

**Анкета для оценки уровня отношения несовершеннолетних к проблемам здоровья и здорового образа жизни.**

*Дорогой друг!*

Просим принять участие в изучении отношения к своему здоровью.

Внимательно прочтите вопросы и возможные варианты ответов. Выберите наиболее подходящий ответ. Вопросы с вариантами ответов, отмеченными кружками, подразумевают 1 ответ, а квадратами – могут включать в себя несколько ответов.

Очень важно отвечать искренне и работать самостоятельно.

Свою фамилию указывать не надо. Анонимность гарантируется.

**Пожалуйста, укажите**

**1. Ваш пол**

- мужской
- женский

Ваш возраст \_\_\_\_\_ (укажите полное число лет)

**2. Как вы оцениваете состояние своего здоровья?**

- Хорошее
- Удовлетворительное
- Плохое
- Затрудняюсь ответить

**3. Какие из ценностей, приведенных ниже, для Вас наиболее важны?**

Оцените их, проставив баллы от 8(самое важное) до 1 (наименее важное)

- Материальное благополучие,
- Качественное образование,
- Хорошее здоровье,
- Привлекательная внешность,
- Любимая работа,
- Возможность общаться с интересными людьми,
- Благополучная семья,
- Свобода и независимость.

**4. Какие условия для сохранения здоровья Вы считаете наиболее важными? Из приведенного перечня условий выберите и отметьте четыре наиболее важных для Вас.**

- Хорошая наследственность,
- Хорошие экологические условия,
- Выполнение правил здорового образа жизни,

- Возможность консультаций и лечения у хорошего врача,
- Знания о том, как заботиться о своем здоровье,
- Отсутствие физических и умственных перегрузок,
- Регулярные занятия спортом,
- Достаточные материальные средства для хорошего питания, занятий спортом и т.д.

**5.Как вы относитесь к информации о том, как заботиться о здоровье?**

- Это всегда интересная и полезная информация,
- Иногда это достаточно интересная и полезная информация,
- Не очень интересная и полезная информация,
- Эта информация меня не интересует.

**6.Достаточно ли вы заботитесь о своем здоровье**

- Вполне достаточно,
- Не вполне достаточно,
- Недостаточно.

**7.Откуда Вы узнаете о том, как заботиться о здоровье? ( Вы должны ответить на каждую строчку таблицы.)**

	Часто	От случая к случаю	Никогда
От родителей			
От друзей			
В школе			
Из журналов, книг			
Из передач ТВ			
Через интернет			

**8.Считаете ли вы следующее вредным для Вашего здоровья? ( Вы должны ответить на каждую строчку таблицы.)**

	Вредно	Трудно сказать	Совсем не вредно
1.Неправильное питание(очень много жирного и сладкого и очень мало овощей и фруктов)\переедание			
2.Употребление алкоголя			
3.Употребление наркотиков			

4.Сидячий образ жизни			
5.Курение			
6.Недоедание			

**9.Вы курите?**

- Да, регулярно,
- Нет,
- Иногда, по настроению или «за компанию»
- Только попробовал(а)

**10. Как часто Вы употребляете спиртные напитки?**

- Никогда
- Пару раз в год
- Один или два раза в месяц
- Каждую неделю
- Почти каждый день.

**11.Пробовали ли Вы когда-нибудь наркотические или токсические вещества?**

- Да
- Нет

**12. В каком возрасте, по Вашему мнению, следует говорить о вреде алкоголя, курения, наркотиках и болезнях, передаваемых половым путем?\_\_\_\_\_**

**13. Какие темы о здоровье больше всего интересуют Вас?(Вы можете выбрать больше чем одну тему)**

- Курение
- Снижение и набор веса
- Алкоголь
- Половое воспитание
- Нарушение питания
- Влияние наркотиков
- Инфекции, передаваемые половым путем
- Физические упражнения и спорт
- Управление эмоциями
- Межличностные отношения

Другое(указать что именно)\_\_\_\_\_

**14. Как ты проводишь свое свободное время?**

- читаю книги;
- хожу в кино, в театр;
- смотрю телевизор;
- гуляю с другом;
- занимаюсь спортом.

**15. Как ты считаешь, сможешь ли ты, когда вырастешь, обходиться без употребления вредных веществ(табака и алкоголя)?**

- да;
- нет;
- не знаю.

*Спасибо за участие!*