Анкета

«Здоровый образ жизни – что

это?»

**1.Ваш ребенок в семье:**

1)Первый;

2)Второй;

3)Третий

**2.Если бы была возможность, Вы завели бы еще ребенка:**

1)Да;

2)Нет;

3)Не уверены

**3.О ком мечтает Ваш малыш?**

1)О сестричке;

2)О братике;

3)Не хочет других детей

**4.Вы нуждаетесь в улучшении жилищных условий:**

1)Да;

2)Нет;

3)Не помешало бы

**5.Вы проживаете в одной квартире с родственниками:**

1)Да;

2)Нет

**6.Это родственники:**

1)Мужа;

2)Жены.

**7.У вас есть загородный дом или садовый участок с домиком:**

1)Да;

2)Нет

**8.Вы гуляете вечером с ребенком после того, как заберете его из детского сада:**

1)Да;

2)Нет;

3)Иногда

**9.Кто преимущественно гуляет с Вашим ребенком:**

1)Муж;

2)Жена;

3)Старший ребенок;

4)Другие члены семьи

**10.Вы считаете, что вечером гулять с ребенком необязательно, так как он достаточно бывает на свежем воздухе в детском саду:**

1)Да;

2)Нет;

3)Затрудняюсь ответить

**11.Вы ежегодно вывозите ребенка на море или в загородную зону:**

1)Не вывозим;

2)Ежегодно;

3)Иногда

**12.Вы гостеприимны, к Вам часто ходят гости:**

1)Да;

2)Нет;

3)Не совсем

**13.Ваш ребенок находится среди гостей:**

1)Да;

2)Не всегда;

3)Нет

**14.Кто в Вашей семье курит:**

1)Муж;

2)Жена;

3)Оба;

4)Другие члены семьи;

5)Все

**15.Член семьи курит:**

1)За пределами квартиры;

2)В специально отведенном месте;

3)Где хочет

**16.Посещаете ли Вы тренажерные залы, спортивные комплексы, фитнес-центры и т.д.:**

1)Да;

2)Нет;

3)Иногда

**17.Вы не посещаете спортклубы, фитнес-центры и т.п. по причине:**

1)Недостатка времени;

2)Недостатка средств;

3)Не видите необходимости

**18.Вы любите плавать:**

1)Да;

2)Нет;

3)Не умею

**19.Сколько раз Вы с семьей в среднем бываете летом на пляже:**

1)1 раз в неделю;

2)2 раза в неделю;

3)больше;

4)не бываем вообще

**20.Вы ходите с семьей в бассейн:**

1)Да;

2)Нет;

3)Редко

**21.Ваш ребенок смотрит телевизионные передачи:**

1)Вместе со всеми;

2)Только детские

**22.У Вашего ребенка отдельная комната:**

1)Да;

2)Нет

**23.Ваш ребенок находится в одной комнате:**

1)С Вами;

2)С Вашими родителями;

3)С другим ребенком

**24.Вы ужинаете вечером:**

1)Всей семьей;

2)Ребенок ест отдельно;

3)Когда как

**25.Вы чистите зубы:**

1)Утром;

2)Утром и вечером;

3)Когда как

**26.У Вашего ребенка своя зубная щетка и полотенце:**

1)Да;

2)Нет

**27.Какую зубную пасту любит Ваш ребенок?**

**28.Он ее ест:**

1)Да;

2)Нет;

3)Не знаю

**29.У Вас есть в семье больные родственники, за которыми приходится ухаживать:**

1)Да;

2)Нет

**30.Ваш ребенок принимает участие в уходе за больными:**

1)Да;

2)Нет;

3)Иногда;

**31.В Вашей семье есть родственники, имеющие вредные привычки:**

1)Да;

2)Нет;

3)Затрудняюсь ответить

**32.Эти привычки:**

1)Очень сильные;

2)Умеренные

**33.Что Вы делаете утром:**

1)Гимнастику, пробежку;

2)Принимаю холодный душ;

3)Завтракаю и иду на работу

**34.Ребенок присоединяется к Вам:**

1)Да;

2)Нет;

3)Иногда

**35.Ваш материальный достаток:**

1)Ниже среднего по стране;

2)Средний;

3)Выше среднего;

4)Высокий

**36.Образование жены:**

1)Среднее;

2)Среднее профессиональное;

3)Высшее

**37.Образование мужа:**

1)Среднее;

2)Среднее профессиональное;

3)Высшее

**38.Вы работаете по специальности:**

1)Да;

2)Нет

**39.Вы считаете, что чистить зубы ребенку лучше:**

1)Дома;

2)В детском саду;

3)Лучше пользоваться жевательной резинкой

**40.Вы даете ребенку сладости:**

1)Регулярно;

2)Каждый день;

3)Изредка

**41.Кто в Вашей семье большой лакомка:**

1)Муж;

2)Жена;

3)Все любят сладкое

**42.Как часто члены Вашей семьи, исключая детей, болеют гриппом и ОРЗ:**

1)Не более 1 раза в год;

2)1-2 раза в год;

3)Часто

**43.Вы ложитесь спать:**

1)После одиннадцати;

2)До одиннадцати;

3)Раньше

**44.В Вашей семье все ложатся спать одновременно:**

1)Чаще всего;

2)Не всегда;

3)Все ложатся в разное время

**45.Вы укладываете ребенка в одно и то же время:**

1)Да;

2)Бывает по-разному

**46.Ваш ребенок засыпает:**

1)Под звуки музыки;

2)Прослушав вечернюю сказку;

3)В абсолютной тишине

**47.Ваш ребенок спит:**

1)Не просыпаясь;

2)Беспокойно, но не просыпается;

3)Просыпается

**48.У Вас дома есть спортивный инвентарь (лыжи, мячи, коньки и пр.):**

1)Да;

2)Нет

**49.Кто-нибудь из членов Вашей семьи занимается спортом:**

1)Да;

2)Нет

**50.Вы делаете генеральную уборку:**

1)По будням;

2)В выходные;

3)Когда придется?

**51.Вы считаете, что в детском саду следует приучать ребенка к хозяйственному труду:**

1)Да, следует;

2)Нет, пусть это делают родители

**52.Вы довольны физическим развитием своего ребенка:**

1)Да;

2)Нет;

3)Затрудняюсь ответить

**53.Вы знаете возрастные стандарты развития детей:**

1)Да;

2)Имею приблизительное представление;

3)Не знаю

**54.Ваш ребенок болеет чаще:**

1)Простудными заболеваниями;

2)Соматическими;

3)Инфекционными

**55.В своем питании Вы придерживаетесь преимущественно:**

1)Растительно-молочной пищи;

2)Белковой пищи (мясо, рыба);

3)Смешанной

**56.Сколько человек в Вашей семье:**

1)Двое;

2)Трое;

3)Больше

**57.Вы используете для укрепления и профилактики здоровья народные средства:**

1)Систематически;

2)В периоды межсезонья и во время эпидемии гриппа;

3)Когда болеем

Анализ результатов анкеты

проводится следующим образом:

1.СО ЗНАКОМ «ПЛЮС» ОЦЕНИВАЮТСЯ:

Ответ

а)в вопросах

7,8,15,16,18,19,20,22,25,26,27,34,39,44,

45,47,49,50,51,53,57,58

оцениваются в 3 балла. Максимально возможное

число баллов – 66;

Ответ

б)в вопросах

1,4,5,11,13,21,24,25,31,35,42,43,57

оценивается в 2 балла.

Максимально возможное число баллов – 26;

Ответ

в)в вопросах

1,35,36,37,39,40,43,46

оценивается в 1 балл.

Максимально возможное число баллов – 8.

2.СО ЗНАКОМ «МИНУС» ОЦЕНИВАЮТСЯ:

Ответ

а)в вопросах

1,4,5,10,11,13,14,17,21,23,31,32,35,57

оцениваются в 1

балл. Максимально возможное количество баллов -25;

Ответ

б)в вопросах

2,8,12,14,15,16,17,18,20,22,23,26,32,34,40,41,44,45,

47,48,49,50,51,53,55

оцениваются в 1 балл. Максимально возможное

количество баллов – 25;

Ответ

в)в вопросах

15,17,18,23,25,28,31,39,41,42,44,47,50,54,57

.

Примечание:

некоторые вопросы не оцениваются.

Порядок работы с анкетой:

1)Подсчитать общее число баллов с положительным значением;

2)Подсчитать общее число баллов с отрицательным значением;

3)Из суммы баллов с положительным значением вычесть сумму баллов с

отрицательным значением;

4)Дать интерпретацию (объяснение) социально-гигиенических условий

семьи, пользуясь ключами к опроснику;

5)Чтобы получить общее представление об условиях и образе жизни

семьи воспитанников группы, следует суммировать баллы всех

опросных листов и полученный результат разделить на их число;

получится «групповой портрет» семьи;

6)Чтобы получить общее представление об условиях и образе жизни

семей всех воспитанников ДОУ, нужно суммировать средние значения

по группам и полученный результат разделить на число групп.

Ключ к анкете:

•101-80 баллов – ответы недостоверны;

•79-40 баллов – семья ведет в целом здоровый образ жизни;

•40-33 балла – семья тяготеет к здоровому образу жизни;

•ниже 32-19 баллов – здоровый образ жизни в семье не сложился;

•ниже 19 баллов – анкету игнорируют.

Пример:

Семья Саши М. ответила на все вопросы опросного листа. Баллов с положительным значением – 52, баллов с отрицательным значением – 19. 52-19=33 балла.

Интерпретация: семья тяготеет к здоровому образу жизни; в отношении ребенка требуется определенная коррекция