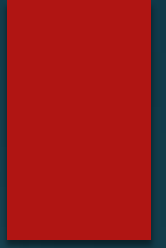


ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΡΥΟΝΕΡΙΟΥ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ



Υλοποίηση δράσης με Έρευνα-Ερωτηματολόγιο

Θέμα έρευνας:

Απόψεις/στάσεις μαθητών για Διατροφή εφήβων

Ταυτότητα έρευνας

Το ερωτηματολόγιο δημιουργήθηκε από τον Διευθυντή του Γυμνασίου Παπουτσάκη Μιχαήλ στο περιβάλλον Google-forms

Οι απαντήσεις ήταν ανώνυμες και η έρευνα πραγματοποιήθηκε στο εργαστήριο πληροφορικής του σχολείου μεταξύ 20/01/24 – 10/02/2024

- Το ερωτηματολόγιο της έρευνας συντάχθηκε στο πλαίσιο προγράμματος αγωγής υγείας που εκπονείται την τρέχουσα σχολική χρονιά, παράλληλα με την Εσωτερική Αξιολόγηση της σχολικής μονάδας με σκοπό να διερευνήσει τις στάσεις και τις απόψεις των μαθητών του σχολείου μας για θέματα διατροφής.
- Η στατιστική ανάλυση που προέκυψε, θα παρουσιαστεί σε εκδήλωση στη σχολική κοινότητα και θα αναρτηθεί στην ιστοσελίδα του σχολείου.

Ερώτηση 1. Τρώς πρωινό;

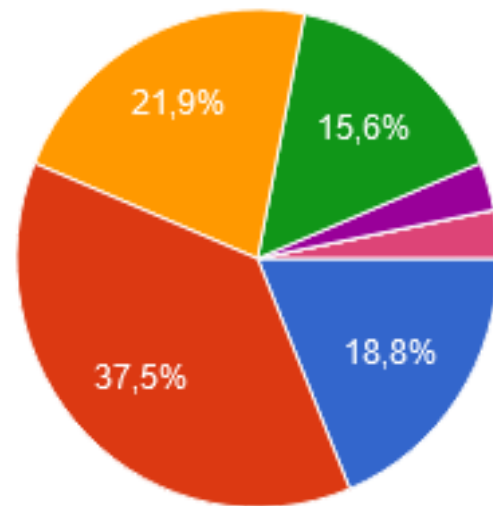
32 απαντήσεις



Περίπου τα μισά παιδιά απάντησαν ότι τρώνε πρωινό στο σπίτι τους και ένα ποσοστό 16% τρώνε σπάνια πρωινό ή ποτέ.

Ερώτηση 2 : Τι προτιμάς για πρωινό;

32 απαντήσεις



- Μόνο κάποιο ρόφημα (π.χ γάλα, τσάι, κακάο)
- Δημητριακά με γάλα ή γιαούρτι
- Τοστ
- Ψωμί με άλειμμα (μαρμελάδα, μέλι, μερέντα κ.λπ)
- Αυγά (αλλαντικά, τυρί κ.λπ.)
- Φρούτα
- ζαμπονοτυρόπιτα, γαλα, τοστ

1^η προτίμηση: Δημητριακά με γάλα

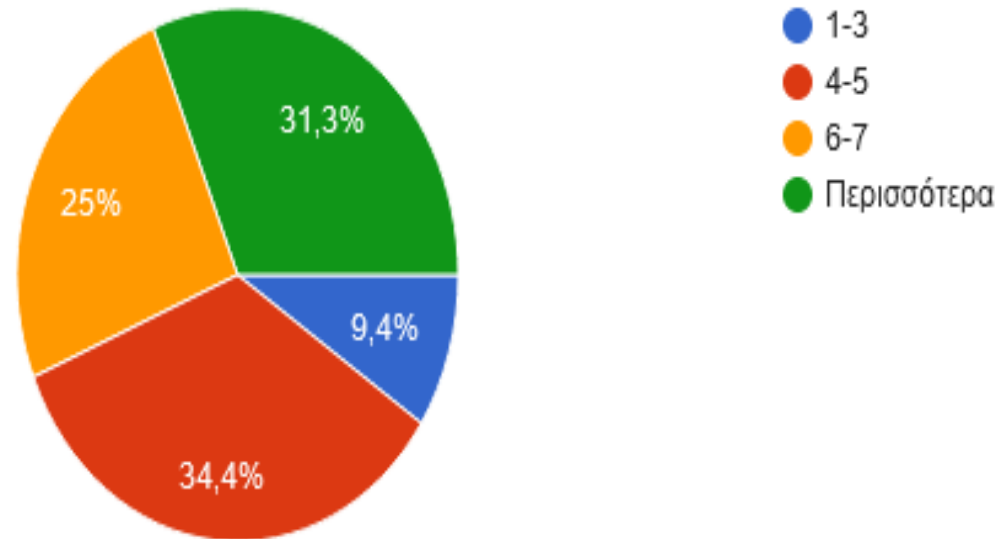
2^η προτίμηση: Τόστ-Σάντουιτς

3^η προτίμηση: μόνο ρόφημα

4^η προτίμηση: ψωμί με μαρμελάδα-μέλι

Ερώτηση 3 : Πόσα ποτήρια νερό πίνεις την ημέρα;

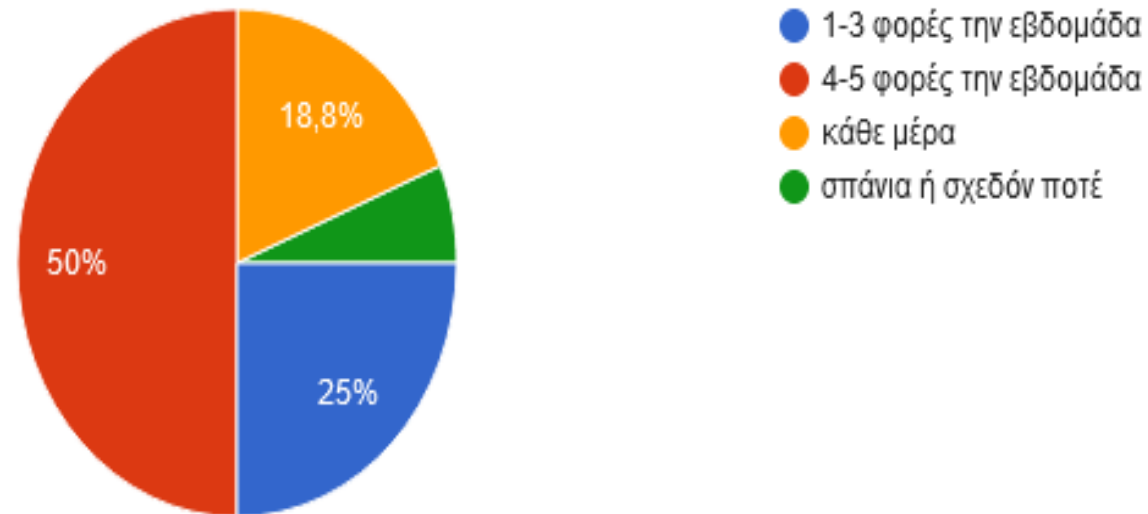
32 απαντήσεις



Η μεγάλη πλειοψηφία των μαθητών 90% πίνει πάνω από 5 ποτήρια νερό την ημέρα

Ερώτηση 4 : Πόσες φορές τρως γλυκά-σοκολάτες κατά τη διάρκεια της εβδομάδας;

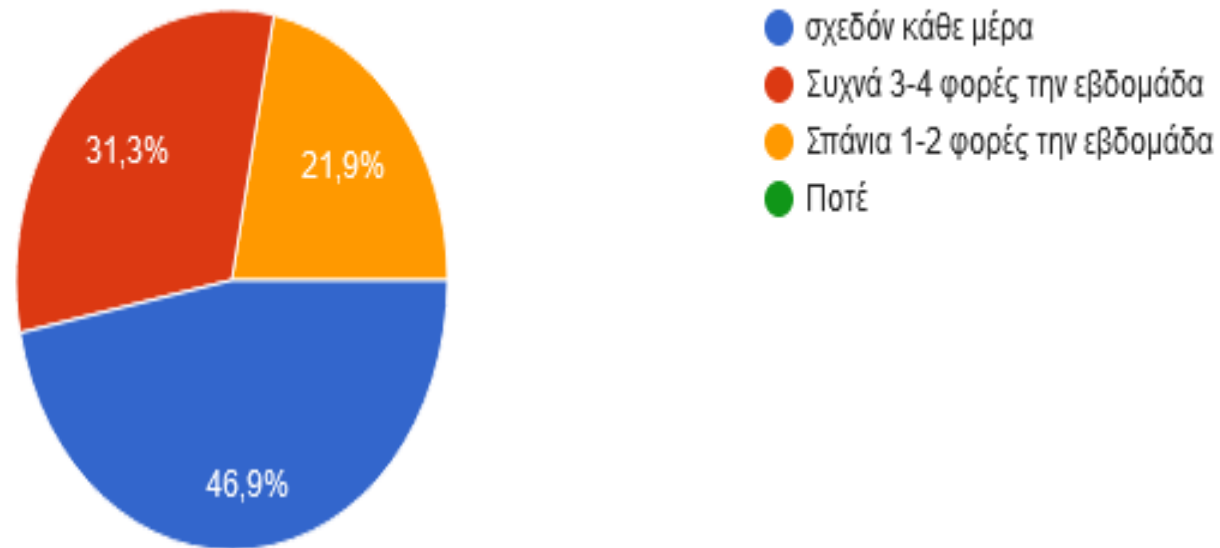
32 απαντήσεις



Τα γλυκά αρέσουν στα παιδιά του Γυμνασίου αφού οι 7 στους 10 τρώνε γλυκό σχεδόν κάθε ημέρα ή 5 φορές την εβδομάδα

Ερώτηση 5 : Πόσες φορές τρως σαλάτα κατά τη διάρκεια της εβδομάδας;

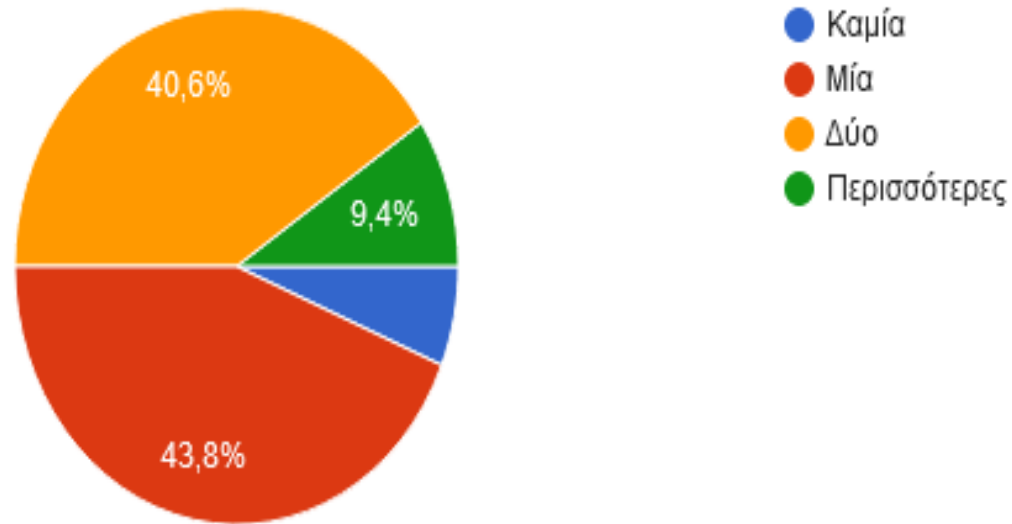
32 απαντήσεις



Περίπου το 80% των μαθητών συνοδεύουν το φαγητό τους με σαλάτα σχεδόν καθημερινά ή πολύ συχνά

Ερώτηση 6: Πόσες φορές την εβδομάδα τρως όσπρια
(φακές,φασόλια,ρεβύθια κ.α);

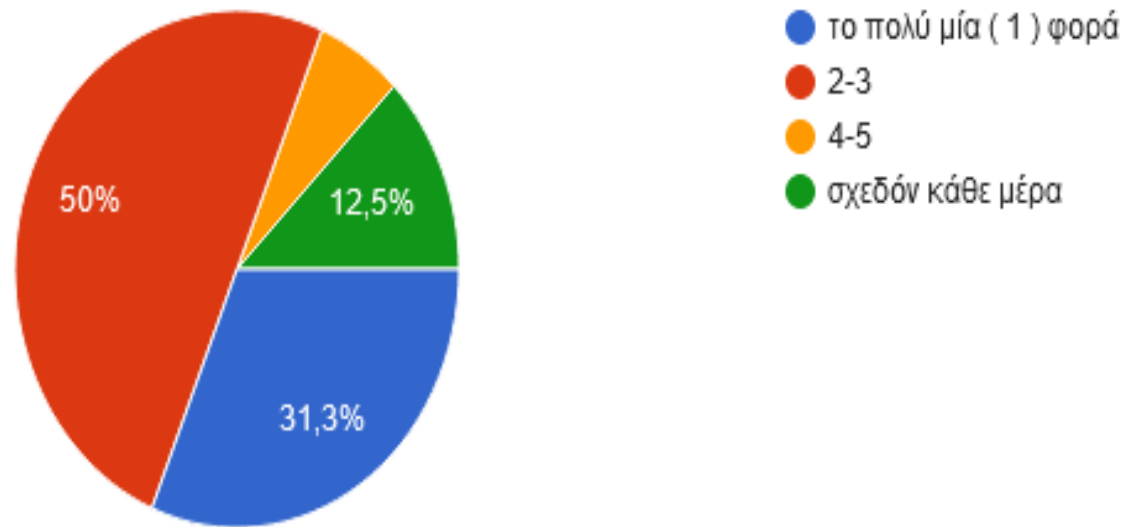
32 απαντήσεις



Πάνω από 80% τρώνε όσπρια τουλάχιστον μία με δύο φορές την εβδομάδα

Ερώτηση 7: Πόσες φορές την εβδομάδα τρως κόκκινο κρέας
(μοσχάρι,χοιρινό,αρνί,κατσίκι);

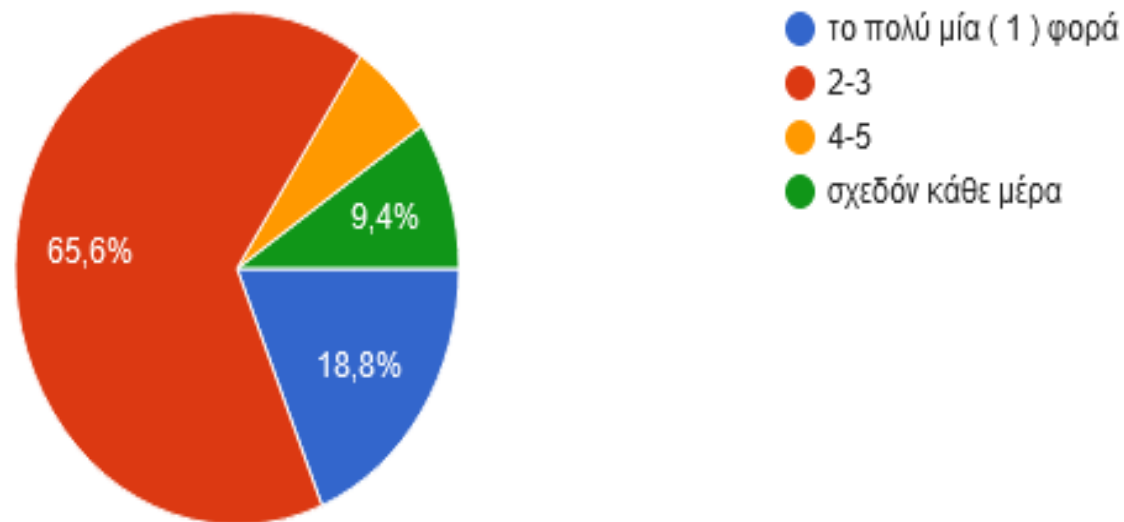
32 απαντήσεις



Οι μισοί μαθητές τρώνε κρέας 2-3 **φορές** την εβδομάδα και ένα σημαντικό ποσοστό 3 στους 10 τρώνε κόκκινο κρέας μόνο μια φορά την εβδομάδα

Ερώτηση 8: Πόσες φορές την εβδομάδα τρως άσπρο κρέας
(κοτόπουλο,γαλοπούλα);

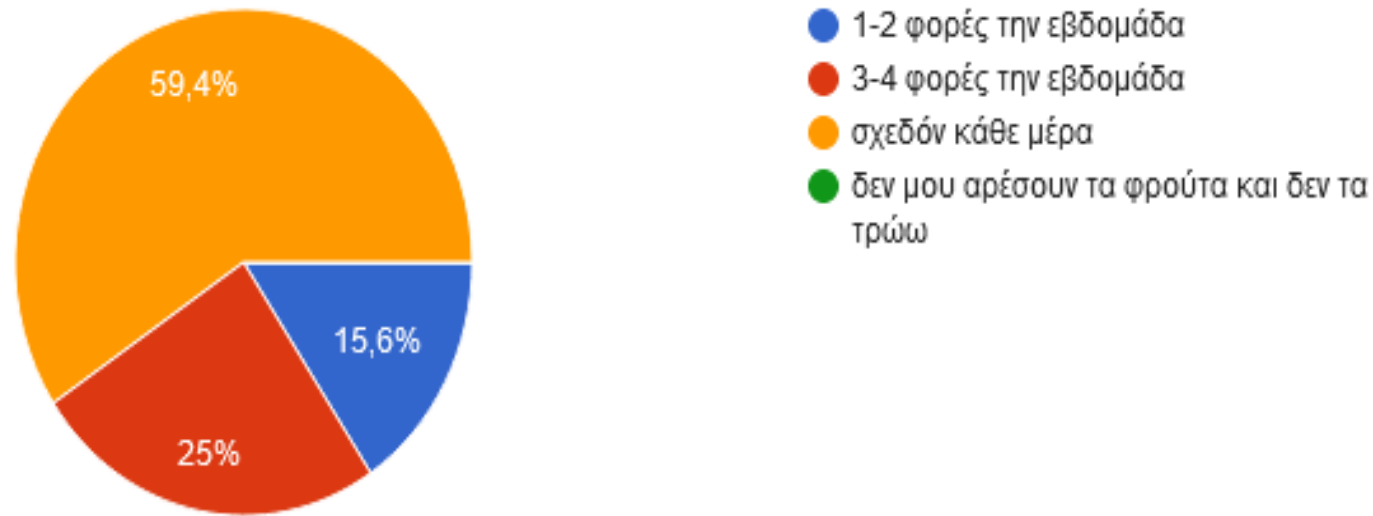
32 απαντήσεις



Το λευκό κρέας είναι πιο αγαπητό αφού περίπου 7 στους 10 τρώνε 2-3 **φορές** την εβδομάδα και ένα σημαντικό ποσοστό 2 στους 10 τρώνε λευκό κρέας μόνο μια φορά την εβδομάδα

Ερώτηση 9: Πόσες φορές πίνεις κάποιο φυσικό χυμό ή τρως σκέτα φρούτα την εβδομάδα;

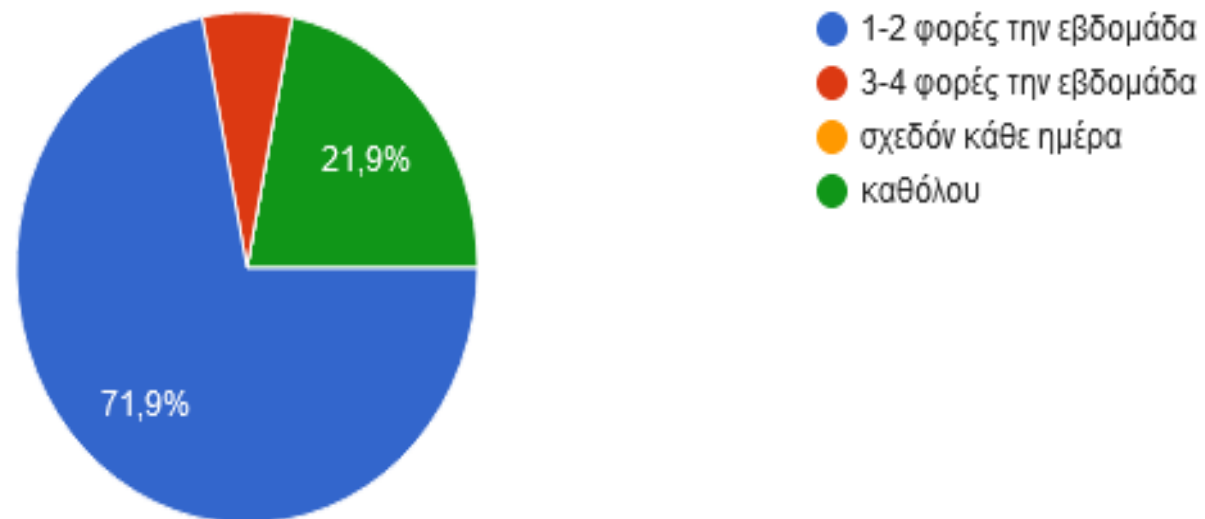
32 απαντήσεις



Η μεγάλη πλειοψηφία των μαθητών 85% τρώνε φρούτα ή πίνουν φυσικό χυμό σχεδόν κάθε ημέρα

Ερώτηση 10: Πόσες φορές την εβδομάδα τρως γρήγορο φαγητό (πίτες σουβλάκια, πίτσες κ.α);

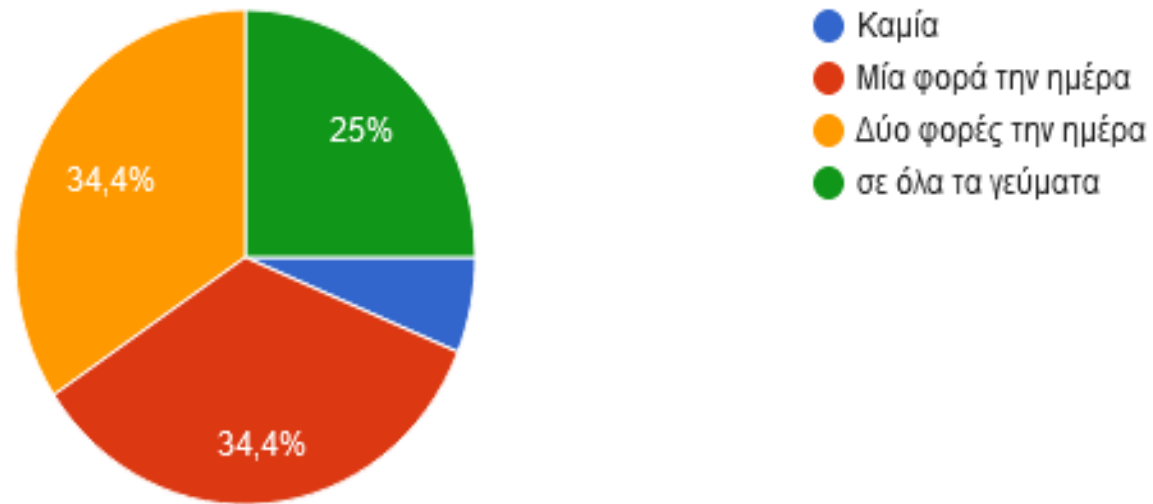
32 απαντήσεις



Πάνω από το 70% των μαθητών τρώνε γρήγορο φαγητό μία με δύο φορές την εβδομάδα

Ερώτηση 11: Πόσες φορές την ημέρα καταναλώνεις γαλακτοκομικά προϊόντα (γάλα, τυρί, γιαούρτι κ.α);

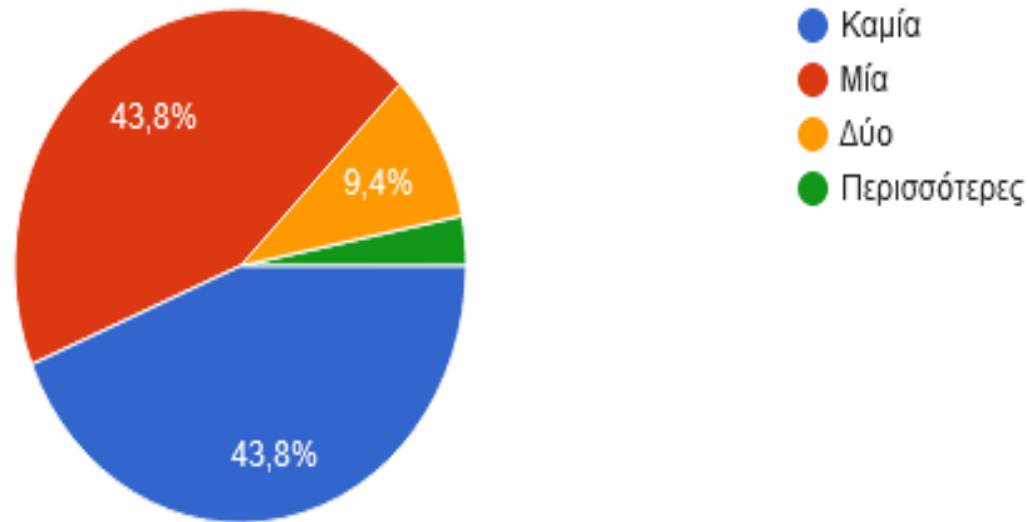
32 απαντήσεις



Μοιρασμένες οι απαντήσεις κ μόνο ένα 5% των μαθητών δεν καταναλώνει γαλακτοκομικά προϊόντα κατά τη διάρκεια της ημέρας

Ερώτηση 12: Πόσες φορές την εβδομάδα καταναλώνεις ψάρι;

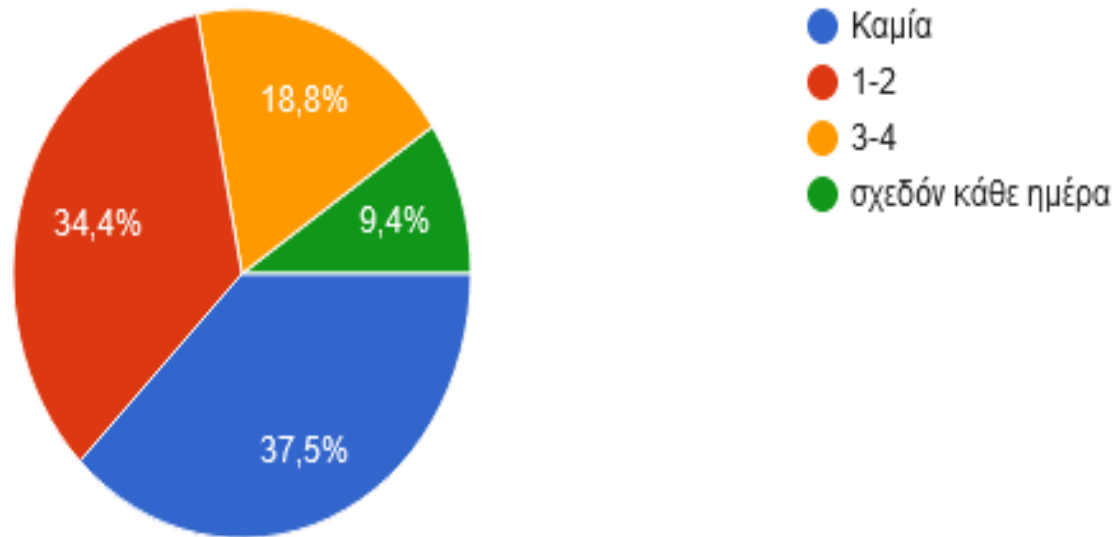
32 απαντήσεις



Περίπου οι 4 στους 10 δεν τρώνε ψάρι μέσα στην εβδομάδα. Ίσως η ορεινή τοποθεσία;;;

Ερώτηση 13: Πόσες φορές την εβδομάδα πίνεις αναψυκτικά;

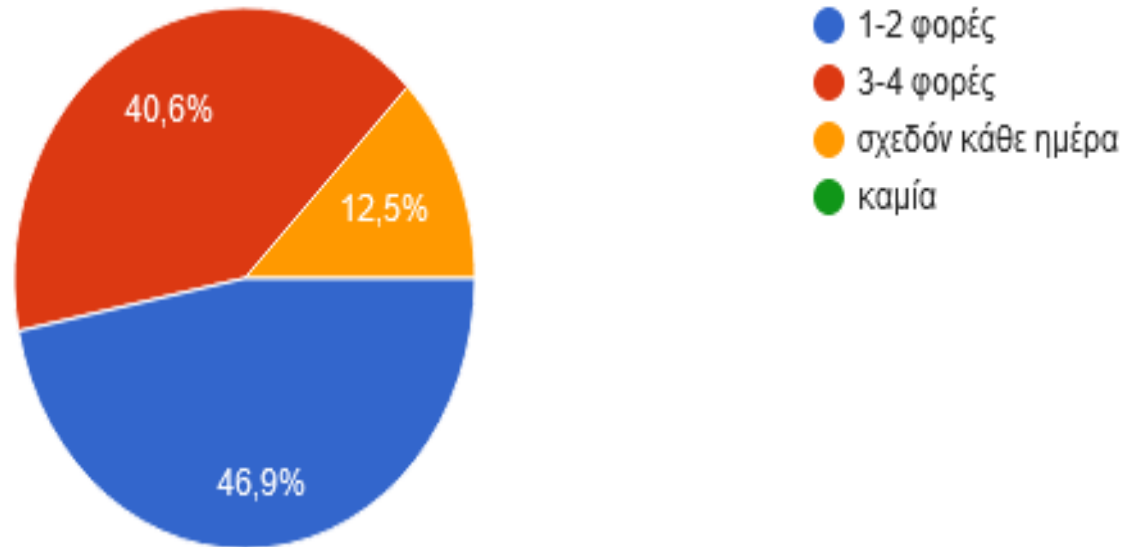
32 απαντήσεις



Οι 4 στους 10 μαθητές δεν πίνουν αναψυκτικά κατά τη διάρκεια της εβδομάδας.

Ερώτηση 14: Πόσες φορές την εβδομάδα τρως ζυμαρικά;;

32 απαντήσεις



Περίπου οι μισοί μαθητές τρώνε ζυμαρικά 1-2 φορές την εβδομάδα και οι άλλοι μισοί τρώνε ζυμαρικά τις μισές ημέρες την εβδομάδα

Σας ευχαριστούμε για την προσοχή!!!

