

Анкеты по ЗОЖ для родителей.

Уважаемые родители!

Приглашаем Вас принять участие в опросе. Ваши ответы помогут сделать физкультурно-оздоровительную работу нашего детского сада более эффективной и организовать встречи со специалистами на основании Ваших запросов.

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 города
- 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 , (_____) раз?
- 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?

- Регулярно
- От случая к случаю
- Не уделяю
- 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. 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 _____

13. 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 _____

14. Как часто Вы занимаетесь физкультурой?

- Регулярно
- От случая к случаю
- Не занимаюсь
- Другое _____

15. Продолжите следующее утверждение: «Я считаю, что моя семья соблюдает здоровый образ жизни на _____%, потому что

16. Возраст: - Ваш _____ - Вашего ребенка _____

17. Образование: - Высшее _____ - Среднее _____

18. Состав семьи _____

19. Количество детей _____

Спасибо за сотрудничество!

Анкета для родителей «Физическое воспитание детей и приобщение их к здоровому образу жизни»

1. ФИО ребенка, количество детей семье _____

2. Укажите группу здоровья Вашего ребенка:

первая, вторая, третья, четвертая, не знаю (нужное подчеркнуть).

3. Каково физическое развитие Вашего ребенка?

Нормальное физическое развитие, дефицит массы тела, избыток массы тела, низкий рост (нужное подчеркнуть).

4. Каково состояние опорно-двигательного аппарата Вашего ребенка?

Нормальная осанка, нормальная стопа, в осанке незначительное отклонение от нормы, значительные нарушения осанки, плоскостопие (нужное подчеркнуть).

5. Есть ли у вашего ребенка хронические заболевания? Если да, то какие?

—

6. Как много ваш ребенок проводит времени на улице в выходной день?

—

7. Интересуется ли Ваш ребенок спортивными играми, пособиями? Какими именно?

8. Установлен ли для вашего ребенка дома режим дня? Соблюдает ли он его?

—

9. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику? *(нужное подчеркнуть)*

- Мама (да, нет); папа (да, нет); дети (да, нет); взрослый вместе с ребёнком (да, нет).

- Регулярно, нерегулярно.

10. Соблюдает ли ваш ребенок дома правила личной гигиены (моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы, моет ноги и т. д.?)

11. Знаете ли вы основные принципы и методы закаливания? Перечислите их. _____

—

12. Проводите ли с детьми дома закаливающие мероприятия?

—

13. Какие закаливающие процедуры, проводимые в детском саду, наиболее приемлемы для вашего ребенка: *(нужное подчеркнуть)*

а) облегченная форма одежды на прогулке;

- б) облегченная одежда в группе;
- в) обливание ног водой контрастной температуры;
- г) хождение босиком;
- д) систематическое проветривание помещений группы;
- е) прогулка в любую погоду;
- ж) полоскание горла водой комнатной температуры;
- з) умывание лица, шеи, рук до локтя водой комнатной температуры.

14. Какое физкультурное оборудование и спортивный инвентарь есть у вас дома: детский спортивный комплекс, лыжи, коньки, клюшка для игры в хоккей, велосипед, самокат, мяч, скакалка, обруч, кегли, бадминтон, движущиеся игрушки? (нужное подчеркнуть).

15. Кто из членов семьи чаще всего гуляет с ребенком? _____

16. Гуляете ли вы с ребенком после детского сада?

17. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни: подвижные игры, спортивные игры и упражнения, настольные игры, конструирование, лепка, просмотр телепередач, музыкально-ритмическая деятельность, чтение книг, трудовая деятельность, походы (нужное подчеркнуть).

18. Консультацию по какому вопросу физического воспитания ребенка вы хотели бы получить? _____

№ 3. Анкета для родителей «Физическое воспитание в ДОУ»

1. Насколько Вас удовлетворяет работа с семьёй по физическому воспитанию в ДОУ?

- абсолютно удовлетворен
- скорее удовлетворён
- скорее не удовлетворен
- не удовлетворен

2. Считаете ли Вы, что совместные занятия спортом сближают родителей и детей, способствуют нравственному воспитанию детей?

3. Что полезного вы видите в совместной спортивной деятельности детей и взрослых?

- Радость общения
- Возможность занятия спортом
- Создание атмосферы доверия
-

Другие

варианты

4. Какие формы совместной спортивной деятельности были бы вам интересны?

- Занятия
- Развлечения, праздники
- Памятки
- Родительский клуб, практикум, семинар

5. Какие вопросы физического воспитания и оздоровления вас интересуют? _____

№ 4. Анкета для родителей «Здоровье ребенка»

1. Часто ли, на Ваш взгляд, болеет Ваш ребенок?

Да;

нет.

2. Причины болезни:

- недостаточное физическое развитие, воспитание ребенка в детском саду;
- недостаточное физическое воспитание в семье;
- и то и другое;
- наследственность, предрасположенность.

3. Знаете ли Вы физические показатели, по которым можете следить за правильным развитием ребенка?

Да;

частично;

нет.

4. На что, на Ваш взгляд, должны обращать особое внимание семья и детский сад, заботясь о здоровье и физическом развитии ребенка?

- Соблюдение режима;
- рациональное, калорийное питание;
- полноценный сон;
- достаточное пребывание на свежем воздухе;
- здоровая, гигиеническая среда;
- благоприятная психологическая атмосфера;
- наличие спортивных и детских площадок;
- физкультурные занятия;
- закаливающие мероприятия.

5. Какие закаливающие процедуры, на Ваш взгляд, наиболее приемлемы для ребенка?

- Облегченная форма одежды для прогулок;
- облегченная одежда в группе (носки, короткий рукав);
- обливание ног водой контрастной температуры;
- систематическое проветривание группы;

- прогулка в любую погоду;
- полоскание горла водой комнатной температуры и ниже;
- умывание лица, шеи, рук до локтя водой комнатной температуры.

6. Знаете ли Вы, как укреплять здоровье ребенка?

Да;

частично;

нет.

7. Нужна ли Вам помощь в этом детского сада?

Да;

частично;

нет.

Благодарим Вас за искренность и мужество, за готовность открыть нам внутренний мир своих родительских переживаний. Пожалуйста, не сомневайтесь в корректности нашего обращения с тем, чем Вы поделились с нами. Спасибо!