**Анкета для родителей**

**«Здоровье мое и моего ребенка»**

1.Как Вы оцениваете свое здоровье?

а)хорошее, б)удовлетворительное

в)неудовлетворительное, г)есть серьезные патологии

2. Кто в ответе за Ваше здоровье?

а) Вы сами, б) государство, общество,

в) медицина, г) родственники, близкие

3. Где, в случае необходимости, Вы получаете информацию, необходимую для укрепления и поддержания здоровья?

а) СМИ, б) от родственников и близких, в) от медиков, г) не интересуюсь

4. Что Вы понимаете под «здоровым образом жизни»?

а) отсутствие заболеваний и патологий, б)правильное питание и занятие спортом, в)активный образ жизни г)отказ от вредных привычек

5. Как Вы считаете, необходимо ли формировать представления о здоровом образе жизни у Вашего ребенка?

а)да, б)нет, в)не знаю

6. Какие факторы влияют на Ваше здоровье и здоровье Вашего ребенка?

а)экология, б)вредные привычки, в)вредные продукты питания, г)экономическое положение в стране

7. Испытываете ли Вы стресс или депрессию? Если да, то чем это вызвано?

а)проблемы на работе, б)проблемы в семье,

в)состояние здоровья, г)экономический кризис

8. Имеют ли члены Вашей семьи вредные привычки?

а)да, б)нет

9. Как обычно Вы с ребенком проводите выходной день?

а) гуляете в парке или выезжаете на природу, б)занимаетесь спортом, в) сидите дома, г)ходите в гости

10. Сколько времени в день Вы позволяете ребенку смотреть телевизор или играть в компьютерные игры?

а)15 минут, б)30 минут, в)1 час, г)более 1 часа

11. Необходимы ли Вашему ребенку занятия физической культурой?

а)да, б)нет

12. Считаете ли Вы необходимым закаливание Вашего ребенка?

а)да, б)нет

13. Что Вы подразумеваете под рациональным питанием?

а)питание по режиму, б)употребление витаминов, в)употребление молочных продуктов, г)соответствие количества и качества пищи потребностям организма

14. Что Вы делаете для предупреждения заболеваний ребенка?

а)закаливание организма, б)профилактические прививки, в)используете народную медицину, г)другое (указать)

15. Как Вы оцениваете здоровье Вашего ребенка?

а)хорошее, б)удовлетворительное, в) неудовлетворительное