|  |  |
| --- | --- |
| **mychalogo** | **ZAŁĄCZNIK NR 2****Ankieta dla uczniów** |

Chcemy dowiedzieć się, co myślisz o wybranych sprawach dotyczących naszej szkoły. Dzięki Twojej opinii możemy spróbować zmienić w niej coś na lepsze. Ankieta jest **anonimowa**, to znaczy, że nie podpisujesz się w niej i nikt nie będzie wiedział, kto ją wypełnił. Bardzo prosimy Cię o szczere odpowiedzi.

Poniżej znajduje się lista zdań. Przeczytaj uważnie każde z nich i zastanów się, w jakim stopniu się z nim zgadzasz. Wstaw X w jedną kratkę w każdym wierszu.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Tak** | **Raczej tak** | **Raczej nie** | **Nie** |
| 1. **Znaczenie zdrowia w mojej szkole**
 |
| 1. W mojej szkole uważa się, że zdrowie i dobre samopoczucie jest ważną sprawą
 | 62 | 12 | 1 |  |
| 1. Wyjaśniono mi, co to znaczy, że moja szkoła jest szkołą promującą zdrowie
 | **62** | **11** | **2** |  |
| 1. **Atmosfera w mojej klasie i szkole**
 |
| 1. Nauczyciele ustalają z nami reguły (zasady) pracy na lekcjach
 | **45** | **29** | **1** |  |
| 1. Nauczyciele pytają nas o zdanie w sprawach, które nas dotyczą
 | **15** | **10** | **1** |  |
| 1. Nauczyciele biorą pod uwagę nasze opinie
 | **31** | **38** | **6** |  |
|  |
| 1. Nauczyciele traktują mnie sprawiedliwie
 | **20** | **41** | **11** | **3** |
| 1. Nauczyciele są dla mnie życzliwi
 | **40** | **32** | **2** | **1** |
| 1. Nauczyciele dostrzegają to, w czym jestem dobra/-y
 | **40** | **32** | **2** | **1** |
| 1. Nauczyciele pomagają mi, kiedy mam jakieś kłopoty lub trudności
 | **30** | **41** | **2** | **2** |
|  |
| 1. Uczniowie w mojej klasie są dla siebie życzliwi
 | **32** | **40** | **3** |  |
| 1. Uczniowie w mojej klasie akceptują (przyjmują) mnie takim, jakim jestem
 | **32** | **39** | **3** | **1** |
| 1. Gdy jakiś uczeń w mojej klasie ma jakiś kłopot, inny uczeń stara się mu pomóc
 | **41** | **31** | **3** |  |
| 1. Uczniowie w mojej klasie dokuczają sobie rzadko lub wcale (np. rzadko przezywają się, ośmieszają, popychają, biją się ze sobą)
 | **46** | **19** | **8** | **2** |
| 1. Uczniowie w mojej klasie starają się, aby nikt nie był pozostawiony na uboczu
 | **39** | **31** | **4** | **1** |
| 1. **Uczenie się o zdrowiu**
 |
| 1. Na lekcjach różnych przedmiotów zajmujemy się tematami dotyczącymi naszego zdrowia i samopoczucia
 | **57** | **9** | **7** | **2** |
| 1. Na godzinach wychowawczych omawiamy tematy dotyczące zdrowia i dbałości o nie
 | **45** | **23** | **5** | **2** |
| 1. Możemy proponować tematy o zdrowiu, które nas interesują
 | **60** | **9** | **6** |  |
| 1. Zajęcia na temat zdrowia i samopoczucia są dla mnie ciekawe
 | **50** | **18** | **2** | **5** |
| 1. To, czego uczę się o zdrowiu w szkole, zachęca mnie do dbania o nie
 | **58** | **11** | **3** | **3** |
| 1. **Warunki w szkole i organizacja zajęć**
 |
| 1. W mojej szkole jest czysto
 | **29** | **41** | **4** | **1** |
| 1. Toalety i umywalnie w szkole są czyste i prawie zawsze jest w nich papier toaletowy, mydło, jednozrazowe ręczniki lub suszarki
 | **17** | **37** | **12** | **9** |
| 1. Uczniowie zachowują porządek i dbają o czystość w szkole (np. nie śmiecą, nie niszczą sprzętu)
 | **44** | **20** | **8** | **3** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Tak** | **Raczej tak** | **Raczej nie** | **Nie** |
| 1. Przy sprzyjającej pogodzie możemy spędzać przerwy międzylekcyjne na powietrzu
 | **52** | **23** |  |  |
| 1. W klasie zwykle codziennie zjadamy drugie śniadanie wspólnie z nauczycielem
 | **33** | **22** | **3** | **17** |
| 1. Jeśli jem obiad w stołówce szkolnej, mogę go zjeść spokojnie, bez pośpiechu (*jeśli nie jesz obiadów w szkole, opuść ten punkt)*
 | **25** | **3** | **1** |  |
| 1. **Moje samopoczucie w szkole**
 |
| 1. Zwykle dobrze czuję się w szkole
 | **40** | **34** | **1** |  |
| 1. Lubię być w szkole
 | **32** | **33** | **7** | **3** |
| 1. W szkole czuję się bezpiecznie
 | **11** | **13** | **1** | **1** |

|  |
| --- |
| **Co powoduje, że DOBRZE czujesz się w szkole?**–wpisz |

|  |
| --- |
| **Co powoduje, że ŹLE czujesz się w szkole?**–wpisz |

|  |
| --- |
| 1. **Co zrobiłaś/-eś dla swojego zdrowia w ostatnim roku?**
 |
| Niżej podano przykłady działań, które sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu. Pomyśl, czy **w ostatnim roku** podejmowałaś/-eś takie działania. Wstaw X w jedną kratkę w każdym wierszu |
|  | 1 | 2 |
| **Tak** | **Nie** |
| 1. Staram się być bardziej aktywna/-ny fizycznie (np. więcej chodzić, biegać, jeździć na rowerze, ćwiczyć, tańczyć, uprawiać sport)
 | **63** | **8** |
| 1. Zwracam większą uwagę na to, jak się odżywiam (np. jem codziennie śniadanie, jem codziennie owoce i warzywa, piję więcej mleka lub kefiru/jogurtu, ograniczam słodycze, chipsy)
 | **56** | **19** |
| 1. Ograniczam czas spędzany przy komputerze, tablecie, smartfonie, na oglądaniu telewizji
 | **49** | **26** |
| 1. Bardziej dbam o higienę osobistą (np. czyszczę zęby co najmniej 2 razy dziennie, często myję ręce)
 | **74** | **1** |
| 1. Staram się w ciągu dnia znajdować czas na odpoczynek, przyjemne zajęcia (np. zabawę, hobby)
 | **60** | **15** |
| 1. Staram się myśleć o sobie pozytywnie (dostrzegać swoje zalety, sukcesy)
 | **66** | **9** |
| 1. Proszę kogoś o pomoc, gdy mam jakieś kłopoty
 | **64** | **11** |
| 1. Kiedy zdarza mi się nieporozumienie z koleżankami/kolegami, staram się rozwiązywać je pokojowo (bez kłótni, bójek, agresji)
 | **66** | **9** |

**Dziękujemy za wypełnienie ankiety☺**