

## ANKIETA DLA UCZNIÓW

*/imię i nazwisko ucznia/*

Bardzo proszę o wypełnienie poniższej ankiety. Ankieta jest dobrowolna. Odpowiedzi w niej zawarte są bardzo istotne.

Ankieta ta nie jest anonimowa ze względu na konieczność porównania odpowiedzi po badaniach i zajęciach. Zamieszczone treści nie będą podawane do publicznej wiadomości. Ankieta ta jest utworzona do celów profilaktycznych i badawczych.

- **W każdym z pytań zaznacz jedną odpowiedź, stawiając znak x przy właściwej odpowiedzi.**
- **W pytaniach, w których są kropki wpisz odpowiedź**

1. Czy lubisz uczestniczyć w zajęciach z Wychowania Fizycznego?

- a. tak, bardzo lubię
- b. średnio lubię te zajęcia
- c. nie lubię tych zajęć

2. Czy uczestniczysz w pozalekcyjnych zajęciach sportowych ?

- a. tak
- b. nie

jeśli tak to w jakich

.....

3. Czy dużo czasu aktywnie spędzasz na świeżym powietrzu?

- a. tak, dużo
- b. nie
- c. czasami – dlaczego

.....

4. Czy uważasz, że należycie dbasz o prawidłową postawę ciała podczas pracy, chodzenia czy odpoczynku?

- a. tak, bardzo o to dbam
- b. czasami pamiętam, żeby przyjąć prawidłową postawę
- c. nie przywiązuję w ogóle do tego wagi
- d. nie wiem jak powinienem dbać o prawidłową postawę ciała



5. Czy masz dobrą postawę
  - a. tak, dobrą
  - b. raczej dobrą
  - c. raczej złą
  - d. nie wiem
6. Ile czasu dziennie spędzasz przed komputerem, telewizorem ?
  - a. około 1 godziny dziennie
  - b. około 2 godzin dziennie
  - c. około 3 godzin dziennie
  - d. około 4 godziny dziennie
7. Ile godzin dziennie przeznaczasz na sen ?
  - a. około 6 godzin na dobę
  - b. około 7 godzin na dobę
  - c. około 8 godzin na dobę
8. Czy twoim zdaniem zdrowo się odżywasz, to znaczy: unikasz jedzenia typu „fast food”, chipsy, słodczy, a jesz dużo warzyw i owoców ?
  - a. tak, odżywiam się zdrowo
  - b. nie
  - c. tylko czasami.
9. Gdzie najczęściej odrabiasz lekcje?
  - a. przy biurku
  - b. przy stole kuchennym
  - c. przy stole w salonie
  - d. w innym miejscu – jakim.....
10. Czy jeżeli się dowiesz się, że masz wadę postawy to będziesz chciał uczestniczyć w zajęciach korekcyjnych ?
  - a. tak, bo muszę dbać o swoją postawę
  - b. tak, jeżeli rodzice tak zdecydują
  - c. nie, nie chcę chodzić na te zajęcia