АНКЕТА для школьников

«ЧТО ВЫ ЗНАЕТЕ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ»

Изучает ориентацию учащихся на здоровый образ жизни, отношение к вредным привычкам, наличие комфортных психологических условий в учреждении образования. В основу исследования положено анкетирование всех учащихся. Проводится 2 раза в год куратором группы, социальным педагогом, заместителем директора по учебно-воспитательной (воспитательной) работе (в начале и конце учебного года).

**Дорогой друг!**

Просим серьезно отнестись к заполнению анкеты и ответить на все вопросы, подчеркнув выбранный Вами ответ прямой линией.
Если Вы не уверены в своих знаниях по тому или иному вопросу, то ответ подчеркните волнистой чертой или допишите свой ответ.
Можно подчеркнуть два и более ответов.

Ваш пол: мужской, женский
Ваш возраст? …………………….лет

1. Интересно ли Вы живете? -Да
-Нет
-Посредственно
- Другое………………………………

2. Ваши увлечения в свободное от учебы время?
-Спорт
-Литература
-Музыка
-Техника
-Компьютер
-Другое………………………….

3. Влияют ли положительные эмоции на укрепление Вашего здоровья?
-Да
-Нет
-Затрудняюсь ответить

4. Удовлетворяет ли Вас социально-психологический климат в Вашем учреждении образования?
-Да
-Нет
-Скорее да, чем нет

5. Является ли выбранная Вами профессия Вашим призванием?
-Да
-Нет
-Не знаю

6. Устраивают ли Вас отношения между преподавателями и учащимися?
-В основном, устраивают
-В чем-то устраивают, в чем-то нет
-Во многом не устраивают

7. На сколько активно Вы занимаетесь физкультурой и спортом?
-Постоянно
-От случая к случаю
-Не занимаюсь

8. В работе каких спортивных секций и клубов Вы принимали участие?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Созданы ли в Вашем учреждении образования условия для занятий физкультурой и спортом?
-Да
-Нет

10. Влияют ли занятия физкультурой и спортом на состояние Вашего здоровья?
-Да
-Нет
-Затрудняюсь ответить

11. Занимаетесь ли Вы закаливанием своего организма?
-Да, занимаюсь
-Нет
-Не считаю нужным

12. Считаете ли Вы важным условием здорового образа жизни соблюдение личной гигиены?
-Очень важно
-Скорее важно
-Скорее не важно
-Совсем не важно

13. Курите ли Вы?

-Да
-Нет
-Изредка
-До 10 сигарет в день
-Более 10 сигарет в день

14. Употребляете ли Вы водку, вино, пиво?
-Да
-Нет

15. Употребляли ли Вы и Ваши друзья какие-нибудь таблетки или химические вещества одурманивающего действия?
-Да
-Нет

16. Слышали ли Вы что-нибудь об опасности для здоровья при употреблении таблеток и других химических веществ?
-Да
-Нет

17. В какой мере Вы знакомы с проблемой наркомании среди молодежи?
-В полной мере
-В некоторой степени
-Почти знаком или совсем не знаком
-Никогда не интересовался этими вопросами

18. Сталкивались ли Вы с проблемой употребления наркотиков?
-Да, неоднократно пробовал
-Да, 1-2 раза
-Да, у меня был друг-наркоман
-Да, в собственной семье
-Да, в семье друзей или знакомых
-К счастью, никогда не сталкивался

19. Является ли наркомания одной из причин заболевания СПИДом?
-Да
-Нет
-Не знаю

20. Каким путем можно заразиться ВИЧ-инфекцией, СПИДом?
- При повседневных контактах
-При сексуальных контактах
-При обмене шприцами и иглами,
которые уже использовались носителями ВИЧ-инфекции
-От ВИЧ-инфицированной матери

21. Поражается ли при СПИДе иммунная (защитная) система организма человека? -Да
-Нет
-Не знаю

22. По Вашему мнению, является ли составной частью здорового образа жизни рациональное питание? -Да
-Нет
-Не знаю

23. Согласны ли Вы, что рациональное питание – это:
- равновесие между поступающей с пищей энергией и энергией, расходуемой человеком во время жизнедеятельности, иначе говоря, баланс энергии
- удовлетворение потребностей организма в определенном количестве и соотношении пищевых веществ
- соблюдение режима питания (определенное время приема пищи и определенное количество пищи при каждом приеме)

24. Питаетесь ли Вы в столовой ?
-Да
-Нет

25. Удовлетворены ли Вы организацией питания в учреждении образования?
-Да
-Не совсем
-Нет
-Особое мнение ……………………..

26. По-вашему мнению, здоровый образ жизни – это…?
-Отказ от вредных привычек
-Личная гигиена
-Оптимальный двигательный режим
-Рациональное питание
-Закаливание
-Положительные эмоции
-Занятия физической культурой
и спортом
-Владение навыками безопасного поведения

27. Какой образ жизни, на Ваш взгляд, является привлекательным, престижным? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_