**Анкета по здоровому способу життя**

1. Який стан Вашого здоров’я ?

А) завжди добрий

Б) були хвороби, травми

В) останнім часом гірший

2. Чи звертаєтеся Ви до лікарів з проблем власного здоров’я?

А) майже ніколи

Б) інколи

В) часто

3. Як часто Ви пропускаєте заняття через хворобу?

А) частіше одного разу на місяць

Б) один раз на місяць

В) один раз на три місяці

Г) рідше одного разу на три місяці

4.Чи бувають у Вас головні болі ?

А) ні, голова в мене на уроках ніколи не болить

Б) часом справді заболить голова, але це буває рідко і біль швидко минає

В) так, періодично у мене болить голова

Г) головні болі на уроках виникають часто

5.Чи можете Ви контролювати себе, коли дуже схвильовані?

А) так, завжди

Б) в більшості випадків, так

В) інколи вдається контролювати

Г) ні, не можу

6. Яке в Вашій родині ставлення до здорового способу життя?

А) поважливе

Б) байдуже

В) негативне

7. Які методи формування у Вас здорового способу життя використовують Ваші батьки?

А) особистий приклад

Б) переконання

В) заохочення

Г) покарання

8. Чи вважаєте Ви себе людиною, обізнаною в питаннях ведення здорового способу життя?

А) так

Б) частково

В) ні

9. Який з перерахованих факторів, на ваш погляд, є найважливішим у збереженні здоров’я?

А) спосіб життя

Б) спадковість

В) рівень медицини

Г) екологічний стан довкілля

10. Що означає для Вас поняття «здоровий спосіб життя»?

А) займатися спортом

Б) повноцінно та правильно харчуватися

В) не палити, не вживати алкоголь, наркотики

Г) жити повноцінним духовним життям

Д) всі варіанти вірні

11. Чи дотримуєтеся Ви принципів здорового способу життя?

А) так

Б) частково

В) ця проблема поки що мене не турбує

12. Чому, на Вашу думку, люди вдаються до звичок, які шкодять здоров’ю?

А) щоб бути сучасним, «крутим»

Б)під впливом друзів, знайомих

В) через особисті проблеми

Г) через байдужість до власного життя

Д) не знають про шкідливість негативних звичок

13. Інформація з яких джерел надає Вам найповніше уявлення про ведення здорового способу життя?

А) отримана на уроці «Основи здоров’я»

Б) спілкування та поради батьків

В) отримана на спеціальних виховних годинах, лекціях, тренінгах

Г) отримана із засобів масової інформації

Д) отримана від однокласників, товаришів