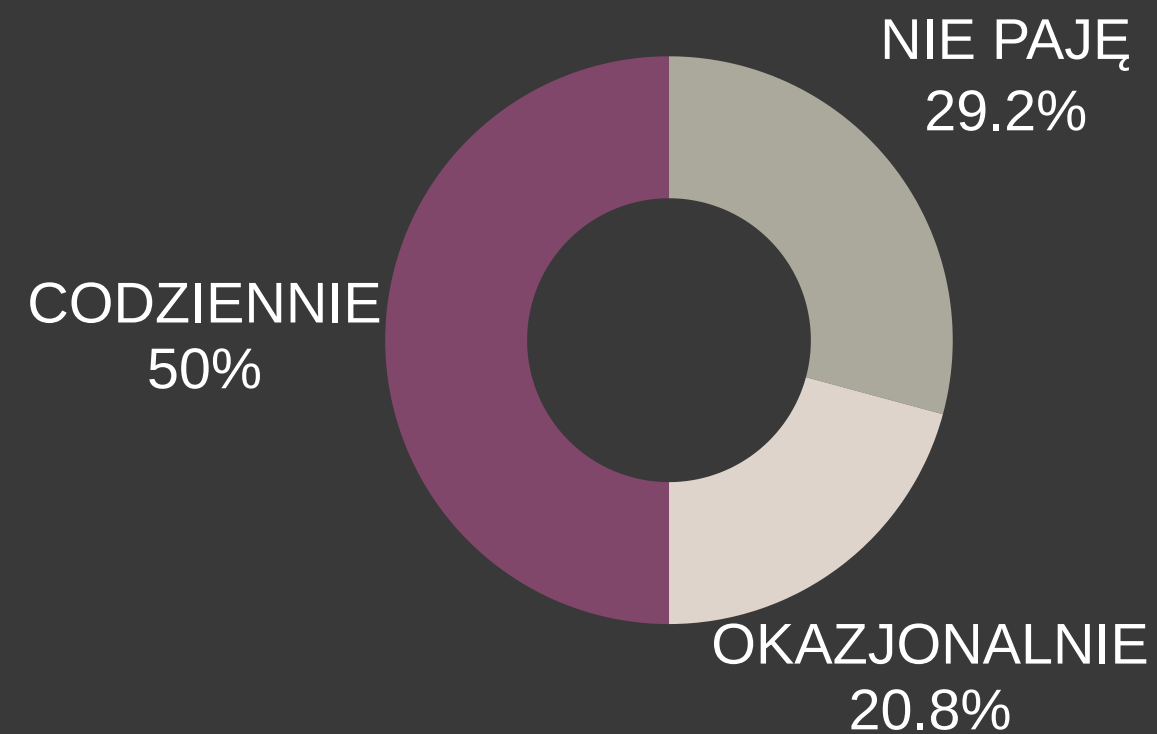
2. Proszę podać wiek:

Мой ответ



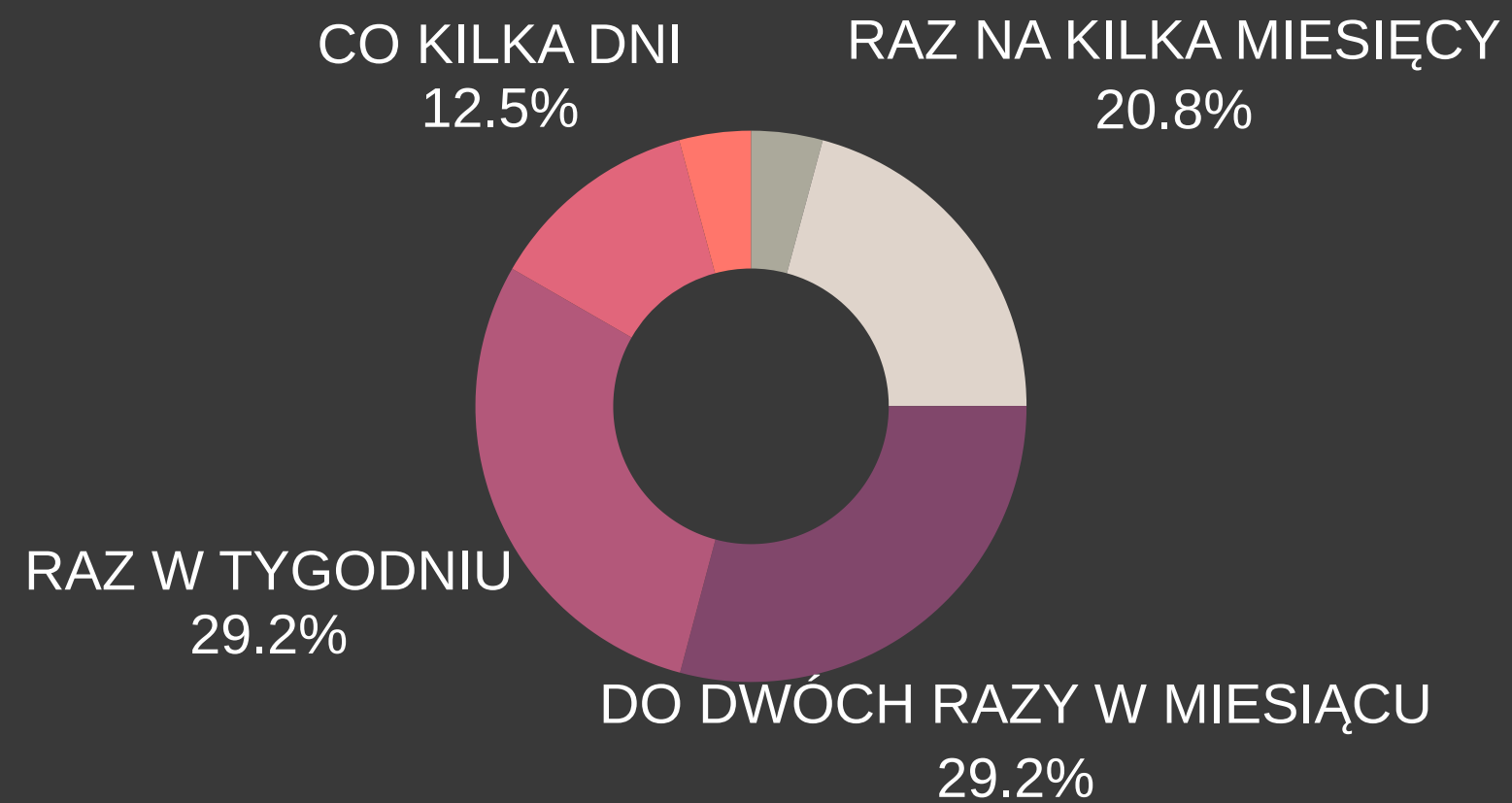
3. Jak często palisz?

- ☐ nie palę
- ☐ okazjonalnie (np. na imprezach)
- ☐ codziennie



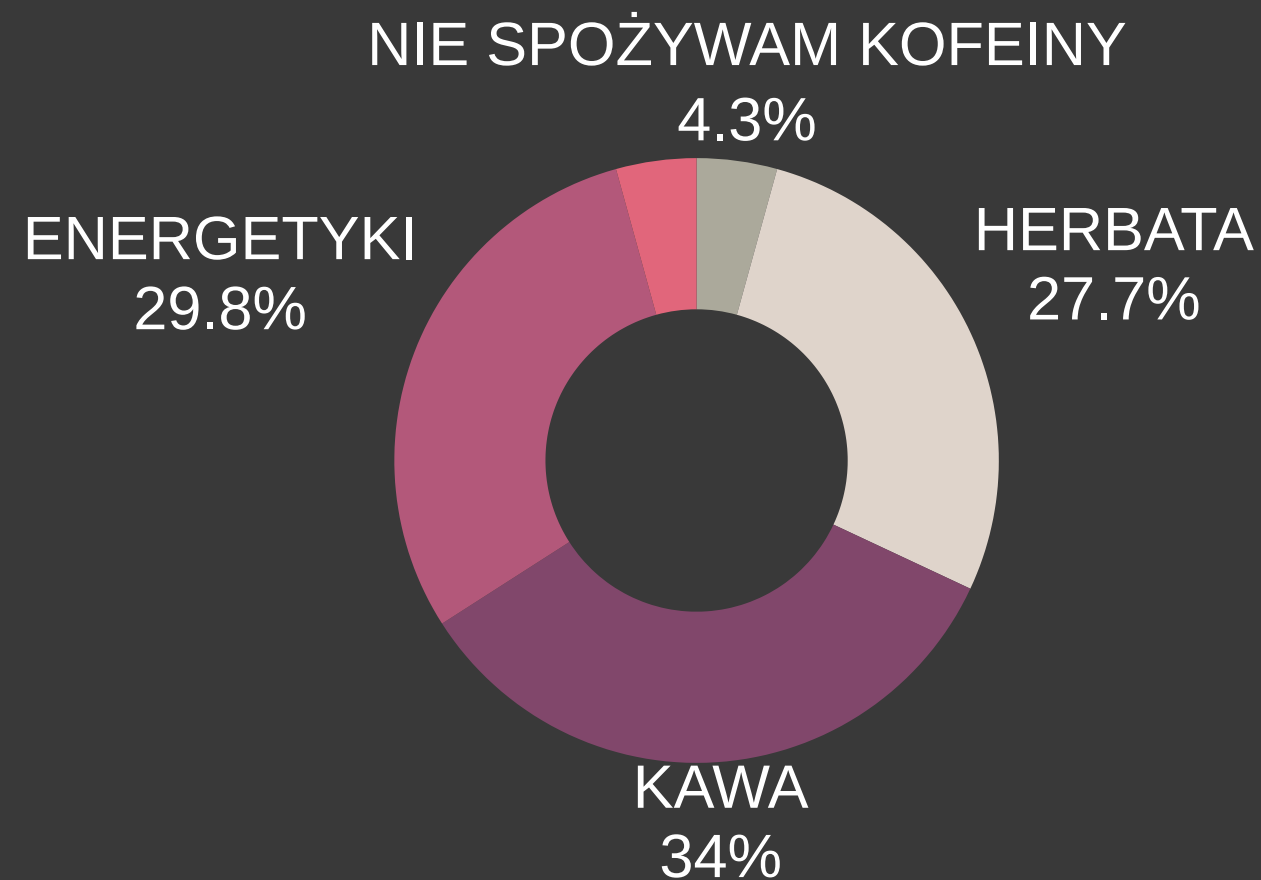
4. Jak często pijesz alkohol?

- ☐ nie piję alkoholu
- ☐ raz na kilka miesięcy
- ☐ do dwóch razy w miesiącu
- ☐ raz w tygodniu
- ☐ co kilka dni
- ☐ codziennie



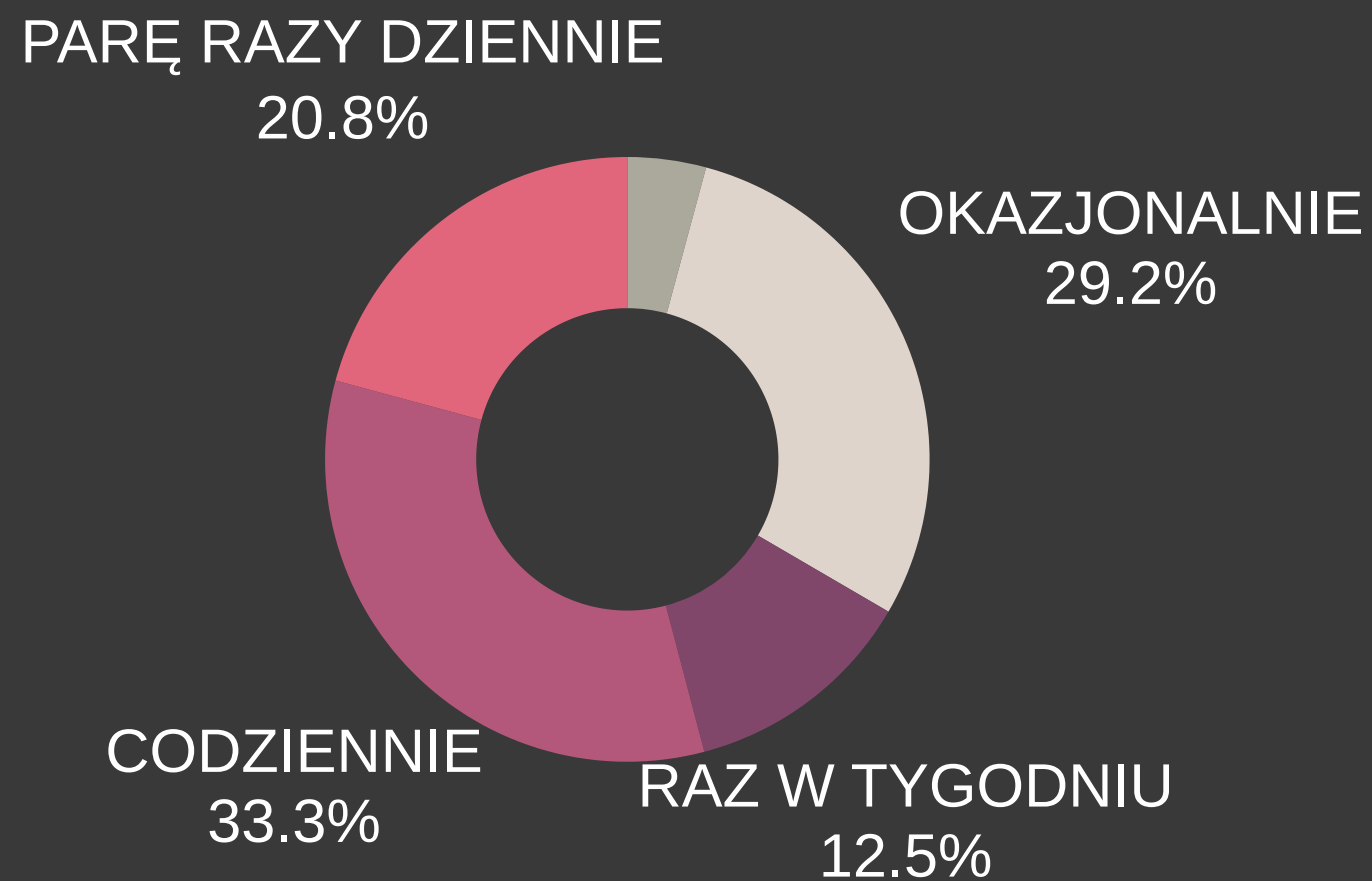
5. W jakiej formie spożywasz kofeinę?

- ☐ nie spożywam kofeiny
- ☐ herbata
- ☐ kawa
- ☐ energetyki
- ☐ tabletki



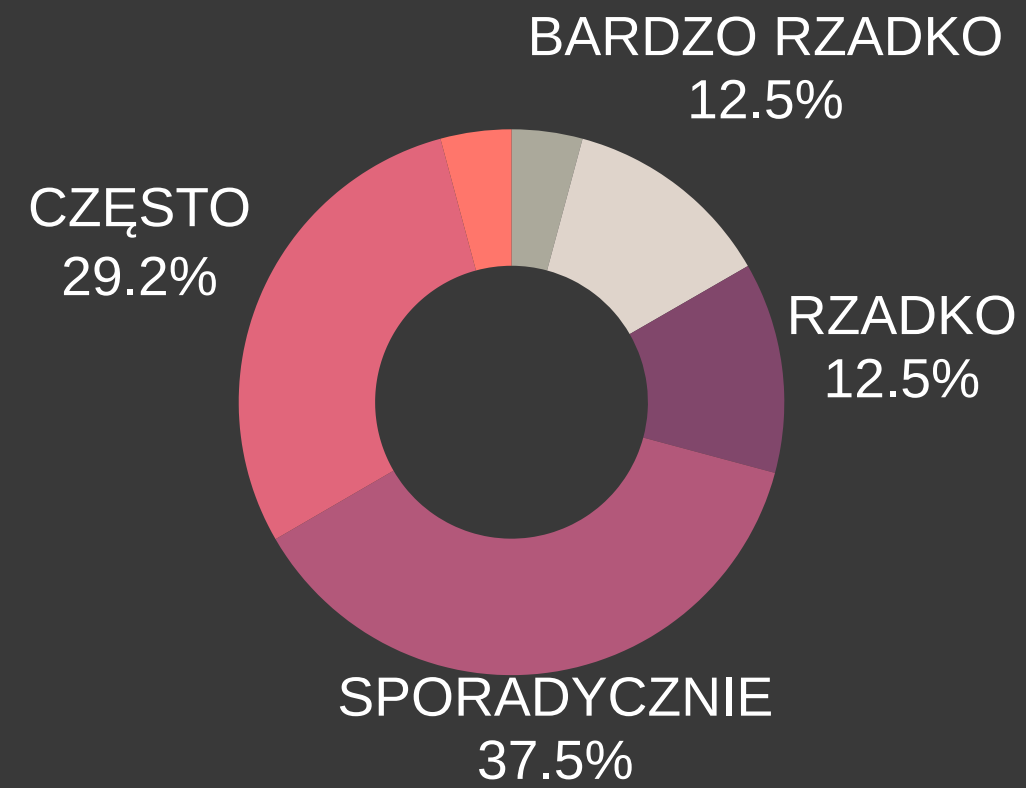
6. Jak często spożywasz kofeinę?

- ☐ nie spożywam kofeiny
- ☐ kiedy zachodzi taka potrzeba (okazjonalnie)
- ☐ raz w tygodniu
- ☐ codziennie
- ☐ parę razy dziennie



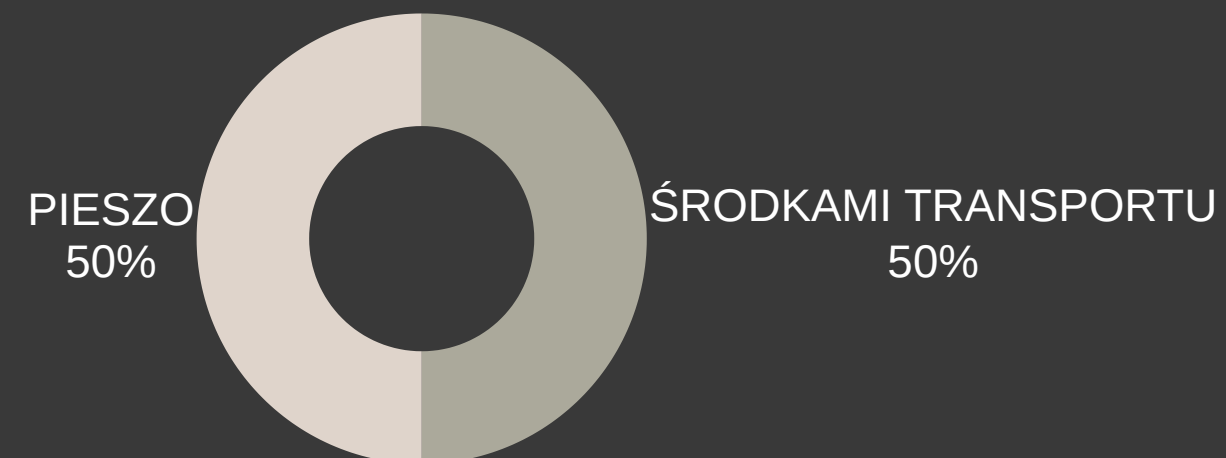
7. Jak często uprawiasz aktywność fizyczną?

- ☐ nigdy
- ☐ bardzo rzadko
- ☐ rzadko
- ☐ sporadycznie
- ☐ często
- ☐ bardzo często



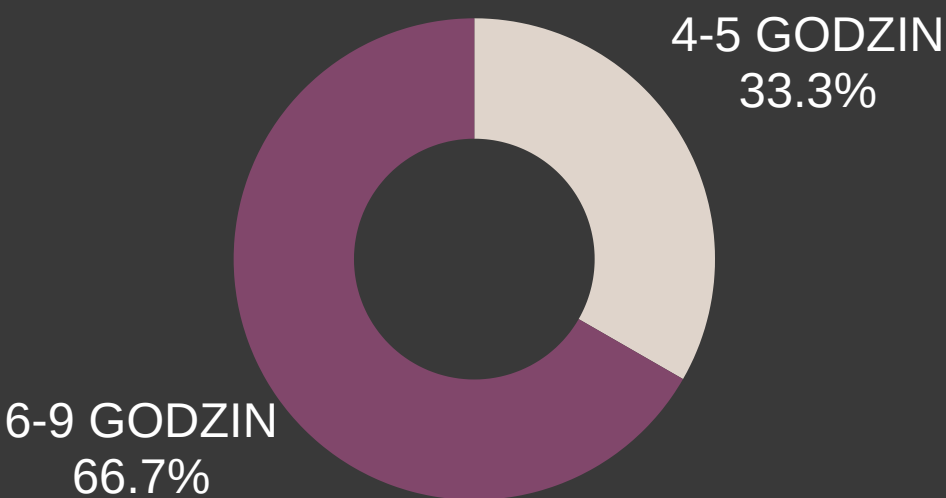
8. Preferujesz poruszanie się pieszo/rowerem czy środkami transportu (samochód/transport publiczny)?

- ☐ pieszo
- ☐ środkami transportu



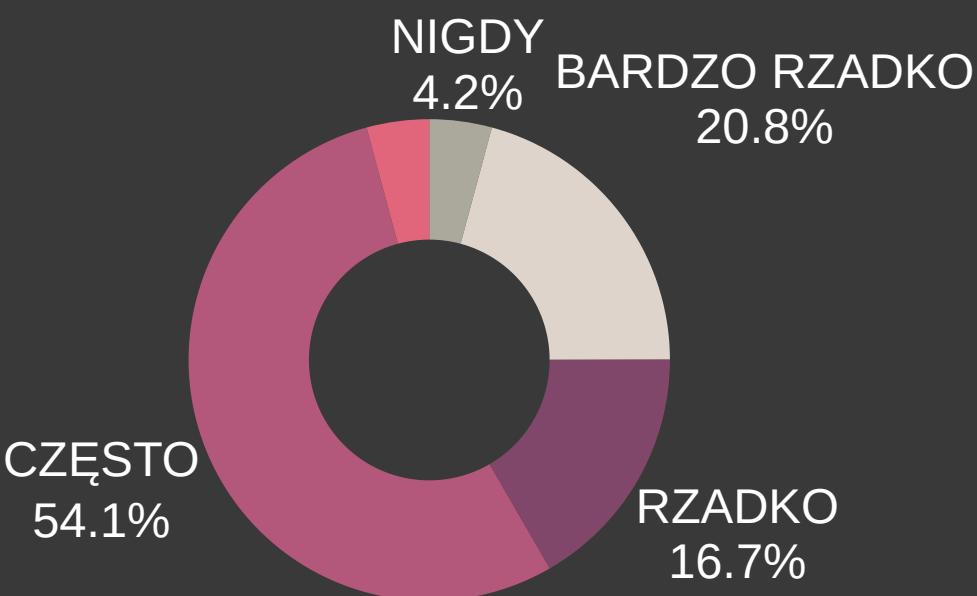
9. Jaka jest średnia długość
twojego snu?

- ☐ do 3 godzin
- ☐ 4-5 godzin
- ☐ 6-9 godzin
- ☐ powyżej 10 godzin



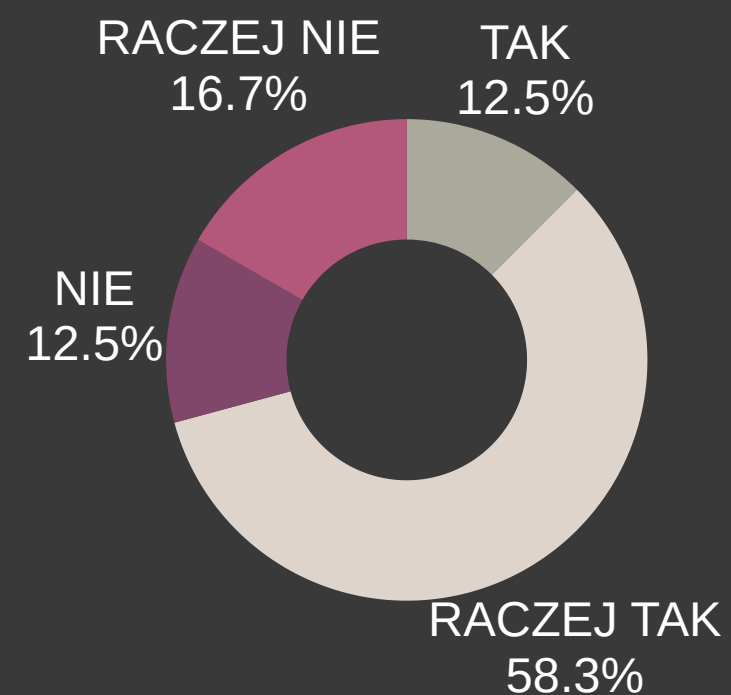
10. Jak często się wysypiasz?

- ☐ nigdy
- ☐ bardzo rzadko
- ☐ rzadko
- ☐ często
- ☐ praktycznie zawsze



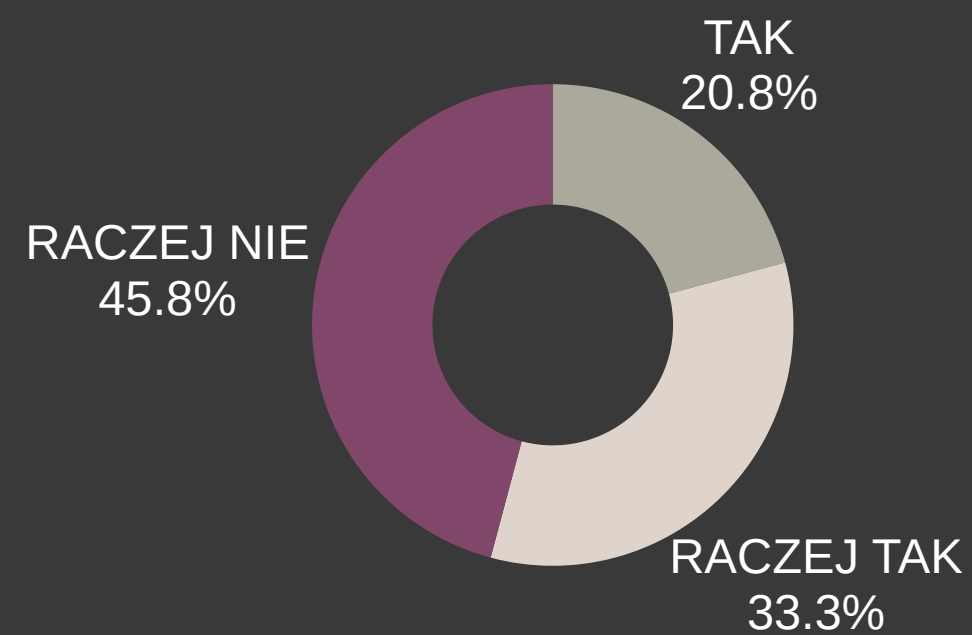
11. Czy zwracasz uwagę na swoją dietę?

- ☐ tak
- ☐ raczej tak
- ☐ raczej nie
- ☐ nie



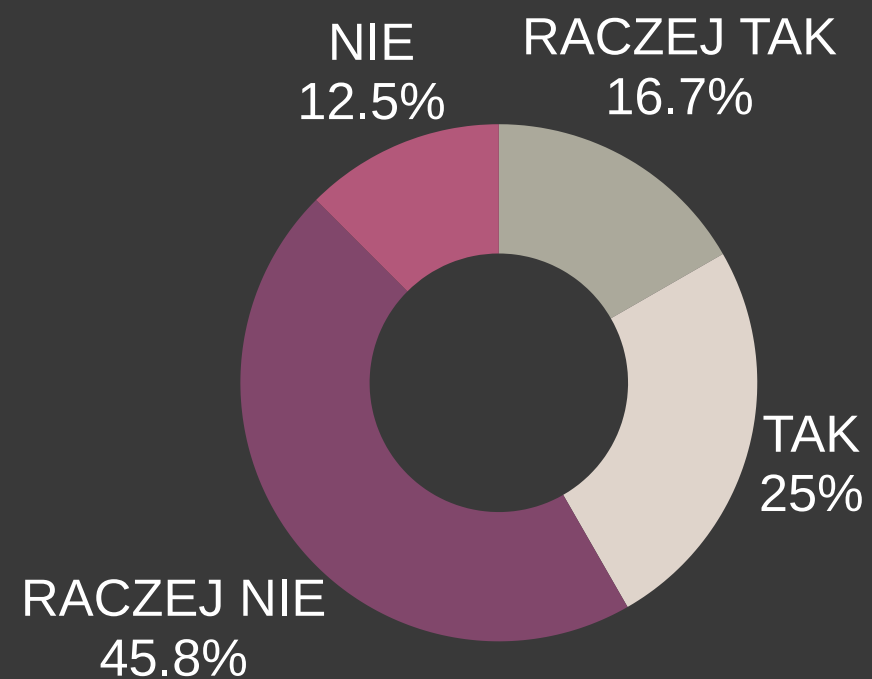
12. Czy zwracasz uwagę na skład spożywanych posiłków?

- ☐ tak
- ☐ raczej tak
- ☐ raczej nie
- ☐ nie



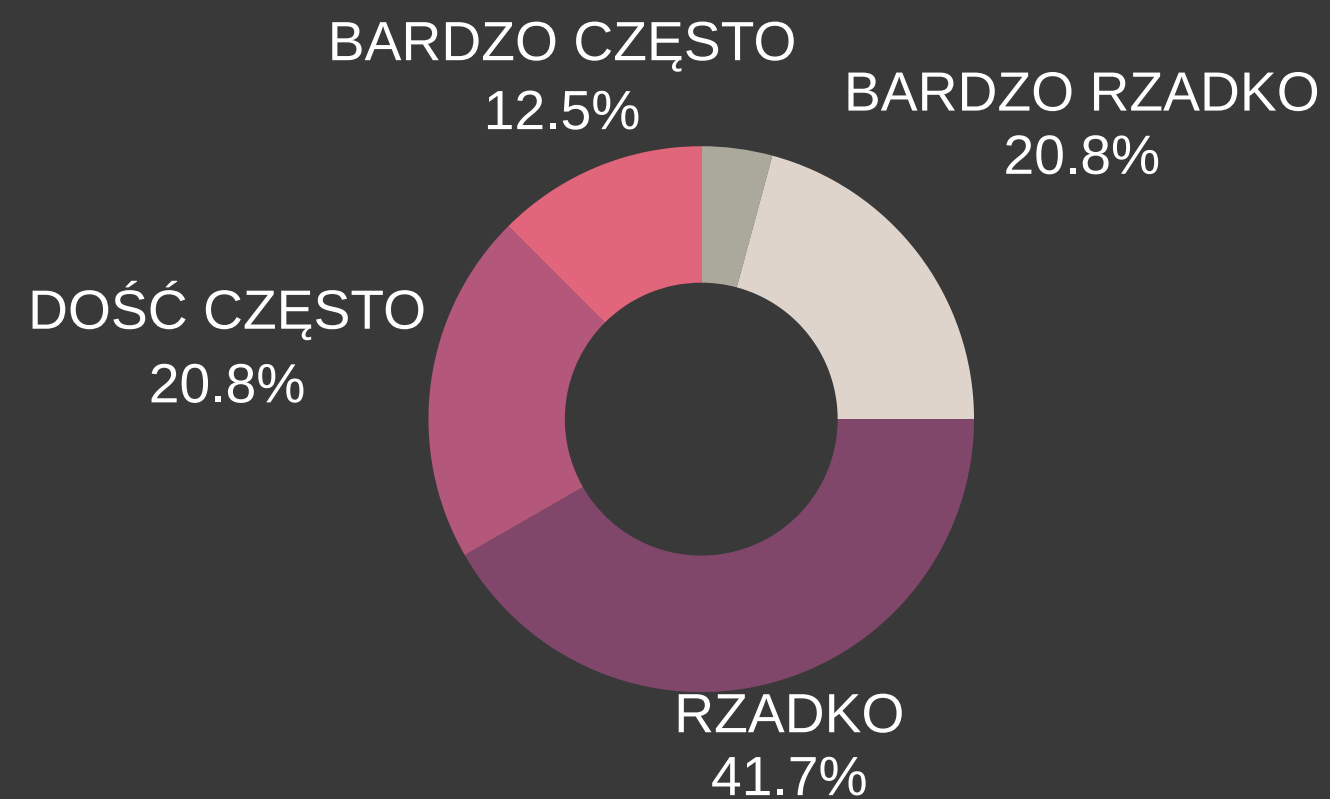
13. Czy zwracasz uwagę na regularność spożywanych posiłków?

- ☐ tak
- ☐ raczej tak
- ☐ raczej nie
- ☐ nie



14. Jak często jesz fast foody i uznawane za niezdrowe przekąski (wysoko przetworzone/z dużą ilością cukru itd.)?

- ☐ nigdy
- ☐ bardzo rzadko
- ☐ rzadko
- ☐ dość często
- ☐ bardzo często



WNIOSKI

Realizując projekt

„Czy studentki prowadzą zdrowszy tryb życia od studentów? ”

zostało przeprowadzone badanie odnośnie stopnia uzależnienia naszych studentów

Badanie polegało na udostępnieniu formularza ankietowego w formie elektronicznej

Głównym celem przeprowadzenia badania było uzyskanie informacji na temat poziomu uzależnienia studentów oraz studentek

Ankietowani odpowiadali na 14 pytań odnośnie płęcu, wieku, sposobu palenia oraz użycia kofeina

W przeprowadzonym badaniu
wzięło udział 24 osoby, większą
z nich stanowiły kobiety aż 12
osób, mężczyzn natomiast 12



Hipoteza 1

Studenci częściej stosują używki od studentek

Dla wszystkich badanych studenci:

37,5% studentów stosuje używki,

33.5% studentek stosuje używki

Dla badanych pośród kobiet: 66,5% studentek stosuje używki

Dla badanych pośród studentów: 75% studentów stosuje używki

Hipoteza potwierdzona

Hipoteza 2

Studenci dbają w większym stopniu o aktywność fizyczną niż studentki

Dla wszystkich badanych studenci:

33% studentek dba o aktywność

fizyczną, 46% studentów dba o aktywność fizyczną

Dla badanych pośród kobiet: 66% studentek dba o aktywność fizyczną

Dla badanych pośród studentów: 90% studentów dba o aktywność fizyczną

Hipoteza obalona

Hipoteza 3

Studentki dbają o sen bardziej niż studenci

Dla wszystkich badanych

Studenci: 73% studentek śpi 6-9 godzin, 60% studentów śpi 6-9 godzin

Dla badanych pośród kobiet: 73% wysypia się

Dla badanych pośród studentów: 54% wysypia się

Hipoteza potwierdzona

Hipoteza 4

Studentki odżywiają się lepiej od studentów

Dla wszystkich badanych

Studenci: 33% studentów odżywia się zdrowo, 25% studentek odżywia się zdrowo

Dla badanych pośród kobiet: 50% studentek odżywia się zdrowo

Dla badanych pośród studentów: 66,5% studentów odżywia się zdrowo

Hipoteza obalona