

Анкета «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Внимательно прочитайте вопрос, отметьте любым способом не более трёх пунктов

1. Что такое на твой взгляд, здоровый образ жизни?

- а) это образ жизни, направленный на сохранение здоровья;
- б) это соблюдение режима дня и правильного питания;
- в) это занятия спортом и закаливание.
- г) не знаю.

2. Является ли твой образ жизни здоровым?

- а) да;
- б) нет;
- в) частично;
- г) не знаю.

3. Насколько успех в жизни человека зависит от его образа жизни?

- а) на 80-100%
- б) на 50-70%
- в) на 10-40%
- г) не зависит.

4. Для чего бы ты стал вести здоровый образ жизни?

- а) чтобы не беспокоили болезни;
- б) чтобы жить долго;
- в) чтобы выглядеть красиво;
- г) чтобы всего добиться в жизни.

5. Какие обстоятельства могли бы побудить тебя изменить образ жизни?

- а) пример родителей;
- б) пример уважаемых мной людей;
- в) болезни;
- г) наглядная информация в фактах и цифрах;

6. Употребляешь ли ты алкоголь, табак, наркотики?

- а) да;
- б) нет;
- в) пробовал;
- г) уже отказался.

7. Ты обсуждаешь с родителями свои проблемы?

- а) да;
- б) нет;
- в) пытаюсь, но не получается высказать всё, стесняюсь;
- г) пытаюсь, но родители неправильно меня понимают.

8. Как ты справляешься со стрессом?

- а) слушаю классическую музыку;
- б) иду в спортзал;
- в) обливаюсь холодной водой;
- г) хватаюсь за сигарету или банку пива.

9. Есть ли у тебя три заветных желания?

- а) да;
- б) нет.

Анкета «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Внимательно прочитайте вопрос, отметьте любым способом не более трёх пунктов

1. Что такое на твой взгляд, здоровый образ жизни?

- д) это образ жизни, направленный на сохранение здоровья;
- е) это соблюдение режима дня и правильного питания;
- ж) это занятия спортом и закаливание.
- з) не знаю.

2. Является ли твой образ жизни здоровым?

- а) да;
- б) нет;
- в) частично;
- г) не знаю.

3. Насколько успех в жизни человека зависит от его образа жизни?

- а) на 80-100%
- б) на 50-70%
- в) на 10-40%
- г) не зависит.

4. Для чего бы ты стал вести здоровый образ жизни?

- б) чтобы не беспокоили болезни;
- б) чтобы жить долго;
- в) чтобы выглядеть красиво;
- г) чтобы всего добиться в жизни.

5. Какие обстоятельства могли бы побудить тебя изменить образ жизни?

- д) пример родителей;
- е) пример уважаемых мной людей;
- ж) болезни;
- з) наглядная информация в фактах и цифрах;

6. Употребляешь ли ты алкоголь, табак, наркотики?

- а) да;
- б) нет;
- в) пробовал;
- г) уже отказался.

7. Ты обсуждаешь с родителями свои проблемы?

- а) да;
- б) нет;
- в) пытаюсь, но не получается высказать всё, стесняюсь;
- г) пытаюсь, но родители неправильно меня понимают.

8. Как ты справляешься со стрессом?

- б) слушаю классическую музыку;
- б) иду в спортзал;
- в) обливаюсь холодной водой;
- г) хватаюсь за сигарету или банку пива.

9. Есть ли у тебя три заветных желания?

- в) да;
- г) нет.