

«Люди, чувствующие себя хорошо, дают хорошие результаты».

Д. Карнеги

Анкета для родителей «Условия здорового образа жизни в семье»

1. Читаете ли Вы литературу о здоровом образе жизни?(Да,нет,иногда)
2. Используете ли 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 гимнастику?(Да, нет, иногда)
5. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки? Обозначьте их.(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?(Дайте своё определение)
9. Воздействуете ли Вы на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни? (Да, нет)
10. Занимаетесь ли Вы закаливанием своих детей? (Да, нет)
11. Как закаляется Ваша семья?
воздушные ванны (прогулки, проветривание)
контрастные обливания
хождение босиком
другое
12. Занимаетесь ли Вы физической культурой и играми вместе со своими детьми?(Да, нет, иногда)
13. Сколько времени Ваша семья ежедневно проводит на свежем воздухе?
14. Озеленён ли Ваш дом? (да, частично, нет)
15. Каким видом спорта занимается Ваша семья?(Перечислите подробно)
16. Есть ли в семье спортивный уголок?(да, нет, хотелось бы)
17. Какой спортивный инвентарь есть в семье? (Перечислите)
18. Часто ли болеют члены Вашей семьи?(Да, нет, затрудняюсь ответить)
19. Часто ли болеет Ваш ребенок?(Да, нет)
20. Каковы причины болезни Вашего ребенка?(недостаточное физическое воспитание в семье, наследственность, предрасположенность)
21. Считаете ли Вы, что Ваша семья ведёт здоровый образ жизни? (да, нет - обоснуйте)

Дата..... Спасибо!

«Наш организм для 120 лет жизни. Если мы живем меньше, то это вызвано не недостатками организма, а тем, как мы с ним обращаемся»

К. Купер