



UTAFITI WA KIMATAIFA SHULENI KUHUSU AFYA YA WANAFUNZI

[GLOBAL SCHOOL-BASED STUDENT HEALTH SURVEY]

TANZANIA, 2014

UTAFITI WA KIMATAIFA SHULENI KUHUSU AFYA YA WANAFUNZI TANZANIA, 2014

Utafiti huu unahusu afya yako na tabia zako zinazoweza kuathiri afya yako. Wanafunzi wengi nchini wanashiriki katika utafiti huu. Wanafunzi katika nchi nyingine nyingi duniani pia wanashiriki katika utafiti huu. Taarifa utakayotoa itatumika kwa kuandaa mikakati mizuri ya afya kwa watoto na vijana kama wewe.

USIANDIKE jina lako kwenye karatasi hii ya maswali au karatasi ya majawabu. Majawabu yote utakayotoa yatahifadhiwa kwa siri. Hakuna atakayefahamu jinsi unavyojibu. Jibu maswali kuzingatia mambo halisi unayoyafahamu au unayoyafanya. Hakuna majawabu sahihi au makosa.

Kujaza fomu hii ni hiari. Matokeo au maksi zako za darasani hazitaathirika kwa kujibu au kutojibu maswali haya. Hakikisha kuwa unajibu maswali yote.

Hakikisha unasoma kila swali. Jaza miduara iliyopo kwenye karatasi ya majibu inayoendana na jawabu lako. Tumia penseli uliyopewa tu. Ukimaliza, fuata maelekezo ya mtu anayekupatia fomu hii ya maswali.

Hapa ni mfano wa jinsi ya kujaza miduara hiyo:

Jaza miduara kwa kuweka kivuli kama hivi



Siyo kama



Swali

1. Je, samaki wanaishi katika maji?

- A. Ndiyo
- B. Hapana

Jawabu

1.



ASANTE SANA KWA KUSHIRIKI KWAKO

1. Je, una umri gani?

- A. Miaka 11 au pungufu
- B. Miaka 12
- C. Miaka 13
- D. Miaka 14
- E. Miaka 15
- F. Miaka 16
- G. Miaka 17
- H. Miaka 18 au zaidi

2. Jinsia yako ni ipi?

- A. Mvulana
- B. Msichana

3. Unasoma darasa au kidato cha ngapi?

- A. Darasa la VI – Shule ya Msingi
- B. Darasa la VII – Shule ya Msingi
- C. Kidato cha I – Shule ya Sekondari
- D. Kidato cha II – Shule ya Sekondari
- E. Kidato cha III – Shule ya Sekondari
- F. Darasa au Kidato kingine

Maswali 5 yafuatayo yanahusu urefu na uzito wako, kukaa na njaa, na kupata kifungua kinywa.

4. Wewe una urefu gani usipovaa viatu vyako?

KWENYE KARATASI YA MAJAWABU, ANDIKA UREFU WAKO SEHEMU YA JUU YA KILA SAFU. HALAFU JAZA MDUARA CHINI YA KILA NAMBA.

Mfano

Urefu (sm)		
1	5	3
<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="0"/>
<input checked="" type="radio"/>	<input type="text" value="1"/>	<input type="text" value="1"/>
<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="2"/>	<input type="text" value="2"/>
	<input type="text" value="3"/>	<input checked="" type="radio"/>
	<input type="text" value="4"/>	<input type="text" value="4"/>
	<input checked="" type="radio"/>	<input type="text" value="5"/>
	<input type="text" value="6"/>	<input type="text" value="6"/>
	<input type="text" value="7"/>	<input type="text" value="7"/>
	<input type="text" value="8"/>	<input type="text" value="8"/>
	<input type="text" value="9"/>	<input type="text" value="9"/>
<input type="text" value="9"/>	Sijui	

5. Wewe una uzito kiasi gani usipovaa viatu vyako?

KWENYE KARATASI YA MAJAWABU, ANDIKA UREFU WAKO SEHEMU YA JUU YA KILA SAFU. HALAFU JAZA MDUARA CHINI YA KILA NAMBA.

Mfano

Uzito (kg)		
0	5	2
<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	Sijui	

6. Katika miezi 12 iliyopita, umewahi kupimwa uzito au urefu?

- A. Ndiyo
B. Hapana

7. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi umepata kifungua kinywa?

- A. Sikuwahi
B. Mara chache sana
C. Mara chache
D. Mara nyingi
E. Mara nyingi sana

8. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi ulishinda na njaa kutokana na ukosefu wa chakula nyumbani?

- A. Sikuwahi
B. Mara chache sana
C. Mara chache
D. Mara nyingi
E. Mara nyingi sana

Maswali 4 yafuatayo yanahusu aina ya vyakula ulivyokula au ulivyokunywa.

9. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi kwa siku **kwa kawaida** ulikula matunda, kama vile ndizi mbivu, machungwa, mapapai, maembe, au mananasi?

- A. Sikula matunda katika siku 30 zilizopita
B. Pungufu ya mara 1 kwa siku
C. Mara 1 kwa siku
D. Mara 2 kwa siku
E. Mara 3 kwa siku
F. Mara 4 kwa siku
G. Mara 5 au zaidi kwa siku

10. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi kwa siku **kwa kawaida** ulikula mboga za majani kama vile mchicha, kisamvu, majani ya maboga, kabichi spinach, bamia, au karoti?

- A. Sikula mboga za majani katika siku 30 zilizopita
B. Pungufu ya mara 1 kwa siku
C. Mara 1 kwa siku
D. Mara 2 kwa siku
E. Mara 3 kwa siku
F. Mara 4 kwa siku
G. Mara 5 au zaidi kwa siku

11. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi kwa siku **kwa kawaida** ulikunywa vinywaji vyenye gesi, kama Coca-Cola, Pepsi, Fanta, Mirinda, au Azam-Cola? (Siyo vinywaji aina ya juisi).

- A. Sikunywa vinywaji vyenye gesi katika siku 30 zilizopita
- B. Chini ya mara moja kwa siku
- C. Mara 1 kwa siku
- D. Mara 2 kwa siku
- E. Mara 3 kwa siku
- F. Mara 4 kwa siku
- G. Mara 5 au zaidi kwa siku

12. Katika siku 7 zilizopita, kwa siku ngapi ulikula chakula kutoka kwenye migahawa ya chakula, kama hoteli, baa, kioski au mama ntilie?

- A. Hakuna hata siku 1
- B. Siku 1
- C. Siku 2
- D. Siku 3
- E. Siku 4
- F. Siku 5
- G. Siku 6
- H. Siku 7

Maswali 6 yafuatayo yanahusu kusafisha meno yako na kunawa mikono yako.

13. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi kwa siku **kwa kawaida** ulisafisha au kupiga mswaki meno yako?

- A. Sikusafisha au kupiga mswaki meno yangu katika siku 30 zilizopita
- B. Chini ya mara 1 kwa siku
- C. Mara 1 kwa siku
- D. Mara 2 kwa siku
- E. Mara 3 kwa siku
- F. Mara 4 au zaidi kwa siku

14. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi ulinawa mikono yako kabla ya kula?

- A. Sikuwahi
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Mara nyingi
- E. Kila wakati

15. Katika siku 30 zilizopita, **kwa kawaida** njia gani ulitumia kunawa mikono yako kabla ya kula?

- A. Sikunawa mikono yangu kabla ya kula katika siku 30 zilizopita
- B. Kwenye bakuli la maji waliyonawa wengine
- C. Kwenye bakuli la maji niliyonawa mwenyewe
- D. Kwenye maji yaliyokuwa yanatiririka
- E. Njia nyingine

16. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi ulinawa mikono yako kabla ya kula chakula **shuleni**?

- A. Sikuwahi
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Mara nyingi
- E. Kila wakati

17. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi ulinawa mikono yako baada ya kutumia choo?

- A. Sikuwahi
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Mara nyingi
- E. Kila wakati

18. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi ulitumia sabuni wakati wa kunawa mikono yako?

- A. Sikuwahi
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Mara nyingi
- E. Kila mara

Swali lifuatalo linahusu upatikanaji wa maji ya kunywa

19. Kuna chanzo cha maji safi ya kunywa shuleni?

- A. Ndiyo
- B. Hapana

Maswali 2 yafuatayo yanahusu minyoo

20. Katika mwaka huu wa masomo, ulifundishwa katika somo lolote jinsi ya kuepuka minyoo au kichocho?

- A. Ndiyo
- B. Hapana
- C. Sina uhakika

21. Katika mwaka huu wa masomo, ulipata dawa shuleni za minyoo au kichocho?

- A. Ndiyo
- B. Hapana
- C. Sina uhakika

Swali lifuatalo linahusu kushambuliwa mwilini. Shambulio mwilini hutokea wakati mtu mmoja au zaidi anapomgonga au kumpiga mtu mwingine, au kama mtu mmoja au zaidi anamuumiza mtu mwingine kwa kutumia silaha (kama fimbo, kisu, au bunduki). Siyo shambulio wakati wanafunzi wawili wanaokaribiana nguvu wanapoamua kupigana.

22. Katika miezi 12 iliyopita, mara ngapi ulishambuliwa mwilini?

- A. Mara 0
- B. Mara 1
- C. Mara 2 au 3
- D. Mara 4 au 5
- E. Mara 6 au 7
- F. Mara 8 au 9
- G. Mara 10 au 11
- H. Mara 12 au zaidi

Swali lifuatalo linahusu kupigana. Kupigana hutokea wakati wanafunzi wawili au zaidi wanaokaribiana nguvu wanapoamua kupigana.

23. Katika miezi 12 iliyopita, mara ngapi ulishiriki katika kupigana?

- A. Mara 0
- B. Mara 1
- C. Mara 2 au 3
- D. Mara 4 au 5
- E. Mara 6 au 7
- F. Mara 8 au 9
- G. Mara 10 au 11
- H. Mara 12 au zaidi

Maswali 3 yafuatayo yanahusu majeraha mabaya uliyopata. Jeraha ni baya kama linakufanya ukose angalau siku moja nzima ya shughuli za kawaida (kama vile shule, michezo, au kazi) au linapohitaji kutibiwa na daktari au muuguzi.

24. Katika miezi 12 iliyopita, mara ngapi ulijeruhiwa vibaya?

- A. Mara 0
- B. Mara 1
- C. Mara 2 au 3
- D. Mara 4 au 5
- E. Mara 6 au 7
- F. Mara 8 au 9
- G. Mara 10 au 11
- H. Mara 12 au zaidi

25. Katika miezi 12 iliyopita, aina gani ya jeraha baya ulipata?

- A. Sikujeruhiwa vibaya katika miezi 12 iliyopita
- B. Nilivunjika mfupa au kuteguka kiungio
- C. Nilijeruhiwa kwa kujikata au kukatwa
- D. Niligongwa au kupata jeraha kichwani au shingoni, nilizimia, au sikuweza kupumua
- E. Nilijeruhiwa kwa risasi
- F. Niliungua vibaya
- G. Niliwekewa sumu au kutumia dawa zaidi ya kipimo chake
- H. Nilipatwa na tatizo jingine

26. Katika miezi 12 iliyopita, **nini kilikuwa chanzo kikuu cha** jeraha baya kabisa lililokupata?

- A. Sikupata jeraha baya katika miezi 12 iliyopita
- B. Nilihusika katika ajali ya motokaa au kugongwa na motokaa
- C. Nilianguka
- D. Kitu fulani kiliniangukia au kunigonga
- E. Nilivamiwa, kushambuliwa au nilikuwa napigana na mtu
- F. Niliungua moto au kuukaribia moto au kitu cha moto
- G. Nilivuta au kumeza kitu kibaya
- H. Kitu kingine kilisababisha jeraha langu

Maswali 2 yafuatayo yanahusu kunyanyaswa. Kunyanyaswa hutokea wakati mwanafunzi mmoja au kikundi cha wanafunzi wanasema au kufanya mambo yasiyopendeza kwa mwanafunzi mwingine. Ni kunyanyaswa pia wakati mwanafunzi anapotaniwa sana kwa hali isiyopendeza au mwanafunzi anapotengwa kwenye vitu kwa makusudi. Siyo kunyanyaswa wakati wanafunzi wawili wanaokaribiana nguvu wanapobishana au kupigana au kutaniana kirafiki na kimzaha.

27. Katika siku 30 zilizopita, kwa siku ngapi ulinyanyaswa?

- A. Siku 0
- B. Siku 1 au 2
- C. Siku 3 hadi 5
- D. Siku 6 hadi 9
- E. Siku 10 hadi 19
- F. Siku 20 hadi 29
- G. Siku zote 30

28. Katika siku hizo 30 zilizopita, ulinyanyaswa vipi **mara nyingi?**

- A. Sikunyanyaswa katika siku hizo 30
- B. Nilipigwa, kusukumwa, kupigwa kikumbo, au kufungiwa ndani
- C. Nilichekwa kutokana na kabila au rangi yangu
- D. Nilichekwa kutokana na dini yangu
- E. Nilichekwa kwa kutaniwa, kupigwa vijembe au kupigwa kuhusu maswala ya mapenzi
- F. Nilitengwa kwenye vitu kwa makusudi au kupuuzwa kabisa
- G. Nilichekwa kutokana na umbile langu au sura yangu
- H. Nilinyanyaswa kwa njia nyingine

Swali lifuatalo linahusu kujisikia salama au siyo salama.

29. Katika siku 30 zilizopita, kwa siku ngapi **hukwenda** shule kwa sababu ya kuhofia kukosa usalama shuleni au ukiwa njiani kwenda au kurudi shule?

- A. Siku 0
- B. Siku 1
- C. Siku 2 au 3
- D. Siku 4 au 5
- E. Siku 6 au zaidi

Swali lifuatalo linahusu kupakia gari linaloendeshwa na mtu mwingine.

30. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi ulipakia gari au chombo kingine cha moto **kilichoendeshwa na mtu aliyekuwa amekunywa pombe?**

- A. Sikupakia gari lililoendeshwa na mtu mwingine
- B. Mara 0
- C. Mara 1
- D. Mara 2 au 3
- E. Mara 4 au 5
- F. Mara 6 au zaidi

Maswali 6 yafuatayo yanahusu hisia zako na mahusiano yako ya kirafiki.

31. Katika miezi 12 iliyopita, mara ngapi ulijisikia mpweke?

- A. Hakuna
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Muda mwingi
- E. Daima

32. Katika miezi 12 iliyopita, mara ngapi ulipatwa na wasiwasi sana juu ya jambo fulani kiasi cha kukosa usingizi usiku?

- A. Hakuna
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Muda mwingi
- E. Daima

33. Katika miezi 12 iliyopita, uliwahi kutamani **kiuhakika** kujiua?

- A. Ndiyo
- B. Hapana

34. Katika miezi 12 iliyopita, uliandaa mpango wa jinsi ya kujiua?

- A. Ndiyo
- B. Hapana

35. Katika miezi 12 iliyopita, mara ngapi ulijaribu haswa kujiua?

- A. Mara 0
- B. Mara 1
- C. Mara 2 au 3
- D. Mara 4 au 5
- E. Mara 6 au zaidi

36. Unao marafiki wa karibu wangapi?

- A. 0
- B. 1
- C. 2
- D. 3 au zaidi

Maswali 7 yafuatayo yanahusu matumizi ya sigara na tumbaku nyingine.

37. Ulikuwa na umri gani ulipojaribu mara ya kwanza kuvuta sigara?

- A. Sijawahi kuvuta sigara
- B. Miaka 7 au pungufu
- C. Miaka 8 au 9
- D. Miaka 10 au 11
- E. Miaka 12 au 13
- F. Miaka 14 au 15
- G. Miaka 16 au 17
- H. Mara 18 au zaidi

38. Katika siku 30 zilizopita, kwa siku ngapi ulivuta sigara?

- A. Siku 0
- B. Siku 1 au 2
- C. Siku 3 hadi 5
- D. Siku 6 hadi 9
- E. Siku 10 hadi 19
- F. Siku 20 hadi 29
- G. Siku zote 30

39. Katika siku 30 zilizopita, kwa siku ngapi ulitumia aina nyingine yoyote ya tumbaku, kama vile msokoto, ugoro au tumbaku ya kutafuna?

- A. Siku 0
- B. Siku 1 au 2
- C. Siku 3 hadi 5
- D. Siku 6 hadi 9
- E. Siku 10 hadi 19
- F. Siku 20 hadi 29
- G. Siku zote 30

40. Katika miezi 12 iliyopita, uliwahi kujaribu kuacha kuvuta sigara?

- A. Sijawahi kuvuta sigara
- B. Sikuvuta sigara katika miezi 12 iliyopita
- C. Ndiyo
- D. Hapana

41. Katika siku 7 zilizopita, kwa siku ngapi watu wamevuta sigara mahali ulipo?

- A. Siku 0
- B. Siku 1 au 2
- C. Siku 3 au 4
- D. Siku 5 hadi 6
- E. Siku zote 7

42. Nani kati ya wazazi au walezi wako wanatumia aina yoyote ya tumbaku?

- A. Hakuna
- B. Baba au mlezi wa kiume
- C. Mama au mlezi wa kike
- D. Wote
- E. Sijui

43. Kama mmoja wa marafiki zako wa karibu atakupa wewe sigara, utavuta?

- A. Hakika hapana
- B. Labda hapana
- C. Labda ndiyo
- D. Hakika ndiyo

Maswali 7 yafuatayo yanahusu kunywa pombe. Hii inahusu kunywa bilauri ya divai, chupa ya bia, bilauri ndogo ya pombe kali, au pombe mchanganyiko. Inahusu pia kunywa pombe za kienyeji kama komoni, mbege, kimpumu, mnazi, dengerua, au ulanzi. Kunywa pombe haihusu kuonja mvinyo kidogo kwa malengo ya kidini.

44. Ulikuwa na umri gani ulipojaribu kwa mara ya kwanza kunywa pombe zaidi ya kuonja kidogo?

- A. Sijawahi kunywa pombe zaidi ya kuonja kidogo
- B. Miaka 7 au pungufu
- C. Miaka 8 au 9
- D. Miaka 10 au 11
- E. Miaka 12 au 13
- F. Miaka 14 au 15
- G. Miaka 16 au 17
- H. Miaka 18 au zaidi

45. Katika siku 30 zilizopita, kwa siku ngapi ulipata kinywaji chenye pombe angalau mara moja?

- A. Siku 0
- B. Siku 1 au 2
- C. Siku 3 hadi 5
- D. Siku 6 hadi 9
- E. Siku 10 hadi 19
- F. Siku 20 hadi 29
- G. Siku zote 30

46. Katika siku 30 zilizopita, kwa siku ulizokunywa pombe, mara ngapi **kwa kawaida** ulikunywa kwa siku?

- A. Sikunywa pombe katika siku 30 zilizopita
- B. Pungufu ya mara 1
- C. Mara 1
- D. Mara 2
- E. Mara 3
- F. Mara 4
- G. Mara 5 au zaidi

47. Katika siku hizo 30 zilizopita, ulipataje **kwa kawaida** pombe hiyo uliyokunywa? CHAGUA JAWABU MOJA TU.

- A. Sikunywa pombe katika hizo siku 30 zilizopita
- B. Niliinunua katika kibanda, duka, au kutoka kwa muuzaji wa barabarani
- C. Nilimpa mtu mwingine fedha kuninunulia
- D. Nilipewa na marafiki zangu
- E. Nilipewa na familia yangu
- F. Niliiba au kuchukua bila ruhusa
- G. Nilipata kwa njia nyingine

48. Ni aina gani ya pombe **kwa kawaida** unayokunywa? CHAGUA JAWABU MOJA TU.

- A. Sinywi pombe
- B. Bia, Safari larger, au Stout
- C. Mvinyo
- D. Pombe kali kama vile konyagi, viroba, valuu, whisk, gongo, nipa au pingu
- E. Pombe iliyotengenezwa kienyeji kama komoni, mbege, kimpumu, mnazi, dengerua, au ulanzi
- F. Aina yoyote ya pombe ninayopata
- G. Aina nyingine

Kuyumba wakati unatembea, kushindwa kuongea vizuri, na kutapika ni baadhi za dalili za kulewa sana.

49. Katika maisha yako, mara ngapi ulikunywa pombe sana hadi ukalewa chakari?

- A. Mara 0
- B. Mara 1 au 2
- C. Mara 3 hadi 9
- D. Mara 10 au zaidi

50. Katika maisha yako, mara ngapi umewahi kugombana na familia yako au marafiki, kukosa shule, au kupigana, kama matokeo ya kunywa pombe?

- A. Mara 0
- B. Mara 1 au 2
- C. Mara 3 hadi 9
- D. Mara 10 au zaidi

Swali lifuatalo linahusu mara ngapi unaona matangazo ya pombe kwenye video, magazeti, au intaneti na kwenye senema, matamasha ya michezo, au kwenye matamasha ya miziki.

51. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi uliona matangazo ya pombe?

- A. Hakuna
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Karibia kila siku
- E. Kila siku

Maswali 5 yafuatayo yanahusu matumizi ya dawa za kulevya. Hizi zinahusu marijuana (bangi), dawa za usingizi, kokeni, dawa za kuvuta, na dawa nyingine zinazozalishwa kienyeji kama tumbaku au mirungi.

52. Ulikuwa na umri gani mara ya kwanza ulipotumia dawa za kulevya?

- A. Sijawahi kutumia dawa za kulevya
- B. Miaka 7 au pungufu
- C. Miaka 8 au 9
- D. Miaka 10 au 11
- E. Miaka 12 au 13
- F. Miaka 14 au 15
- G. Miaka 16 au 17
- H. Miaka 18 au zaidi

53. Katika maisha yako, mara ngapi umetumia marijuana (au bangi)?

- A. Mara 0
- B. Mara 1 au 2
- C. Mara 3 hadi 9
- D. Mara 10 hadi 19
- E. Mara 20 au zaidi

54. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi umetumia marijuana au bangi?

- A. Mara 0
- B. Mara 1 au 2
- C. Mara 3 hadi 9
- D. Mara 10 hadi 19
- E. Mara 20 au zaidi

55. Katika maisha yako, mara ngapi umetumia dawa za usingizi?

- A. Mara 0
- B. Mara 1 au 2
- C. Mara 3 hadi 9
- D. Mara 10 hadi 19
- E. Mara 20 au zaidi

56. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi umewahi kujipatia dawa muhimu (kama za malaria au antibiotiki) bila cheti cha daktari?

- A. Mara 0
- B. Mara 1 au 2
- C. Mara 3 hadi 9
- D. Mara 10 hadi 19
- E. Mara 20 au zaidi

Maswali 5 yafuatayo yanahusu kujamiiana.

57. Umewahi kujamiiana?

- A. Ndiyo
- B. Hapana

58. Ulikuwa na umri gani ulipojamiiana kwa mara ya kwanza?

- A. Sijawahi kujamiiana
- B. Miaka 11 au pungufu
- C. Miaka 12
- D. Miaka 13
- E. Miaka 14
- F. Miaka 15
- G. Miaka 16 au 17
- H. Miaka 18 au zaidi

59. Katika maisha yako, umejamiiana na watu wangapi?

- A. Sijawahi kujamiiana
- B. Mtu 1
- C. Watu 2
- D. Watu 3
- E. Watu 4
- F. Watu 5
- G. Watu 6 au zaidi

60. Kwa **mara ya mwisho** ulipojamiiana, wewe au mwenzi wako alitumia kondomu au mpira wa kike?

- A. Sijawahi kujamiiana
- B. Ndiyo
- C. Hapana

61. Kwa **mara ya mwisho** ulipojamiiana, wewe au mwenzi wako alitumia njia nyingine ya kuzuia uzazi, kama kumwaga shahawa nje, siku salama, vidonge vya majira, au njia nyingine ya kuzuia mimba?

- A. Sijawahi kujamiiana
- B. Ndiyo
- C. Hapana
- D. Sijui

Swali lifuatalo linahusu Virusi vya UKIMWI au ugonjwa wa UKIMWI.

62. Umewahi kusikia kuhusu Virusi vya UKIMWI au ugonjwa wa UKIMWI?

- A. Ndiyo
- B. Hapana

Maswali 4 yafuatayo yanahusu mazoezi ya viungo. Mazoezi ya viungo ni mazoezi yoyote ambayo huongeza mapigo ya moyo na mara nyingine hukufanya kuhema. Mazoezi ya viungo yanaweza kufanywa kwa michezo, kucheza na marafiki, au kutembea kwenda shuleni. Baadhi ya mifano ya mazoezi ya viungo ni kukimbia, kutembea haraka, kuendesha baiskeli, kucheza dansi, mpira wa miguu, mpira wa mikono, kuruka kamba, na kuogelea.

63. Katika **siku 7** zilizopita, kwa siku ngapi ulifanya mazoezi ya viungo kwa jumla ya angalau dakika 60 kwa siku? **JUMLISHA MUDA WOTE UNAOTUMIA KATIKA MAZOEZI YA VIUNGO YA AINA YOYOTE KWA SIKU.**

- A. Siku 0
- B. Siku 1
- C. Siku 2
- D. Siku 3
- E. Siku 4
- F. Siku 5
- G. Siku 6
- H. Siku 7

64. Katika siku 7 zilizopita, kwa siku ngapi ulitembea au kuendesha baiskeli kwenda au kurudi kutoka shuleni?

- A. Siku 0
- B. Siku 1
- C. Siku 2
- D. Siku 3
- E. Siku 4
- F. Siku 5
- G. Siku 6
- H. Siku 7

65. Katika mwaka huu wa masomo, kwa siku ngapi ulishiriki kipindi cha mazoezi ya viungo **kila wiki?**

- A. Siku 0
- B. Siku 1
- C. Siku 2
- D. Siku 3
- E. Siku 4
- F. Siku 5 au zaidi

66. Katika miezi 12 iliyopita, ulichezea timu ngapi za michezo?

- A. Timu 0
- B. Timu 1
- C. Timu 2
- D. Timu 3 au zaidi

Swali lifuatalo linahusu masaa ya kulala.

67. Usiku wa kawaida kwa siku za masomo, unalala kwa masaa mangapi?

- A. Masaa 4 au pungufu
- B. Masaa 5
- C. Masaa 6
- D. Masaa 7
- E. Masaa 8
- F. Masaa 9
- G. Masaa 10 au zaidi

Swali lifuatalo linahusu muda unaotumia kwa kukaa tu wakati haupo shuleni au hufanyi kazi za nyumbani.

68. Muda gani unatumia katika siku ya **kawaida** kwa kukaa na kuangalia luninga, kucheza michezo ya kompyuta, kuongea na marafiki, au kufanya shughuli nyingine za kukaa , kama vile kucheza karata, kusuka nywele, au kufuma?

- A. Pungufu ya saa 1 kwa siku
- B. Saa 1 hadi 2 kwa siku
- C. Masaa 3 hadi 4 kwa siku
- D. Masaa 5 hadi 6 kwa siku
- E. Masaa 7 hadi 8 kwa siku
- F. Zaidi ya masaa 8 kwa siku

Maswali 6 yafuatayo yanahusu uzoefu wako shuleni na nyumbani.

69. Katika siku 30 zilizopita, kwa siku ngapi ulikosa masomo au shule bila ruhusa?

- A. Siku 0
- B. Siku 1 au 2
- C. Siku 3 hadi 5
- D. Siku 6 hadi 9
- E. Siku 10 au zaidi

70. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi wanafunzi wengi katika shule walionyesha wema na kutoa msaada?

- A. Hakuna
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Mara nyingi sana
- E. Daima

71. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi wazazi au walezi wako walifuatilia kuona kama umefanya kazi zako za nyumbani?

- A. Hakuna
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Mara nyingi sana
- E. Daima

72. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi wazazi au walezi wako waliyaelewa matatizo na masikitiko yako?

- A. Hakuna
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Mara nyingi sana
- E. Daima

73. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi wazazi au walezi wako walifahamu **haswa** nini ulichokuwa unafanya wakati wako wa mapumziko?

- A. Hakuna
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Mara nyingi sana
- E. Daima

74. Katika siku 30 zilizopita, mara ngapi wazazi au walezi wako walichambua/walipekua vitu vyako bila kibali chako?

- A. Hakuna
- B. Mara chache sana
- C. Mara chache
- D. Mara nyingi sana
- E. Daima