

ارزیابی فعالیت های اوقات فراغت

همراه گرامی

از اینکه نظرات خود را با ما در میان میگذارید، سپاسگزاریم

• لطفا میزان فعالیت های زیر را در اوقات فراغت خود مشخص کنید. تماشای تلویزیون:

○ مطمئن نیستم

○ هرگز

○ بسیار کم

○ گاهی اوقات

○ غالبا

• بازی های بزرگسال:

○ مطمئن نیستم

○ هرگز

○ بسیار کم

○ گاهی اوقات

○ غالبا

• پیاده روی برای لذت بردن:

○ مطمئن نیستم

○ هرگز

○ بسیار کم

○ گاهی اوقات

○ غالبا

• خواندن کتاب:

○ مطمئن نیستم

○ هرگز

○ بسیار کم

○ گاهی اوقات

○ غالبا

• انجام ورزش های تیمی (به عنوان مثال، فوتبال، بسکتبال، و غیره):

○ مطمئن نیستم

○ هرگز

○ بسیار کم

○ گاهی اوقات

○ غالبا

• گردش و تفریح با خانواده:

○ مطمئن نیستم

- هرگز
- بسیار کم
- گاهی اوقات
- غالبا

• انجام ورزش های فردی (به عنوان مثال، تنیس، پینگ پنگ و غیره):

- مطمئن نیستم
- هرگز
- بسیار کم
- گاهی اوقات
- غالبا

• رفتن به سینما و تئاتر:

- مطمئن نیستم
- هرگز
- بسیار کم
- گاهی اوقات
- غالبا

• بازدید از گالری های هنری و موزه ها:

- مطمئن نیستم
- هرگز
- بسیار کم
- گاهی اوقات
- غالبا

• گوش دادن به موسیقی:

- مطمئن نیستم
- هرگز
- بسیار کم
- گاهی اوقات
- غالبا

• جمع آوری یا ساخت اشیاء:

- مطمئن نیستم
- هرگز
- بسیار کم
- گاهی اوقات
- غالبا

• تماشای مسابقات ورزشی:

- مطمئن نیستم
- هرگز

- بسیار کم
- گاهی اوقات
- غالبا
- وب گردی و شبکه های اجتماعی:
 - مطمئن نیستم
 - هرگز
 - بسیار کم
 - گاهی اوقات
 - غالبا
- کار با کامپیوتر:
 - مطمئن نیستم
 - هرگز
 - بسیار کم
 - گاهی اوقات
 - غالبا

مشاهده پرسشنامه آنلاین فرم [ارزیابی فعالیت های اوقات فراغت](#) در سامانه نظرسنجی یوچک