

Gezondheidsonderzoek groep 7 Vragenlijst leerlingen

Kruis aan wat bij jou past

Ik ben een jongen meisje

Mijn voornaam is: _____

Mijn achternaam is: _____

Ik ben geboren op: _____

De naam van mijn school is: _____

A Vragen over je gezondheid en je lichaam

1 Kan je goed zien?

- ja
- ja, met bril of lenzen
- nee

2 Kan je goed horen?

- ja
- nee

3 Wat vind je van je lengte?

Ik vind mezelf:

- te klein
- te groot
- prima

4 Wat vind je van je gewicht?

Ik vind mezelf:

- te dun
- te dik
- prima

5 Heb je gezondheidsklachten?

- nee
- ja, ik heb vaak last van:
 - hoofdpijn
 - buikpijn
 - pijn in mijn rug
 - andere klachten, namelijk

6 Plas jij wel eens in bed?

- nee
- ja ongeveer _____ keer per week (aantal invullen)

Ga verder op de
achterzijde



B Vragen over eten, slapen en lichamelijke verzorging

1 Ontbijt je voor je naar school gaat?

- iedere dag
- soms wel, soms niet
- bijna nooit

2 Hoe vaak eet je fruit?

- iedere dag
- een paar keer per week
- bijna nooit

3 Hoe vaak eet je groente?

- iedere dag
- een paar keer per week
- bijna nooit

4 Hoe vaak poets je je tanden?

- 1 keer per dag
- 2 keer per dag (of meer)
- niet elke dag

5 Hoe laat ga je door de week naar bed?

Om _____ uur.

6 Val je snel in slaap?

- meestal wel
- soms wel, soms niet
- meestal niet

7 Heb je nare of enge dromen?

- nooit
- af en toe
- vaak

8 Denk je aan vervelende dingen als je in bed ligt?

- nooit
- af en toe
- vaak

De vragen 9 en 10 hoeven **alleen meisjes** te beantwoorden!

9 Weet je wat ongesteld zijn is?

- ja, dat weet ik
- ja, dat weet ik ongeveer
- nee

10 Ben je al eens ongesteld geweest?

- ja
- nee

De vragen 11 en 12 hoeven **alleen jongens** te beantwoorden!

11 Kun je je velletje (voorhuid) goed naar achteren schuiven om je piemel schoon te maken?

- ja
- nee, het velletje is te strak
- nee, ik heb geen velletje meer / ik ben besneden

12 Maak je je piemel schoon als je onder de douche of in bad gaat?

- elke keer
- af en toe
- nooit

C Vragen over school

1 Ga je graag naar school?

- meestal wel
- soms wel, soms niet
- bijna nooit

3 Word je gepest?

- nooit
- af en toe
- vaak

2 Heb je vrienden op school?

- veel
- een paar
- geen

4 Pest je andere kinderen?

- nooit
- af en toe
- vaak

D Vragen over je vrije tijd en hobby's

1 Doe je aan sport?

- ja, ik zit op _____

- nee

2 Wat doe je in je vrije tijd?

3 Hoe lang zit je (buiten schooltijd) achter de computer of laptop?
Reken ook de tablet, smartphone en spelcomputer mee.

- minder dan 1 uur per dag
- 1 tot 2 uur per dag
- 2 tot 3 uur per dag
- meer dan 3 uur per dag

4 Heb je een zwemdiploma?

- ja
- nee

5 Speel je na schooltijd met andere kinderen?

- ja
- nee

Ga verder op de
achterzijde 

E Vragen over jezelf

1 Ben je verdrietig?

- nooit
- af en toe
- vaak

3 Ben je bang?

- nooit
- af en toe
- vaak

2 Voel je je eenzaam?

- nooit
- af en toe
- vaak

4 Vind je het gezellig thuis?

- nooit
- af en toe
- altijd

5 Zit iemand wel eens aan jouw lichaam op een manier die je niet prettig vindt?

- nee
- ja, wie doet dat dan? _____

Wat doet die persoon dan?

En wat doe jij dan?

6 Is er iets wat je dwars zit of waar je veel over nadent?

- nee
- ja, namelijk _____

Ik praat hierover met:

- mijn ouders
- de juf/meester
- klasgenoot/vriend
- iemand anders, namelijk: _____

ik praat er met niemand over

7 Zijn er nog dingen die jij met de jeugdverpleegkundige zou willen bespreken?

- nee
- ja, ik wil graag praten over:

Je kunt alles over je lichaam en je gevoelens bespreken met de jeugdverpleegkundige. Zij heeft een beroepsgeheim.!