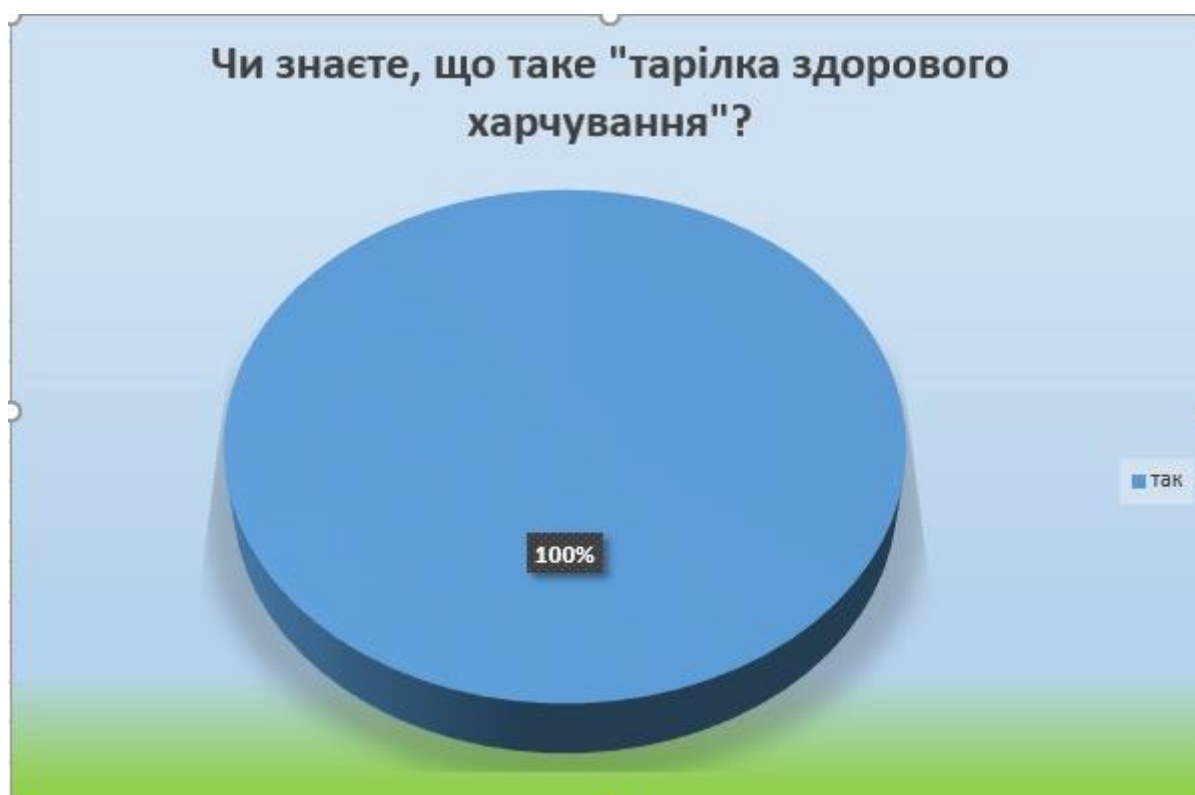


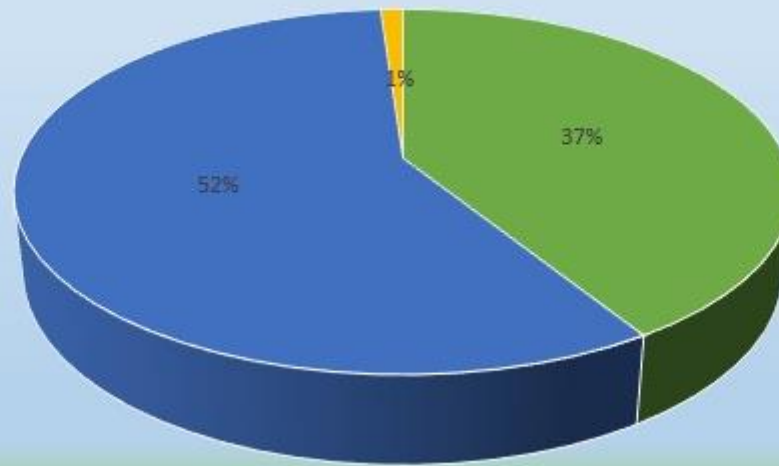
Учні, батьки, вчителі 8- 11 класів брали участь в опитуванні щодо культури здорового харчування й організації харчування в ліцеї в березні – квітні 2021:

60 учнів - в інтернет – анкеті, всі інші – онлайн - анкета на гугл диску ліцею.

До вашої уваги представимо результати опитування за такими показниками:



Як ви вважаєте, ви харчуєтесь корисно для вашого здоров'я чи ні?

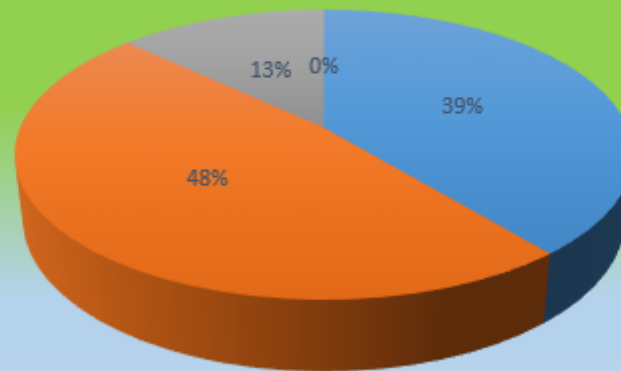


■ безумовно так    ■ скоріше так    ■ важко відповісти напевно

Де ви зазвичай отримуєте інформацію про здорове харчування?



**Як би ви оцінили загальний стан вашого здоров'я п'ятибальною шкалою?  
5- дуже добре, а 1- дуже погано**



■ 5 балів ■ 4 бали ■ 3 бали ■ 2 бали

**Що ви робите для того, щоб вести здоровий спосіб життя?**

%



- Займається спортом, різними видами фізичної активності
- Займається йогою, дихальними практиками, медитацією тощо
- Правильно харчується
- Проводите здорове голодування, дотримуєтесь посту
- Дотримуєтесь встановленого для себе режиму дня
- Достатньо спите
- Вживаєте достатню кількість води
- Багато часу проводите на свіжому повітрі, багато ходите пішки
- Не палите
- Не вживаєте алкоголь
- Не вживаєте наркотичні речовини
- Не вважаєте, що ведете здоровий спосіб життя

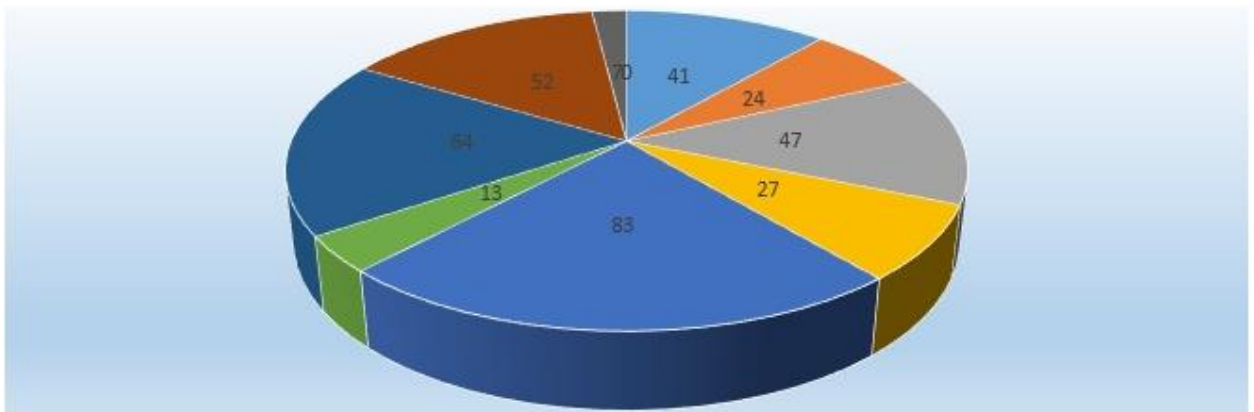
## Що ви робите для того, щоб вести здоровий спосіб життя?

%



## Якими видами фізичної активності ви займаєтесь?

%



- Відвідують спортивну секцію
- Фітнес клуб
- Танцювальні школи, студії
- Плавають, відвідують басейн
- Самостійно займаються
- Туристичні походи
- Катаються на велосипедах
- Грають у футбол, волейбол, інші ігри
- Багато ходять пішки
- Жодним видом фізичної активності не займаються