

Életmód-kérdőív

Kedves Diákok!

Kérünk benneteket, hogy az alábbi kérdőívet név nélkül, megfontoltan és őszintén töltsétek ki! Célunk, hogy több oldalról megismerjünk benneteket, tájékozódjunk életmódotokról s ezáltal javíthassunk közérzeteteken és iskolai teljesítményeteken. Az adatokat bizalmasan kezeljük, az összesített eredményekről rövid időn belül igény szerint tájékoztatást kaptok. Köszönjük segítségéteket!

1. Osztályod: Fiú vagy lány vagy?
2. Kivel laksz együtt:
3. Édesapád foglalkozása, végzettsége:
4. Édesanyád foglalkozása, végzettsége:
5. Testvéreid száma: Ha vannak, életkoruk és foglalkozásuk:
.....
6. Tanítási óráid száma:
hétfő: kedd: szerda: csütörtök: péntek: .
7. Van-e délutáni különórád, rendszeres elfoglaltságod? Ha igen, a megfelelő hely(ek)re írd be a heti óraszámot!

	iskolában	iskolán kívül
Sport		
Zene (hangszer, szolfézs, énekkar)		
Művészetek (rajz, színjátszás stb.)		
Különóra korrepetálás, iskolai jegy javítása céljából		
Különóra (tananyagot túli érdeklődés céljából, szakkör)		
Különóra felvételi előkészítő céljából		
Egyéb (ifjúsági szervezet, klub, hittan stb.)		

8. Hétköznap délután hány órát töltesz általában tanulással?
napköziben: otthon:

9. Hány órát töltesz tanulással átlagosan szombaton: vasárnap: ?
10. Iskolába jutás mennyi időt vesz igénybe naponta? Oda-vissza összesen: óra
11. Mivel töltöd a szabadidődöt a tanév során? Jelöld meg az alábbi táblázatban az átlagos gyakoriságot!

	naponta	hetente	ritkán	soha
olvasás				
tévé, videó				
rádió, magnó, CD				
számítógép, tévéjáték				
sportolás, kirándulás, séta				
udvarlás, együtt járás				
mozi, színház, koncert, múzeum				
buli, diszkó, társasjáték				
játékkerem				
barkácsolás, kézimunka, rajzolás, hobby				
munka pénzért				

12. Mikor fekszel le általában hétköznap? Mikor kelsz?
Mikor fekszel le tanév közben a hétvégén?
Mikor fekszel le szünidőben?
13. Kedvenc tantárgyad (lehet olyan is, amit már nem tanulsz):
..... és osztályzatod belőle:
14. Legkevésbé szeretett tantárgyad (lehet olyan is, amit már nem tanulsz):
..... és osztályzatod belőle:
15. Hogyan változtak korábbi tanulmányi eredményeid? Bizonyítványod átlagát vedd figyelembe, ne az egyes tantárgyak ingadozását!

(sokat javult: 5 javult: 4 nem változott: 3 romlott: 2 sokat romlott: 1)
Alsó tagozaton: 2. évhez képest a 3.:
Felső tagozat 5. osztályában:
(Ha már középiskolás vagy) középiskolába lépéskor:
Azóta változott-e:
16. Mikor kezdted a középiskolát? (Húzd alá a megfelelőt!)
5. osztályban 7. osztályban 9. osztályban még általános iskolába járok

17. Utolsó év végi bizonyítványod átlageredménye:

18. Van-e olyan tantárgy, amiből igényelnél segítséget? igen – nem
Ha igen, ez(ek):

19. Segít-e a családból valaki a tanulásban? igen – nem
Ha igen, ki az?

20. Otthoni háztartási munkával hány órát töltesz egy hét alatt? óra

21. Mikor eszel először iskolai napokon? (Húzd alá a megfelelőt!)
iskolába indulás előtt tanítás előtt első szünetben 2. szünetben később

22. Iskolai napokon hányszor étkezel?

23. Kinek a társaságában töltöd legszívesebben a szabadidődöt? (Többet is aláhúzhatsz!) egyedül szülővel nagyszülővel testvére(i)ddel rokon gyerekekkel más rokonnal barátal osztálytársakkal baráti társasággal másokkal, éspedig:

24. Hogyan töltöd a szabadidődöt leggyakrabban? (Egyet húzz alá!)
egyedül 1 gyerekkel (testvér, barát) társasággal felnőttel (szülő stb.)

25. Van-e állandó baráti kör, akikkel rendszeresen vagy együtt?
nincs osztálytársak előző osztálybeli baráti kör iskolán kívüli baráti kör sportkör egyéb:

26. Mennyire igazak rád az alábbi állítások? Jelöld meg a táblázatban!

	soha	ritkán	gyakran	mindig
Iskolai napon kelteni kell				
Reggel fáradtnak érzem magam				
Élvezem az iskolai nyüzsgést és változatosságot				
Nehéznek érzem, hogy alkalmazkodni kell a sokféle tanárhoz				
Zavar, hogy az iskolában alkalmazkodni kell a többi gyerekhez				
Sok nekem a zaj, ami az iskolában van				
Az iskolai élet unalmas és egyhangú				

27. Mennyire igazak rád az alábbi állítások? Karikázd be a megfelelő számot!

egyáltalán nem értek egyet – egyetértek

	1	2	3	4	5
Szívesen járok iskolába					
Elegendő szabadidővel rendelkezem					
Jelenlegi tanárainnal jól kijövök					
A tanárok túl sokat követelnek					
Szívesen elmondom a legkedvesebb tanáromnak a személyes problémáimat					
Ha iskolát kellene váltanom, az osztálytársaim hiányoznának					
Amikor befejezem az iskolát, az osztálytársaimmal kapcsolatot szeretnék tartani					
Szeretek ebbe az osztályba járni					

28. Milyennek érzed egészségi állapotodat?
(nagyon jó: 5 jó: 4 megfelelő: 3 gyenge: 2 rossz: 1)

29. Milyen gyakran érezted az elmúlt félév során a következőket? Jelöld meg a megfelelő időszakot!

	naponta	hetente	ritkán	soha
fejfájás				
gyomor- és hasfájás				
hátfájás				
kedvetlenség				
idegesség				
alvási nehézség (elalvás, rossz álom, felriadás)				
szédülés				
tenyérrizadás				
hányinger				
asztma				
lábfej				

30. Előfordul-e, hogy rendszeresen orvoshoz kell járnod? igen – nem
Ha igen, mi miatt?