

Ankieta dla nauczycieli

Chcemy poznać Twoje zdanie na temat wybranych spraw dotyczących naszego przedszkola. Dzięki temu możemy spróbować zmienić coś w przedszkolu na lepsze.

Ankieta jest **anonimowa**. Bardzo prosimy o szczerą odpowiedź.

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



	1	2	3	4
	Tak	Raczej tak	Raczej nie	Nie
A. Warunki dla tworzenia przedszkola promującego zdrowie				
1. W przedszkolu, w którym pracuję, uważa się, że zdrowie i dobre samopoczucie jest ważną sprawą				
2. Zapoznano mnie z koncepcją przedszkola promującego zdrowie				
3. W przedszkolu podejmowane są działania na rzecz promocji zdrowia nauczycieli (np. organizowane są szkolenia/warsztaty na temat zdrowia i dbałości o nie, jesteśmy zachęcani do dbałości o zdrowie)				
B. Klimat społeczny w przedszkolu				
4. Dyrektor pyta mnie o zdanie w sprawach dotyczących życia i pracy przedszkola				
5. Moje zdanie na temat życia i pracy przedszkola jest brane pod uwagę				
6. Moje relacje z dyrektorem są dobre				
7. Czuję się doceniana(-ny) przez dyrektora przedszkola				
8. Dyrektor udziela mi konstruktywnych informacji zwrotnych dotyczących mojej pracy				
9. Dyrektor udziela mi pomocy, gdy jej potrzebuję				
10. Relacje między nauczycielami są dobre				
11. Nauczyciele chętnie ze sobą współpracują				
12. Mogę otrzymać pomoc od innych nauczycieli, gdy jej potrzebuję				
13. Moje relacje z rodzicami dzieci są dobre				
14. Większość rodziców dzieci współpracuje ze mną w sprawach swoich dzieci				
15. Mogę liczyć na pomoc wielu rodziców dzieci, gdy tego potrzebuję				
C. Edukacja zdrowotna dzieci i praktykowanie zachowań prozdrowotnych				
16. Treści edukacji zdrowotnej w planie pracy dla mojej grupy opracowano na podstawie konsultacji z rodzicami, obserwacji zachowań dzieci				
17. Informuję systematycznie rodziców o tematach z zakresu edukacji zdrowotnej zaplanowanych na dany okres				
18. Zachęcam rodziców, aby praktykowali w domu zachowania prozdrowotne, o których dzieci uczą się w przedszkolu				
19. Stwarzam okazję i zachęcam dzieci do próbowania nowych potraw i produktów o różnych smakach				
20. W czasie posiłków dzieci mogą zjeść tyle, ile chcą				
21. Unikam nagradzania dzieci słodyczami				
22. Dzieci myją ręce przed każdym posiłkiem, po wyjściu z ubikacji, po przyjeździe z zajęć poza przedszkolem, systematycznie instruuję je, jak należy myć ręce				
23. Dzieci codziennie czyszczą zęby z użyciem pasty do zębów co najmniej po jednym posiłku, systematycznie instruuję dzieci, jak należy czyścić zęby				
24. W dni słoneczne chronię dzieci przed nadmiernym nasłonecznieniem				
25. W czasie zajęć w pozycji siedzącej często wprowadzam elementy ruchu angażujące różne grupy mięśni i części ciała dzieci				
26. W czasie pobytu na placu zabaw organizuję zajęcia ruchowe dla dzieci				

	1	2	3	4
	Tak	Raczej tak	Raczej nie	Nie
27. Zachęcam dzieci i ich rodziców do pokonywania drogi do i z przedszkola pieszo (na rowerze/hulajnodze) wtedy, gdy jest to możliwe				
28. Na początku wykonywania niektórych czynności (np. na drodze, na placu zabaw, w czasie jedzenia, zajęć ruchowych, technicznych, plastycznych) proszę dzieci, aby przypominały zasady bezpiecznego zachowania ich dotyczące				
D. Rozwijanie kompetencji nauczycieli do dbałości o zdrowie i prowadzenia edukacji zdrowotnej dzieci				
29. Uczestniczyłam(-łem) w ostatnich 2 latach w zajęciach/szkoleniach dotyczących dbałości o zdrowie nauczycieli				
30. Uczestniczyłam(-łem) w ostatnich 2 latach w szkoleniach dotyczących realizacji edukacji zdrowotnej dzieci				
31. Jestem dobrze przygotowana(-ny) do realizacji edukacji zdrowotnej dzieci i współpracy w tym zakresie z rodzicami				
E. Samopoczucie w przedszkolu				
32. Zwykle dobrze czuję się w pracy w tym przedszkolu				
33. Polecił(a)bym innym nauczycielom to przedszkole jako przyjazne miejsce pracy				

Co powoduje, że DOBRZE czujesz się w pracy w przedszkolu? – wpisz:

Co powoduje, że ŹLE czujesz się w pracy w przedszkolu? – wpisz:

F. Podejmowanie działań dla wzmocnienia zdrowia w ostatnim roku

Niżej podano przykłady działań, które sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu.

Pomyśl, czy w ostatnim roku podejmowałaś (-leś) takie działania. Wstaw X w jednej kratce w każdym wierszu.

	1	2
	Tak	Nie
34. Staram się być bardziej aktywna(-ny) fizycznie (np. więcej chodzić, biegać, jeździć na rowerze, ćwiczyć, tańczyć, uprawiać sport, pracować w ogrodzie)		
35. Zwracam większą uwagę na to, jak się odżywiam (np. jem codziennie: śniadanie, owoce i warzywa, piję więcej mleka lub kefiru/jogurtu, ograniczam spożycie słodczy, tłuszczu, soli)		
36. Zwracam większą uwagę na systematyczne wykonywanie samobadania (np. masy ciała, ciśnienia tętniczego, kobiety – piersi; mężczyźni – jąder)		
37. Zwracam większą uwagę na utrzymywanie dobrych relacji z bliskimi osobami (np. rodziną, znajomymi)		
38. Zwracam się do innych ludzi o pomoc, gdy mam jakiś trudny problem do rozwiązania		
39. Znajduję częściej czas na relaks/odpoczynek (np. wyluzowuję się, robię to, co lubię)		
40. Staram się szukać pozytywów zarówno w sobie, jak i w innych ludziach (np. w wychowankach przedszkola, współpracownikach, rodzinie, znajomych)		
41. Rozwijam swoje umiejętności radzenia sobie ze stresem, napięciami		
42. Wyeliminowałam(-łem) jakieś zachowanie ryzykowne dla zdrowia, np. rzuciłam(-łem) palenie, nie nadużywam alkoholu, lub podjęłam(-jąłem) próby w tym kierunku (jeżeli nie podejmowałaś(-leś) takich zachowań, opuść ten punkt)		

Dziękujemy za wypełnienie ankiety!

Ankieta dla pracowników przedszkola, którzy nie są nauczycielami

Chcemy poznać Pani/Pana zdanie na temat wybranych spraw dotyczących naszego przedszkola. Dzięki temu możemy spróbować zmienić coś w przedszkolu na lepsze. Ankieta jest **anoniowa**. Bardzo prosimy o szczerą odpowiedź.



Poniżej znajduje się lista zdań. Prosimy o uważne przeczytanie każdego z nich i zastanowienie się, w jakim stopniu Pani/Pan się z nim zgadza. Prosimy o wstawienie znaku X w jednej kratce w każdym wierszu.

	1	2	3	4
	Tak	Raczej tak	Raczej nie	Nie
A. Warunki dla tworzenia przedszkola promującego zdrowie				
1. W przedszkolu, w którym pracuję, uważa się, że zdrowie i dobre samopoczucie jest ważną sprawą				
2. Wyjaśniono mi, co to znaczy, że przedszkole, w którym pracuję, jest przedszkolem promującym zdrowie				
3. W przedszkolu podejmowane są działania na rzecz promocji zdrowia pracowników, którzy nie są nauczycielami (np. organizowane są szkolenia/warsztaty na temat zdrowia i dbałości o nie, jesteśmy zachęcani do dbałości o zdrowie)				
B. Atmosfera w przedszkolu				
4. Jestem pytana(-ny) o zdanie w sprawach dotyczących życia i pracy przedszkola				
5. Moje zdanie na temat życia i pracy przedszkola jest brane pod uwagę				
6. Dyrektor przedszkola jest dla mnie życzliwy				
7. Czuję się doceniana(-ny) przez dyrektora przedszkola				
8. Dyrektor przedszkola udziela mi pomocy, gdy jej potrzebuję				
9. Nauczyciele są dla mnie życzliwi				
10. Nauczyciele szanują moją pracę				
11. Nauczyciele pomagają mi, gdy tego potrzebuję				
12. Pracownicy przedszkola, którzy nie są nauczycielami, są dla siebie życzliwi				
13. Pracownicy przedszkola, którzy nie są nauczycielami, chętnie współpracują ze sobą				
14. Mogę otrzymać pomoc od innych pracowników przedszkola, którzy nie są nauczycielami, gdy jej potrzebuję				
C. Edukacja zdrowotna dzieci i praktykowanie zachowań prozdrowotnych				
15. Zapoznano mnie z programem edukacji zdrowotnej dzieci i zasadami praktykowania w przedszkolu zachowań prozdrowotnych				
D. Szkolenia dotyczące zdrowia dla pracowników niepedagogicznych				
16. Uczestniczyłam(-łem) w ostatnich 2 latach w zajęciach/szkoleniach dla pracowników przedszkola dotyczących dbałości o zdrowie				
E. Samopoczucie w pracy w przedszkolu				
17. Zwykle dobrze czuję się w pracy w tym przedszkolu				
18. Poleciał(a)bym innym osobom to przedszkole jako przyjazne miejsce pracy				

Co powoduje, że DOBRZE czuje się Pani/Pan w pracy w przedszkolu? – proszę wpisać:

Co powoduje, że ŹLE czuje się Pani/Pan w pracy w przedszkolu? – proszę wpisać:

F. Podejmowanie działań dla wzmocnienia zdrowia w ostatnim roku

Niżej podano przykłady działań, które sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu. Proszę pomyśleć, czy w ostatnim roku podejmował(a) Pani/Pan takie działania. Proszę wstawić X w jednej kratce w każdym wierszu.

	1	2
	Tak	Nie
19. Staram się być bardziej aktywna(-ny) fizycznie (np. więcej chodzić, biegać, jeździć na rowerze, ćwiczyć, tańczyć, uprawiać sport, pracować w ogrodzie))		
20. Zwracam większą uwagę na to, jak się odżywiam (np. jem codziennie śniadanie, owoce i warzywa, piję więcej mleka lub kefiru/jogurtu, ograniczam spożycie słodczy, tłuszczu, soli)		
21. Zwracam większą uwagę na systematyczne wykonywanie samobadania (np. masy ciała, ciśnienia tętniczego, kobiety – piersi; mężczyźni – jąder)		
22. Zwracam większą uwagę na utrzymywanie dobrych relacji z bliskimi osobami (np. rodziną, znajomymi)		
23. Zwracam się do innych ludzi o pomoc, gdy mam jakiś trudny problem do rozwiązania		
24. Znajduję częściej czas na relaks/odpoczynek (np. wyluzowuję się, robię to, co lubię)		
25. Staram się szukać pozytywów zarówno w sobie, jak i w innych ludziach (np. w wychowankach przedszkola, współpracownikach, rodzinie, znajomych)		
26. Rozwijam swoje umiejętności radzenia sobie ze stresem, napięciami		
27. Wyeliminowałam(-łem) jakieś zachowanie ryzykowne dla zdrowia, np. rzuciłam(-łem) palenie, nie nadużywam alkoholu, lub podjęłam(-jąłem) próby w tym kierunku (jeżeli nie podejmowałaś(-łeś) takich zachowań, opuść ten punkt)		

Dziękujemy za wypełnienie ankiety!

Ankieta dla rodziców dzieci

Chcemy poznać Pani/Pana zdanie na temat wybranych spraw dotyczących naszego przedszkola. Dzięki temu możemy spróbować zmienić coś w przedszkolu na lepsze. Ankieta jest **anonimowa**. Bardzo prosimy o szczerą odpowiedź.



Poniżej znajduje się lista zdań. Prosimy o uważne przeczytanie każdego z nich i zastanowienie się, w jakim stopniu Pani/Pan się z nim zgadza. Prosimy o wstawienie znaku X w jednej kratce w każdym wierszu.

	1	2	3	4	5
	Tak	Raczej tak	Raczej nie	Nie	Nie wiem
A. Warunki dla tworzenia przedszkola promującego zdrowie					
1. W przedszkolu mojego dziecka uważa się, że zdrowie i dobre samopoczucie jest ważną sprawą					
2. Wyjaśniono mi, co to znaczy, że przedszkole mojego dziecka jest przedszkolem promującym zdrowie					
B. Atmosfera w przedszkolu mojego dziecka					
3. W przedszkolu mojego dziecka są jasno określone zasady współpracy z rodzicami					
4. Jestem pytana(-ny) o zdanie w sprawach dotyczących życia i pracy przedszkola lub grupy, w której jest moje dziecko					
5. Moje zdanie na temat życia i pracy przedszkola lub grupy, w której jest moje dziecko, jest brane pod uwagę					
6. Jestem zachęcana(-ny) do udziału w życiu i pracy grupy i/lub przedszkola					
7. Dyrektor przedszkola i nauczyciele są dla mnie życzliwi					
8. Nauczyciele udzielają mi wyczerpujących informacji o postępach i zachowaniu mojego dziecka w przedszkolu					
9. Nauczyciele udzielają mi pomocy w sprawach mojego dziecka, gdy jej potrzebuję					
10. Nauczyciele są dla mojego dziecka życzliwi					
11. Nauczyciele dostrzegają to, w czym moje dziecko jest dobre					
12. Nauczyciele pomagają mojemu dziecku, kiedy ma jakieś kłopoty					
C. Edukacja zdrowotna dzieci i praktykowanie zachowań prozdrowotnych					
13. Nauczyciel grupy, w której jest moje dziecko, konsultuje z rodzicami to, czego dzieci powinny się uczyć w przedszkolu o zdrowiu i bezpieczeństwie					
14. Jestem systematycznie informowana(-ny) o tematach zajęć dotyczących zdrowia i bezpieczeństwa realizowanych w grupie mojego dziecka					
15. Jestem zachęcana(-ny), aby praktykować w domu zachowania sprzyjające zdrowiu, o których dziecko uczy się w przedszkolu					
16. W przedszkolu unika się nagradzania mojego dziecka słodyczami					
17. Ogranicza się podawanie słodczy i słodkich napojów w czasie imprez w przedszkolu					
18. W przedszkolu zachęca się rodziców do pokonywania z dzieckiem drogi do i z przedszkola pieszo (na rowerze/hulajnodze) wtedy, gdy jest to możliwe					
D. Pomoc rodzicom w rozwijaniu kompetencji do dbałości o zdrowie i do wychowywania dzieci					
19. Rodzicom oferuje się w przedszkolu zajęcia dotyczące ich zdrowia (np. spotkania ze specjalistami) i pyta się o ich potrzeby w tym zakresie					

	1	2	3	4	5
	Tak	Raczej tak	Raczej nie	Nie	Nie wiem
20. Rodzicom oferuje się w przedszkolu zajęcia/warsztaty dotyczące umiejętności wychowawczych					
21. W przypadku trudności wychowawczych i innych problemów mojego dziecka mogę uzyskać w przedszkolu pomoc od nauczyciela lub innego pracownika (np. logopedy, psychologa)					
E. Moje samopoczucie w przedszkolu mojego dziecka					
22. Zwykle dobrze czuję się w przedszkolu mojego dziecka					
23. Polecił(a)bym innym rodzicom to przedszkole jako przyjazne miejsce dla dziecka i jego rodziców					

Co powoduje, że DOBRZE czuje się Pani/Pan, przebywając w przedszkolu swojego dziecka? – proszę wpisać:

Co powoduje, że ŹLE czuje się Pani/Pan, przebywając w przedszkolu swojego dziecka? – proszę wpisać:

F. Podejmowanie działań dla wzmocnienia mojego zdrowia, zdrowia mojego dziecka i innych członków rodziny w ostatnim roku

Niżej podano przykłady działań, które sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu i które mogą być powiązane z tym, co oferuje się dzieciom i ich rodzicom w przedszkolu. Proszę pomyśleć, czy **w ostatnim roku** podejmował(a) Pani/Pan takie działania. Proszę wstawić X w jednej kratce w każdym wierszu.

	1	2
	Tak	Nie
24. Staram się być bardziej aktywna(-ny) fizycznie (np. więcej chodzić, biegać, jeździć na rowerze, ćwiczyć, tańczyć, uprawiać sport, pracować w ogrodzie),		
25. Zachęcam dziecko/dzieci i innych członków rodziny do większej aktywności fizycznej		
26. Zwracam większą uwagę na to, jak się odżywiam ja sama/sam (np. jem codziennie śniadanie, owoce i warzywa, piję więcej mleka lub kefiru/jogurtu, ograniczam spożycie słodczy, tłuszczu, soli)		
27. Zachęcam dziecko/dzieci i innych członków rodziny do prawidłowego żywienia		
28. Staram się zjadać większość posiłków wspólnie z dzieckiem/dziećmi		
29. Wprowadziłam(-em) inne korzystne zmiany w stylu życia swoim i rodziny. Jeśli tak, proszę wpisać, jakie:		

Dziękujemy za wypełnienie ankiety!

