

Анкета «МОЛОДЬ ЗА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ»
Шановний здобувач вищої освіти!

Факультет -

спеціальність -

курс група

Кількість респондентів -

Вік _____ Стать: _____ (чол./жін.)

1. Чи можете Ви віднести себе до категорії людей, що ведуть «здоровий спосіб життя» ?:

- а) так;
- б) частково;
- в) ні;
- г) не розумію, що це таке.

2. Чи вважаєте Ви для себе необхідним дотримуватися принципів здорового способу життя?

- а) так, потрібно дотримуватись принципів ЗСЖ
- б) ні, можна прожити і без цього
- в) ця проблема не хвилює

3. Що Ви робите, щоб зберегти власне здоров'я? Можливі декілька відповідей.

- а) систематично займаюсь спортом, відвідую спортивні секції;
- б) проводжу тривалий час за комп'ютером;
- в) дотримуюсь режиму дня;
- г) дотримуюсь правил здорового харчування;
- д) не маю шкідливих звичок;
- е) не роблю нічого, просто відпочиваю, у мене і так все добре.

4. Скільки часу вдень Ви перебуваєте за комп'ютером ?:

- а) багато (більше 3-4 годин);
- б) мало (приблизно пів години);
- в) зазвичай не більше двох годин;

5. Яке Ваше ставлення до вживання тютюну ?:

- а) негативне, але пробував(ла);
- б) ніколи не вживав(ла) і не думаю вживати;
- в) до паління ставлюсь позитивно;
- г) зрідка палю, але можу припинити в будь-який час;
- д) палю, оскільки не бачу у цьому нічого поганого.

6. Як Ви ставитесь до вживання наркотиків?:

- а) ніколи не думаю вживати;
- б) не бачу у цьому нічого поганого.

7. Як Ви будете діяти, коли Вам запропонують вжити наркотичні або токсичні речовини?:

- а) відмовлюсь;
- б) можу спробувати для цікавості;
- в) не бачу у цьому нічого поганого;
- г) важко відповісти.

8. Як Ви ставитися до вживання алкоголю?:

- а) ніколи не вживав і не думаю вживати;
- б) ставлення негативне;
- в) зрідка вживаю і не бачу у цьому нічого поганого.

9. Чому, на Вашу думку, люди вдаються до шкідливих звичок?:

- а) щоб бути сучасним;
- б) під впливом друзів, знайомих;
- в) через особисті проблеми;
- г) через байдужість до власного здоров'я;
- д) не знають чи не розуміють про шкідливість негативних звичок.

10. Чи отримуєте Ви у закладі освіти інформацію про шкідливість вживання алкоголю, наркотиків, небезпеку скоєння правопорушень?:

- а) достатньо;
- б) дуже мало;
- в) ні.

11. Якби у Вас виникли проблеми з вживанням алкоголю і наркотиків, до кого б Ви звернулися за порадою?

- а) лікарі;
- б) психологи
- в) друзі
- г) церква
- д) батьки та інші родичі
- е) інше (вказіть, що саме) _____

12. Які ситуації спонукають Вас вживати нездорову їжу (фаст фуд, газовані напої тощо) Можливі кілька варіантів відповідей

- а) зустріч з друзями;
- б) вихідні та святкові дні;
- в) проблеми в житті;
- г) нічого не може спонукати мене вживати нездорову їжу;
- д) Ваша відповідь _____

13. Як Що може примусити Вас відмовитись від нездорової їжи (фаст фуд, газовані напої тощо) Можливі кілька варіантів відповідей

- а) думка оточуючих (друзів, батьків, викладачів);
- б) турбота про своє здоров'я;
- в) турбота про свою фігуру;
- г) рекламний ролик;
- д) не вживаю нездорову їжу;
- е) Ваша відповідь _____

14. Як Ви оцінюєте власний рівень знань про державну політику формування здорового способу життя в Україні?:

- а) достатній;
- б) недостатній;
- в) дещо чув (чула);
- г) нічого не відомо.