Анкета **«Основы здоровьесбережения ребёнка»**

Уважаемые родители!

 Ваше активное участие в анкетировании позволит нам оптимизировать учебно-воспитательный процесс и эффективно проводить работу по оздоровлению Вашего ребёнка, учитывая его индивидуальные особенности.

Пожалуйста, в каждом вопросе выберите и подчеркните нужный вариант ответа.

1.Фамилия, имя ребёнка, дата рождения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.Дорога до детского сада:

* пешком (сколько времени)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* на транспорте (сколько времени)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Гуляет ли Ваш ребёнок в выходные дни:

* нет
* да – 1 раз в день, 2 раза в день.

4. Режим сна:

* ребёнок вечером ложится спать в рабочие дни в\_\_\_\_\_\_ ч,

поднимается в \_\_\_\_ч;

* в выходные дни ложится спать в \_\_\_\_\_ ч, поднимается в \_\_\_\_\_\_ ч.

 5. Спит ли ребёнок днём в выходные дни:

* да (указать продолжительность сна);
* нет.

 6. Делает ли ребёнок дома утреннюю гимнастику?

* нет;
* иногда;
* только в выходные дни;
* да, всегда.

7. Сколько времени в день ребёнок:

* смотрит телевизор в рабочие дни \_\_\_\_\_ч;
* в выходные дни \_\_\_\_\_ ч;
* проводит у компьютера в рабочие дни \_\_\_\_\_ ч;
* в выходные дни \_\_\_\_\_ ч.

8. Где ребёнок был летом?

* дома;
* за городом;
* на море;
* другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Знаете ли вы меню детского сада?

* да, всегда;
* иногда;
* не интересуюсь.

10.Какие продукты питания не ест Ваш ребёнок?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

11.Как часто ребёнок употребляет следующие продукты питания (нужное отметить):

* консервы (исключая консервы для детского питания);
* грибы;
* чипсы, сухарики;
* газированные напитки;
* импортные сладости (сникерсы, сладкие плитки, сосательные конфеты)

Отметить для каждого из пунктов:

А – часто (ежедневно или несколько раз в неделю);

Б – иногда (1 раз в неделю);

В – редко (1-2 раза в неделю)

12. Стараетесь ли Вы в выходные дни соблюдать режим питания, к которому ребёнок привык в детском саду?

* да, всегда;
* иногда;
* нет.

13. Ваша оценка состояния здоровья ребёнка:

* хорошее;
* удовлетворительное;
* плохое (указать причину) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

14. Какие профилактические мероприятия Вы проводите с ребёнком дома в связи с эпидемией ОРЗ, гриппа? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

15.Какими средствами народной медицины Вы пользуетесь во время болезни ребёнка? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

16. Какие, на Ваш взгляд, оздоровительные мероприятия наиболее эффективны в детском саду? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата заполнения анкеты:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Благодарим Вас за участие в опросе и искренние ответы.**

МБДОУ детский сад комбинированного вида № 62 «Огонек»

Результаты анкетирования родителей (законных представителей)

«Основы здоровьесбережения ребенка»

 В анкетировании приняли участие 110 родителей всех возрастных групп. Ответы родителей позволили оптимизировать учебно-воспитательный процесс и эффективно проводить работу по оздоровлению детей, учитывая их индивидуальные особенности.

|  |
| --- |
| 1.Дорога до сада  |
| * пешком
 | 70% (10-20 минут) |
| * на транспорте
 | 30% (10-20 минут) |
| 2. Гуляет ли Ваш ребёнок в выходные дни |
| * нет
 | 0% |
| * да
 | 1 раз в день - 10% , 2 раза в день - 90% |
| 3.Режим сна соблюдается |
| * в рабочие дни
 | да – 75%, нет – 25% |
| * в выходные дни
 | да – 30%, нет – 70% |
| 4.Спит ли ребенок днем в выходные дни |
| * да
 | 25% |
| * нет
 | 75% |
| 5. Делает ли ребенок дома утреннюю гимнастику? |
| * нет
 | 70% |
| * иногда
 | 20% |
| * только в выходные дни
 | 5% |
| * да, всегда
 | 5% |
| 6. Сколько времени в день ребенок проводит  |
| * у телевизора
 | от 30 минут до 3 часов |
| * у компьютера
 | от 30 минут до 3 часов |
| 7. Где ребенок был летом |
| * дома
 | 20% |
| * за городом
 | 40% |
| * на море
 | 30% |
| * другое
 | 10% |
| 8. Знаете ли меню детского сада? |
| * да, всегда
 | 90% |
| * иногда
 | 10% |
| * не интересуюсь
 | 0% |
| 9. Как часто ребенок употребляет «вредные» продукты питания? |
| * часто
 | 10% |
| * иногда
 | 50% |
| * редко
 | 40% |
| 10. Соблюдаете ли Вы в выходные дни режим питания, к которому привык ребенок в детском саду? |
| * да, всегда
 | 75% |
| * иногда
 | 25% |
| * нет
 | 0% |
| 11. Ваша оценка состояния ребенка? |
| * хорошее
 | 85% |
| * удовлетворительное
 | 15% |
| * плохое
 | 0% |

 Согласно опросу большинство детей добирается до детского сада пешком, тратя на дорогу от 10 до 30 минут. Родители следят за здоровьем своих детей, проводя отпуск за городом, на природе, на даче, на море. Знакомясь с ежедневным меню, стараются не давать малышам «вредные» продукты в виде чипсов, сухариков, газированных напитков и т.д.

 В выходные дни родители стараются соблюдать привычный для дошкольников как режим дня, так и режим питания, однако, не всегда это удается в полной мере: дети много времени проводят за телевизором и компьютером, пропускают дневной сон и прогулку.

 Родители поделились информацией о профилактических мероприятиях, проводимых с ребенком дома в связи с эпидемией ОРЗ, гриппа, со средствами народной медицины, используемыми во время болезни ребенка. Указали оздоровительные мероприятия, которые дошкольное учреждение, на их взгляд, должны проводить для оздоровления воспитанников.