

این یک سروی صحتی بوده تمام متعلمین در سر تا سر کشور این سروی را انجام میدهند و همچنان متعلمین در تمام دنیا این سروی را انجام میدهند. عادات و کار های که شما انجام میدید بالای صحت شما تاثیر مستقیم دارد. این سروی ما را قادر میسازد تا برای جوانان هم سن و سال شما برنامه های صحتی طرح گردد.

اسم های تان را بالای اوراق سروی ننویسید سوالات را به شکل درست جواب دهید تمام معلومات شما نزد ما محرم باقی خواهد ماند. انجام دادن سروی داوطلبانه بوده بالای در چه تان در صنف کدام تاثیر ندارد. اگر سوال را نمیخواهید جواب دهید آنرا خالی بگذارید.

تمام سوالات را به دقت مطالعه کنید و جواب صحیح را در ورق جوابت سیاه کنید تنها از پنسل که برای تان داده میشود استفاده کنید.

بعد از ختم سروی مطابق هدایت شخص سروی گیرنده عمل کنید به مثل که ذیل داده شده توجه کنید و سوالات را مطابق آن جواب دهید.

● جواب صحیح را به این شکل سیاه کنید

: و هیچ گاه به اشکال ذیل از چلیبا استفاده نکنید:



مثلاً آیا ماهی در آب زنده گی میکند؟

الف: بلی

ب: نخیر

بعداً به صفحه جوابت رفته جواب صحیح را انتخاب کنید.

در صفحه جوابت طور ذیل جواب را سیاه کنید:

1. ● ب (ج) (د) (ن) (ر) (ز) (س)

از همکاری تان قبلاً تشکر میکنیم

سه سوال ذیل راجع به قد، وزن و حالت گرسنگی تان میباشند؟

۴- قد تان بدون بوت ها چند سانتیمتر است؟
عدد اولی را از خانه اول که رنگ آمیزی شده گرفته بعداً عدد بعدی را از پایین انتخاب کنید؟

مثال

قد به سانتی متر		
1	5	3
<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 0
<input checked="" type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1
<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2
	<input type="radio"/> 3	<input checked="" type="radio"/> 3
	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 4
	<input checked="" type="radio"/> 5	<input type="radio"/> 5
	<input type="radio"/> 6	<input type="radio"/> 6
	<input type="radio"/> 7	<input type="radio"/> 7
	<input type="radio"/> 8	<input type="radio"/> 8
	<input type="radio"/> 9	<input type="radio"/> 9
<input type="radio"/> 9	نمیدانم	

۱- شما چند ساله هستید؟

الف: ۱۱ ساله و یا کمتر

ب: ۱۲ ساله

ج: ۱۳ ساله

د: ۱۴ ساله

ذ: ۱۵ ساله

ر: ۱۶ ساله

ز: ۱۷ ساله

ژ: ۱۸ ساله و یا بزرگتر

۲- جنسیت شما چیست ؟

الف: مذکور

ب: اناث

۳- فعالاً در صنف چند درس میخوانید؟

الف: صنف ۷

ب: صنف ۸

ج: صنف ۹

د: صنف ۱۰




ذ: صنف ۱۱

ر: بعضی صنف های دیگر

۵- وزن تانرا بدون پوشیدن بوت ها بنویسید؟

عدد اولی را از خانه بالا که رنگ آمیزی شده گرفته بعداً عدد دومی را از خانه پایین نشانی کنید.

مثال

Weight (kg)		
0	5	2
	0	0
1	1	1
2	2	
	3	3
	4	4
		5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9
9	نمیدانم	

۶- در طول یک ماه گذشته به علت کمبود مواد غذایی در خانه شما چند بار گرسنه به مکتب آمدید ؟

الف: هیچ گاه

ب: نادرأ

ج: بعضاً

د: اکثراً

ذ: همیشه

چهار سوال بعدی راجع به عادات غذایی شما میباشد:

۷- در طول یک ماه گذشته چند بار در روز شما از میوه ها مثل انگور، سیب، مالته، زردآلو، انار، ام، کیله و غیره استفاده کرده اید؟

الف: در ماه گذشته من از میوه ها هرگز استفاده نکرده ام

ب: کمتر از یک بار در روز

ج: یکبار در روز

د: دو بار در روز

ذ: سه بار در روز

ر: چهار بار در روز

ز: پنج بار در روز

۸- در یک ماه گذشته چند بار از سبزی ها مانند زردک، مرچ تازه، بادنجان

رومی، بامیه، فاصلیه، کدو، گنده نه و غیره استفاده کرده اید؟

الف: در ماه گذشته من از سبزی ها هرگز استفاده نکرده ام

ب: کمتر از یک بار در روز

ج: یکبار در روز

د: دو بار در روز

ذ: سه بار در روز

ر: چهار بار در روز

ز: پنج بار در روز

۹- در طول یک ماه گذشته چند بار از نوشابه های گاز دار
مانند پپسی، کارابو، فانتا، کوکاکولا و غیره استفاده کرده اید؟
الف: هیچگاه استفاده نکرده ام
ب: کمتر از یکبار در دوز
ج: یکبار در روز
د: دو بار در روز
ذ: سه بار در روز
ر: چهار بار در روز
ز: پنج بار در روز

۱۰- در طول هفت روز گذشته چند بار شما از غذای بازاری
مانند برگر، چیس، کباب، سوپ، قابلی و غیره استفاده کرده
اید؟
الف: هیچ روز
ب: ۱ دوز
ج: ۲ دوز
د: ۳ دوز
ذ: ۴ دوز
ر: ۵ دوز
ز: ۶ دوز
ی: ۷ دوز

پنج سوال بعدی راجع به شستن دهن و دست های تان میباشد
۱۱- در طول یک ماه گذشته روزانه چند مراتبه دندان های تانرا همراه
برس پاک کرده اید؟
الف: هیچ گاهی در یک ماه گذشته دندان های خود را برس نکرده ام
ب: کمتر از یک بار در روز
ج: یکبار در روز
د: دو بار در روز
ذ: سه بار در روز
ر: چهار بار و یا اضافه تر از آن

۱۲- در طول یک ماه گذشته چند بار قبل از خوردن غذا دست های تانرا شسته اید؟

الف: هیچ گاه

ب: نادر

ج: بعضاً

د: اکثر اوقات

ذ: همیشه

۱۳- در طول یک ماه گذشته چند بار بعد از تشناب رفتن دست های تانرا شسته اید؟

الف: هیچ گاه

ب: نادر

ج: بعضاً

د: اکثر اوقات

ذ: همیشه

۱۴- در طول یک ماه گذشته چند بار از صابون برای شستن دست های تان استفاده کرده اید؟

الف: هیچ گاه

ب: نادر

ج: بعضاً

د: اکثر اوقات

ذ: همیشه

۱۵- آیا آب پاک آ شما میده نی در مکتب شما پیدا میشود؟

الف: بلی

ب: نخیر

سوال بعدی راجع به حملات فیزیکی میباشد. حمله فیزیکی وقتی صورت میگیرد که یک یا چند نفر شخص را مورد لت و کوب قرار میدهند یا با سلاح مانند سیخ، چاقو و یا تفنگ به جان کسی حمله ور میشود.

وقتی دو شاگرد هم سن و سال به جان یک دیگر میافتند حمله فیزیکی نمیبیا شد.

۱۶- در طول دوازده ماه گذشته چند بار مورد حمله فیزیکی قرار گرفته اید؟

الف : 0

ب: 1 بار

ج: 2 یا 3 بار

د: 4 یا 5 بار

ذ: 6 یا 7 بار

ر: 8 یا 9 بار

ز: 10 یا 11 بار

ژ: 12 بار یا اضافه تر از آن

سوال بعدی راجع به جنگ تن به تن بین دو شاگرد هم سن و سال و هم وزن و هم زور میباشد
۱۷- در طول دوازده ماه گذشته چند بار شما با شخص هم سن و سال تان جنگ تن به تن کرده اید؟

الف : 0

ب: 1 بار

ج: 2 یا 3 بار

د: 4 یا 5 بار

ذ: 6 یا 7 بار

ر: 8 یا 9 بار

ز: 10 یا 11 بار

ژ: 12 بار یا اضافه تر از آن

سه سوال بعدی راجع به شدیداً زخمی شدن میباشد. یک زخم وقتی شدید است که مانع کار و فعالیت شما برای حد اقل یک روز گردد یا ضرورت به مداوی پیدا کند.
۱۸- در طول دوازده ماه گذشته چند بار شما شدیداً زخمی شده اید؟

الف : 0

ب: 1 بار

ج: 2 یا 3 بار

د: 4 یا 5 بار

ذ: 6 یا 7 بار

ر: 8 یا 9 بار

ز: 10 یا 11 بار

ژ: 12 بار یا اضافه تر از آن

۱۹-در طول ۱۲ ماه گذشته شدید ترین زخم که شما برداشته اید چه گونه بوده ؟

الف: من هیچگاهی در طول ۱۲ ماه گذشته شدیداً زخمی نشده ام

ب: یکبار شکسته گی استخوان ویا بیجاء شده گی داشتم

ج: من یک پاره شده گی داشتم

د: من یکبار از باعث ضرب بیهوش شدم ویا از ناحیه سر وگردن طور

زخمی شدم که نفس کشیده نمیتوانستم

ذ: من توسط مرمی زخمی شدم

ر: من شدیداً سوختم

ز: من مسموم شدم ویا دواى بسیار زیاد را خوردم

ژ: بعضی چیز های دیگر بالای من واقع شد

۲۰-در یکسال گذشته علت زخمی شدن شما چه بوده؟

الف: من در طول سال گذشته هیچ گاهی زخمی نشدهام.

ب: من توسط موتر ویا موتر سایکل زخمی شدم

ج: من افتادم

د: چیزی بالای من افتاد

ذ: من مورد حمله ویا سو استفاده قرار گرفتم

ر: من در آتش سوزی گیر ماندم ویا به آتش نزدیک بودم

ز: من چیز مضر به صحت را تنفس کردم ویا بلع کردم

ژ: بعضی چیز های دیگر با عث زخمی شد نم شد

دو سوال بعدی راجع به توهین و تحقیر شدن در مکتب میباشد

توهین وقتی واقع میگردد که یک گروپ از شاگردان حرف

های زشت و بد به شاگرد دیگر میزنند و یا رفتار خراب

میکند. ویا اینکه شاگرد مورد اذیت و آزار شاگردان دیگر

قرار میگيرد. وقتی دو شاگرد که هم سن و سال و هم صف

استند بالای موضوع بحث میکنند ویا جنگ میکنند این تحقیر

نیست

21-در طول 30 روز گذشته چندروز آنرا مورد تو هین و تحقیر

قرار گرفته اید؟

الف: هیچ گاه

ب: 1 یا 2 روز

ج: 3 یا 5 روز

د: 6 تا 9 روز

ذ: 10 الی 19 روز

ر: 20 الی 29 روز

ز: تما 30 روز

22-در طول 30 روز گذشته اگر مورد توهین قرار گرفته اید چگونه

بوده؟

الف: من در 30 روز گذشته توهین نشده ام

ب: من مورد لت و کوب قرار گرفتم ویا بندی شدم

ج: من به خاطر نسیم ویا ملیم ویا به خاطر رنگم توهین شدم

د: من به خاطر مزهیم توهین شدم

ذ: من با مزاح های بد و زشت توهین شدم

ر: مرا در بازی ها سهم ندادند

ز: من به خاطر چهره ام تو هین شدم

ژ: به اشکال دیگر تو هین شدمس

شش سوال بعدی راجع به عواطف و رفاقت میباشد

۲۳-در طول ۱۲ ماه گذشته چند بار احساس غربت یا تنها یی کرده اید؟

الف: هیچ گاه

ب: بندرتاً

ج: بعضاً

د: اکثر اوقات

ذ: همیشه

24-در 12 ماه گذشته چند بار از باعث تشویش چیزی به خواب نرفتید ؟

الف: هیچ گاه

ب: ندرتاً

ج: بعضاً

د: اکثر اوقات

ذ: همیشه

هفت سوال بعدی راجع به استفاده از سگرت وسایر انواع تنباکو میباشد

29-اولین بار در چند ساله کی شما سگرت کشیدید ؟

الف من هرگز از سگرت استفاده نکرده ام

ب:در سن هفت ساله گی ویا کمتر

ج:در سن ۸ یا ۹ ساله گی

د:در سن ۱۰ یا ۱۱ ساله گی

ذ:در سن ۱۲ یا ۱۳ ساله گی

ر : در سن ۱۴ یا ۱۵ ساله گی

ز:در سن ۱۶ یا ۱۷ ساله گی

ژ:در سن ۱۸ ساله گی یا بالا تر

30-در 30 روز گذشته چند روز از سگرت استفاده کرده اید؟

الف : 0

ب : 1 یا 2 روز

ج : 3 تا 5 روز

د : 6 تا 9 روز

ذ: 10 تا 19 روز

ر : 20 تا 29 روز

ز: 30 روز مکمل

25-در طول 12 ماه گذشته آیا تصمیم به خود کشی گرفته اید؟

الف بلی

ب:خیر

31-در ۳۰ روز گذشته چند روز را شما از دیگر انواع تنباکو مانند

نصوار ،چلم و غیره استفاده کرده اید ؟

الف هیچ دوز

ب ۱ یا ۲ روز

د ۳ الی ۵ روز

ذ:۶تا ۹ روز

ر ۱۰ الی ۱۹ روز

ز ۲۰ الی ۲۹ روز

ژ تمام ۳۰ روز

26-در طول 12 ماه گذشته اگر خدای نخواستہ تصمیم خود کشی گرفته اید

آیا به اینکه چگونه خود کشی کنید فکر کرده اید؟

الف بلی

ب:خیر

27-در طول ۱۲ ماه گذشته چند بار واقعاً کوشش خود کشی را کرده اید؟

الف هیچ گاه

ب:۱ بار

ج: 2 یا 3 بار

د: ۴ یا ۵ بار

ذ: ۶ یا اضافه تر از آن

28-چند نفر رفیق صمیمی شما دارید؟

الف صفر

ب: 1 نفر

ج: ۲ نفر

د : ۳ یا اضافه تر از آن

32-اگر شما سگرت میکشید آیا در طول ۱۲ ماه گذشته کوشش به ترک آن کرده اید؟

الف من هرگز از سگرت استفاده نمیکنم

ب در ۱۲ ماه گذشته از سگرت استفاده نکرده ام

ج بلی

د نخیر

33-در هفت روز گذشته چند روز آنرا کسی در نزدیکی شما سگرت دود کرده است؟

الف هیچ روز

ب ۱ یا ۲ روز

ج ۳ یا ۴ روز

د ۵ یا ۶ روز

ذ تمام ۷ روز

34-از جمله پدر، مادر و یا محافظ شما کدام یک

سگرت میکشد؟

الف هیچکدام شان

ب پدرم و محافظ ذکور

ج مادرم و محافظ اناث

د هر دو

ذ نمیفهمم

35-اگر یک دوست صمیمی تان برای شما سگرت بدهد آیا شما استفاده

میکنید؟

الف هرگز نه

ب شاید نه

ج شاید بلی

د بلی حتماً

پنج سوال بعدی راجع به استفاده از مواد مخدر ما نند چرس آفتا مین کوکا
ین و بعضی مواد انشا قی میبا شد.

36- در سن چند ساله گی شما از مواد مضره به صحت یعنی مواد مخدر استفاده کر ده اید ؟

الف : هرگز از مواد مخدر استفاده نکر ده ام

ب : در ست 7 ساله گی

ج: 8 یا 9 سا له گی

د : در سن 10 یا 11 ساله گی

ذ ۱۲ یا ۱۳ ساله گی

ر ۱۴ یا ۱۵ ساله گی

ز ۱۶ یا هفده ساله گی

ژ ۱۸ ساله گی یا بالا تر

37 --تا به حال چند بار از مواد مضر ه مثل چرس استفاده کرده اید؟

الف: 0

ب : ۱ الی ۲ بار

ج: ۳ تا ۹ بار

د: ۱۰ یا ۱۹ بار

ذ: ۲۰ بار یا اضافه تر از آن

38 -در طول ۳۰ روز گذشته چند بار از مواد مضر به صحت یعنی

چرس استفاده کرده اید؟

الف هیچگاه از مواد مض مثل چرس استفاده نکرده ام

ب ۱ الی ۲ بار

ج ۳ تا ۹ بار

د ۱۰ یا ۱۹ بار

ذ ۲۰ بار یا اضافه تر از آن

39- در طول عمر چند بار از ادویه مثل آفتا مین ویا میتقا مین استفاده

کرده اید؟

الف هیچگاه از مواد مض مثل چرس استفاده نکرده ام

ب ۱ الی ۲ بار

ج ۳ تا ۹ بار

د ۱۰ یا ۱۹ بار

ذ ۲۰ بار یا اضافه تر از آن

40-در طول عمر چند بار از ادویه مسکن مثل دیا ز بام الپرازولم ویا از

ادویه مثل آویل و غیره استفاده کرده اید؟

الف : 0

ب : 1 یا 2 بار

ج: 3 الی 9 بار

د: 10 تا 19 بار

ذ: 20 بار یا اضافه تر از آن

چهار سوال بعدی را جمع به مکروب به نام ای وی و مرض ایدس میباشد.

۴۱- آیا تا به حال راجع به مکروب ای وی ویا مرض ایدس چیزی شنیده اید؟

الف بلی

ب نخیر

۴۲- آیا در مکتب به شما راجع به ایدس و یا ای وی تدریس شده ؟

الف بلی

ب نخیر

ج نمیدانم

۴۳- ایادر طول سال در مکتب برای شما راجع به و قایه و جلو گیری مرض ایدس چیزی گفته شده یا خیر؟

الف بلی

ب نخیر

ج نمیدانم

۴۴- آیا تا به حال را جمع به مرض ایدس با والدین تان ویا محافظ تان صحبت کرده ای؟

الف بلی

ب نخیر

سه سوال بعدی در رابطه به فعالیت فیزیکی میباشد هر فعالیت که سرعت حرکات قلب و تنفس را بال ببرد فعالیت فیزیکی گفته میشود مانند دوش بایسکل رانی فوتبال و غیره

۴۵- در هفت روز گذشته چند روز شما حد اقل برای یکساعت در روز فعالیت فیزیکی داشته اید مجموع او قات را که شما از نظر فیزیکی فعال بوده اید بنویسید ؟

الف هیچ روز

ب ۱ روز

ج ۲ روز

د ۳ روز

ذ ۴ روز

ر ۵روز

ز 6 ر.ز

ژ 7 روز

۴۶- در هفت روز گذشته چند روز به مکتب پیاده ویا با بایسکل آمده اید؟

الف هیچگاه

ب: ۱ روز

ج: ۲ روز

د: ۳ روز

ذ: ۴ روز

ر: ۵ روز

ژ: ۶ روز

ط: 7 روز

50-در یکماه گذشته چقدر وقت را شما در صنف بسیار به شکل صمیمانه

با همصنفان تان گزراندید؟

الف: هیچگاه

ب: نادراً

ج: بعضاً

د: اکثراً

ذ: همیشه

51-در یک ماه گذشته چند بار والدین ویا محافظ تان کار های خانه گی

شما را دیده اند؟

الف: هیچگاه

ب: نادراً

ج: بعضاً

د: اکثراً

ذ: همیشه

52- در طول یکماه گذشته والدین شما چند بار از مشکلات شما با خبری

کرده اند؟

الف: هیچگاه

ب: نادراً

ج: بعضاً

د: اکثراً

ذ: همیشه

53-در طول 30 روز گذشته چند بار والدین شما ویا محافظ تان از کار

های که در اوقات فراغت انجام میدهید با خبری کرده اند؟

الف: هیچگاه

ب: نادراً

ج: بعضاً

د: اکثراً

ذ: همیشه

54-در طول 30 روز گذشته چند بار والدین تان بدون خواست شما کار

هارا به شما محول کرده اند؟

الف: هیچگاه

ب: نادراً

ج: بعضاً

د: اکثراً

ذ: همیشه

۴۷-در طول سال چند بار در ساعت سپورت شما سپورت کرده

اید؟

الف هیچ روز

ب ۱ روز

ج ۲ روز

د ۳ روز

ذ ۴ روز

ط ۵ روز ویا زیا د تر از آن

سوال بعدی راجع به کار های که شما در خانه به شکل نشسته انجام میدهید میباشد.

48-چقدر وقت را شما در خانه به کار های نشسته سپری میکنید مانند تما

شای تلویزیون بازی گیم به کمپیوتر حرف زدن با رفقا پنجاق دوازده بزه و غیره؟

الف کمتر از یکساعت در روز

ب 1 تا 2 ساعت در روز

ج 3 تا 4 ساعت در روز

د 5 تا 6 ساعت در روز

ذ 7 تا 8 ساعت در روز

ر اضافه از 8 ساعت در روز

شش سوال بعدی راجع به تجارب شما در مکتب و خانه میبا شد.

49 – در 30 روز گذشته چند روز را شما بدون اجازه از اداره مکتب

صنف را ترک کرده اید؟

الف: هیچ روز

ب: 1 تا 2 روز

ج: 3 تا 5 روز

د: 6 تا 9 روز

ذ 10 روز و یا اضافه تر از آن