

Hvilket trinn går du på?

5.trinn

9.trinn

10.trinn

Kjønn?

Gutt

Jente

Hjemme har vi bokhyller med ca. ...

Ingen eller svært få bøker (0-10 bøker)

Nok til å fylle en rad i bokhyllen (11-25 bøker)

Nok til å fylle en bokhylle (26-100 bøker)

Nok til å fylle to bokhyller (101 -200 bøker)

Nok til å fylle tre bokhyller (flere enn 200 bøker)

Only 10th grade: Når jeg blir voksen tror jeg at jeg vil...

...gå på høyskole eller universitet i 3 år eller mer

...ta en kort utdanning etter videregående skole på 1-2 år

...kun ta videregående skole

...regner ikke med å fullføre videregående

Bruker du medisiner hver dag?

Nei

Ja

Har du operert øyet/øynene dine?

Nei

Ja

Har du brukt lapp foran øyet?

Nei

Ja

Tenk at du sitter bakerst i klasserommet. Er det vanskelig å se det som står på tavla/smartboardet?

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Tenk at du leser en bok. Er det vanskelig å se hva som står i boka?

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Blir du sliten i øynene når du leser?

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Har du problemer med å huske hva du har lest?

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Får du vondt i hodet når du leser?

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Blir du sliten i øynene av å bruke læringsbrett/nettbrett (f.eks. iPad eller Surface?)

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Hvordan kommer du deg VANLIGVIS til skolen?

Bil

Tog/buss

Går/sykler

Hva gjør du oftest i friminuttene på skolen?

Holder på med ting på nært, f.eks. pc, bøker, spiller/surfer på mobiltelefon/nettbrett

Slapper av innendørs

Er i fysisk aktivitet innendørs

Slapper av utendørs

Er i fysisk aktivitet utendørs

Hvor lenge gjør du disse aktivitetene per dag?

Leser bøker, blader, eller annet lesestoff på papir?

A1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

A2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Bruker datamaskin (bærbar eller stasjonær) enten hjemme eller på skolen?

B1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

B2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Bruker nettbrett/iPad for avslapning?

C1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

C2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Bruker læringsbrett/nettbrett for skolearbeid enten hjemme eller på skolen?

D1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

D2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Spiller/surfer på mobil eller spiller på Nintendo DS/GameBoy?

E1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

E2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Leser lengre tekster på mobil (blogger, aviser, e-bøker)?

F1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

F2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Sport/trening INNE på vinterstid (styrketrening, ballspill, svømming, turn, dans, kampsport eller liknende innendørs)

G1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

G2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Avslapning UTE på vinterstid (grille, bare være i hagen eller på terrassen)

H1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

H2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Aktivitet UTE på vinterstid (gå til/fra skolen, gå tur, leke i nabolaget, gå i skogen/fjellet eller liknende)

I1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

I2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Sport/trening UTE på vinterstid (sykle, gå på ski, alpint, fjellklatring, løping, orientering, fotball eller liknende).

J1 Til sammen på en vanlig hverdag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

J2 Til sammen på en vanlig fridag

Ikke i det hele tatt

Mindre enn 1 time

1 til 2 timer

3 eller flere timer

Har du noen ganger plager i nakken?

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Har du noen ganger plager i skulder?

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Har du noen ganger plager i korsryggen?

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Har du noen ganger plager i arm/håndledd/hånd?

Nei, aldri

Sjelden

Av og til

Ja, ofte

Ja, hele tiden

Opplever du gjenskin/blending i skjermen når du arbeider/leser på læringsbrett/nettbrett?

Alltid

Ofte

Av og til

Sjelden

Aldri

Jeg bruker ikke IPad/nettbrett