

Анкета для родителей **«Здоровый образ жизни в вашей семье»**

Уважаемые родители!

Мы обращаемся к Вам с просьбой оказать нам содействие в исследовании влияния образа жизни детей в семье на представления ребенка о здоровье. Для этого Вам нужно заполнить анонимную анкету, которая лично для Вас не несет никаких негативных последствий. Последовательно, объективно отвечая на вопросы, выбирая, на Ваш взгляд, правильные ответы или записывая свое мнение, Вы без труда справитесь с этой работой. Надеемся на сотрудничество!

Прочитав внимательно вопрос, ознакомьтесь с вариантами ответов на него. Ответ, наиболее точно отображающий Ваше мнение, подчеркните или напишите свой вариант.

1. Утро в вашей семье всегда начинается с зарядки?

ДА НЕТ

2. Проводятся ли в вашей семье закаливающие процедуры?

ДА НЕТ какие: _____

3. Занимается ли ребенок в спортивной секции?

ДА НЕТ какой: _____

4. Вашей семье сложно придерживаться здорового питания? Вы любите себя побаловать чипсами и т.п.?

ДА НЕТ _____

5. В выходные Вы всегда находите время для прогулок с ребенком по парку, на детской площадке или загородом?

ДА НЕТ _____

6. В детский сад и обратно Вы ходите с ребенком пешком, чтобы подышать воздухом?

ДА НЕТ _____

7. Перед сном Ваш ребенок чистит зубки?

ДА НЕТ _____

8. Ваш ребенок ложиться спать в одно и то же время?

21:00 21:30 22:00 22:30 23:00 как получится

9. На что, по Вашему мнению, должны обратить особое внимание воспитатели, сотрудники детского сада, заботясь о здоровье и физическом воспитании ребенка?

10. Какие меры Вы предпринимаете с целью укрепления здоровья Вашего ребенка?

- Посещение врачей
- Занятия физическими упражнениями
- Закаливание
- Дыхательная гимнастика
- Массаж
- Прогулки на свежем воздухе
- Правильное питание
- Другое _____

11. Что для Вас является основным источником получения информации о возможностях физического развития и оздоровления ребенка?

В детском саду:

- Педагоги
- Медицинские работники
- Родители других детей
- Наглядно-текстовая информация
- Другое _____

Вне детского сада:

- Средства массовой информации
- Интернет
- Собственный жизненный опыт
- Советы родителей, друзей, знакомых
- Консультации специалистов в области медицины
- Другое _____

12. В какой информации в данной области Вы нуждаетесь?

- Профилактика простудных заболеваний
- Организация рационального питания
- Двигательный режим ребенка дошкольного возраста
- Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у детей
- Закаливание ребенка дошкольного возраста
- Режим дня дошкольника
- Физическая и психологическая готовность к школе
- Другое _____

Спасибо за участие в опросе.

Аналитическая справка по результатам анкетирования родителей «Здоровый образ жизни в вашей семье»

Цель: выявить значимость и важность здорового образа жизни в семьях воспитанников ДООУ; оказать родителям информационную поддержку по вопросам воспитания здорового образа жизни.

Срок: с 20 по 24 ноября 2020 г.

Охват родителей: во всей группы

По первому вопросу ____% родителей ответили, что утро в их семье начинается с зарядки. Соответственно ____% семей не делает по утрам зарядку.

По второму вопросу ____% родителей ответили, что в семьях проводятся закаливающие процедуры; ____% родителей ответили, что не проводят закаливающие процедуры.

____% воспитанников ДООУ занимается в спортивной секции (футбол, художественная и спортивная гимнастика, плавание, дзюдо, танцы); ____% детей никаких спортивных секций не посещают.

По четвертому вопросу ____% опрошенных семей сложно придерживаться здорового питания (любят себя побаловать чипсами и т.п.); ____% родителей стараются придерживаться здорового питания.

В выходные ____% семей всегда находят время для прогулок с ребенком по парку, на детской площадке или загородом; ____% семей ведут более пассивный образ жизни.

____% опрошенных родителей в детский сад и обратно ходят с ребенком пешком, чтобы подышать воздухом; ____% родителей предпочитают транспорт.

Чистит зубки перед сном ____% детей; ____% детей чистят зубы только утром.

На восьмой вопрос о том, во сколько ребенок ложиться спать – ____% родителей ответили – в 21:00; ____% - в 21:30; ____% - в 22:00; ____% - в 22:30; ____% - 23:00; ____% детей ложатся спать - как получится.

По мнению родителей воспитатели, сотрудники детского сада, заботясь о здоровье и физическом воспитании ребенка, должны обратить особое внимание на: безопасность жизни и здоровья ребенка, на правильное питание, профилактику простудных заболеваний, индивидуальный подход к ребенку, закаливание, прогулки на свежем воздухе, утреннюю гимнастику, беседы по формированию ЗОЖ, осанку детей, профилактику плоскостопия, соблюдение режима дня, опрятность ребенка, соблюдение КГН.

Меры, предпринимаемые родителями с целью укрепления здоровья ребенка следующие: посещение врачей – ____% семей; занятия физическими упражнениями – ____%; закаливание – ____%; дыхательная гимнастика – ____%; массаж – ____%; прогулки на свежем воздухе – ____%; правильное питание – ____%; другое – ____% (соляные пещеры, прием витаминов)

Основным источником при получении информации о возможностях физического развития и оздоровления ребенка для родителей являются:

В детском саду: педагоги – ____%; медицинские работники – ____%; родители других детей – ____%; наглядно-текстовая информация – ____%.

Вне детского сада: средства массовой информации – ____%; интернет – ____%; собственный жизненный опыт – ____%; советы родителей, друзей, знакомых – ____% 4%; консультации специалистов в области медицины – ____%.

В ответе на двенадцатый вопрос ____% родителей нуждаются в информации о профилактике простудных заболеваний; ____% - о организации рационального питания; ____% - о двигательном режиме ребенка дошкольного возраста; ____% - о профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей; ____% - о закаливании ребенка дошкольного возраста; ____% - о режиме дня дошкольника; ____% - о физической и психологической готовности ребенка к школе.

Выводы: по ответам родителей можно судить о том, что они в своем большинстве не делают со своими детьми по утрам зарядку, не проводят в семье закаливающих процедур, предпочитают транспорт по дороге в сад и из него.

Большинство детей никаких спортивных секций не посещают, но, несмотря на это, большинство родителей стараются придерживаться здорового питания и в выходные находят время для прогулок с ребенком на свежем воздухе, стараются укладывать детей спать в одно и то же время.

В основном, по мнению родителей, сотрудники детского сада, заботясь о здоровье и физическом воспитании ребенка, должны обратить особое внимание на безопасность жизни и здоровья ребенка. Более частыми мерами, предпринимаемыми родителями с целью укрепления здоровья ребенка, были выявлены прогулки на свежем воздухе и правильное питание.

Было выявлено, что для родителей основным источником при получении информации о возможностях физического развития и оздоровления ребенка в своем большинстве являются педагоги и родители других детей (в детском саду); интернет и собственный жизненный опыт (вне детского сада).

Спектр информации, в которой нуждаются родители, достаточно широк: в основном это профилактика простудных заболеваний; закаливание ребенка дошкольного возраста; профилактика нарушений осанки и плоскостопия у детей.