**Анкета для родителей «Здоровый образ жизни в моей семье».**

Уважаемые родители! В рамках проводимой «Недели здоровья» в ДОУ с 17.01.2022 г. по 24.01.2022 г., приглашаем Вас принять участие в нашем опросе.

**1. «Здоровый образ жизни» – как Вы это понимаете?**

󠄃 Правильное питание

󠄃 Соблюдение режима дня

󠄃 Благоприятные условия окружающей среды

󠄃 Гармоничные отношения в семье

󠄃 Занятия физической культурой

󠄃 Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2. Какие факторы, с Вашей точки зрения, в большей степени влияют на состояние здоровья вашего ребенка?**

󠄃 Экологические загрязнения

󠄃 Наследственные заболевания

󠄃 Недостаточный уровень двигательной активности

󠄃 Неправильное питание

󠄃 Вредные привычки

󠄃 Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**3. Оцените состояние здоровья вашего ребенка?**

󠄃 Хорошее 󠄃󠄃 Плохое 󠄃 󠄃 󠄃 󠄃󠄃 Затрудняюсь ответить

**4. Часто ли болел Ваш ребенок в течение года?**

󠄃 Да , (\_\_\_\_\_\_\_) сколько раз в год?

󠄃 Нет

В чем Вы видите причины заболеваний? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**5. Как вы проводите выходные с ребенком?**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

󠄃 Соблюдение режима

󠄃 Рациональное питание

󠄃 Полноценный сон

󠄃 Достаточное пребывание на свежем воздухе

󠄃 Здоровая гигиеническая среда

󠄃 Благоприятная психологическая атмосфера

󠄃 Закаливающие мероприятия

󠄃 Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**7. Установлен ли для Вашего ребенка дома режим дня?**

󠄃 Да 󠄃󠄃 Нет

Если «Да», укажите время основных его компонентов

Будние дни Выходные дни

• Прием пищи

• Ночной сон

• Дневной сон

• Прогулка

**8. Укажите виды деятельности Вашего ребенка дома (Будние дни, (вечер), выходные дни)**

󠄃 Занятия рисованием, лепкой, конструированием

󠄃 Подвижные игры

󠄃 Пешие прогулки вместе с родителями

󠄃 Прослушивание рассказов, сказок

󠄃 Просмотр детских телевизионных передач

󠄃 Занятия физическими упражнениями

󠄃 Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**9. 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 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**10. Как часто Вы уделяете внимание укреплению здоровья своего ребенка?**

󠄃 Регулярно󠄃󠄃 От случая к случаю

󠄃 Не уделяю󠄃 󠄃 Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**11. Есть ли причины, мешающие уделять внимание здоровью ребенка? Если есть, то какие?**

󠄃 Отсутствие специальных знаний и умений

󠄃 Дефицит времени вследствие высокой профессиональной занятости

󠄃 Причины в собственной инертности

󠄃 Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**12. 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 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**13. 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 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**14. Какие формы и виды физической активности используете Вы лично?**

󠄃 Утренняя зарядка

󠄃 Закаливающие процедуры (водные, сауна и др.)

󠄃 Занятия в оздоровительных группах (лечебная физкультура, бассейн и др.)

󠄃 Пешие прогулки

󠄃 Занятия спортом

󠄃 Туризм

󠄃 Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**15. Как часто Вы занимаетесь физкультурой?**

󠄃 Регулярно        󠄃󠄃 От случая к случаю       󠄃󠄃 Не занимаюсь

󠄃 Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**16.** Продолжите следующее утверждение: «Я считаю, что моя семья соблюдает здоровый образ жизни на \_\_\_\_\_\_%, потому что  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**17. Возраст :** Ваш \_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Вашего ребенка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**18. Образование :  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **19. Количество детей в семье**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Спасибо за сотрудничество!**