

**Анкета для родителей
«Условия здорового образа жизни в 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. Читаете ли Вы литературу о здоровом образе жизни? (*Да, нет, иногда*)
 2. Используете ли Вы полученные знания в воспитании Вашего ребенка? (*Да, нет, иногда*)
 3. Можно ли назвать образ жизни в вашей семье здоровым? (*Да, нет, иногда*)
 4. Делаете ли Вы утреннюю зарядку? (*Да, нет, иногда*)
 5. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки? (*Да, нет*)
 6. Как Вы организуете питание в Вашей семье? (*Полноценное питание, предпочтение отдаете каким-то одним видам продуктов, питаетесь регулярно, нерегулярно*)
 7. Как воздействует на Вашего ребенка климат в семье? (*Положительно, отрицательно, не воздействует*)
 8. Что Вы считаете здоровым образом жизни? (*Напишите*)
 9. Воздействуете ли Вы на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни? (*Да, нет*)
 10. Занимаетесь ли Вы физической культурой и играми вместе со своими детьми? (*Да, нет, иногда*)
 11. Занимаетесь ли Вы закаливанием своих детей? (*Да, нет*)
 12. Вы сами здоровы? (*Да, нет, затрудняюсь ответить*)
 13. Часто ли болеет Ваш ребенок? (*Да, нет*)
 14. Каковы причины болезни Вашего ребенка? (*Недостаточное физическое воспитание в детском саду, недостаточное физическое воспитание в семье, наследственность, предрасположенность к болезням*)
- Благодарим за оказанную помощь. Желаем Вам здоровья и благополучия!

Результаты анкетирования родителей

«Условия здорового образа жизни в семье».

Цель: исследование влияния образа жизни детей в семье на представления ребенка о здоровье.

1. 57% родителей читают литературу о здоровом образе жизни; 43% - иногда.
2. 100% родителей используют полученные знания о здоровом образе жизни в воспитании своего ребенка.
3. 79% родителей считают образ жизни в своей семье здоровым; 21% - иногда.
4. 18% делают утреннюю зарядку дома; 54% - нет; 28% - иногда.
5. 18% родителей считают, что у членов их семьи есть вредные привычки; 72% - вредных привычек нет.
6. 100% родителей организуют полноценное питание в семье.
7. 97% родителей считают, что климат в семье воздействует положительно на ребенка; 3% - что климат в семье не воздействует на ребенка.
8. 79% родителей считают здоровым образом жизни режим, гигиена, полноценное питание; 14% - занятие спортом и физкультурой; 7% - отсутствие вредных привычек.
9. 100% родителей воздействуют на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни.
10. 68% родителей занимаются физической культурой и играми вместе со своими детьми; 32% - иногда.
11. 54% родителей занимаются закаливанием своих детей; 46% - нет.
12. 86% родителей считают себя здоровыми; 7% - нет; 7% - затрудняются ответить.
13. 75% родителей считают, что их ребенок болеет не часто; 25% - часто.
14. 39% родителей считают, причинами болезни своего ребенка предрасположенностью к болезням; 39% - наследственность; 12% - недостаточное физическое воспитание в семье; 10% - вирусные инфекции.
15. Выводы: формирование ЗОЖ должно начинаться с рождения ребенка для того, чтобы у него выработалось осознанное отношение к своему здоровью. Родителям необходимо больше внимания уделять гимнастике, физ. занятиям, занятиям спортом, закаливанию и подвижным играм. Обязательно ежедневно проводить гимнастику. Важно обогащать двигательный опыт ребенка, т. к. двигательной активности принадлежит основная роль в развитии и состоянии здоровья ребенка. Безусловно, здоровье детей напрямую зависит от условий жизни в семье, санитарной грамотности родителей и уровня их образования. Основная задача родителей – формирование у ребенка нравственного отношения к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности быть здоровым, вести ЗОЖ. Он должен осознать, что здоровье для человека важнейшая ценность, главное условие достижения любой жизненной цели, и каждый сам несет ответственность за сохранение и укрепление своего здоровья.