

## Анкета для родителей №1.

Уважаемые родители!

Мы просим вас принять участие в исследовании, цель которого - оценить эффективность программы обучения детей правильному питанию. Ваши ответы помогут нам в дальнейшем усовершенствовать ее содержание и формы реализации.

### 1. Как вы оцениваете значение питания для здоровья вашего ребенка:

- Очень высокое (здоровье ребенка очень сильно зависит от его питания).
- Высокое (здоровье ребенка зависит от его питания).
- Среднее (здоровье ребенка скорее зависит от питания).
- Ниже среднего (здоровье ребенка скорее не зависит от питания ребенка).
- Низкое (здоровье ребенка не зависит от его питания).

### 2. Насколько, по вашему мнению, важны следующие факторы для организации правильного питания ребенка? Расположите данные факторы в определенном порядке - от самого важного до наименее важного. Наиболее важный фактор будет иметь номер 1, второй по значимости - номер 2, и так далее, наименее важный фактор - номер 8:

- Наличие времени для организации правильного питания в семье.
- Наличие достаточных средств для организации правильного питания.
- Наличие знаний у родителей об основах правильного питания в семье.
- Сформированность традиций правильного питания в семье.
- Кулинарные умения и желание готовить у родителей.
- Наличие знаний о правильном питании у самого ребенка.
- Сформированность привычек в области питания у ребенка.
- Понимание взрослыми важности и значимости правильного питания для здоровья ребенка.

### 3. Какие проблемы, связанные с питанием ребенка, у Вас возникают?

- Нехватка времени для приготовления пищи дома.

- Недостаток знаний о том, каким должно быть питание ребенка.
- Нет условий для того, чтобы контролировать питание ребенка в течение дня.
- Недостаточно средств для того, чтобы обеспечить рациональное питание ребенка.
- Невозможность организовать регулярное питание ребенка в течение дня.
- Отсутствие единого понимания у всех членов семьи, каким должно быть правильное питание у ребенка (кто-то из взрослых разрешает есть сладости, кто-то запрещает и т.д.).
- Ребенок не соблюдает режим питания - ест тогда, когда захочет, ест менее 3 раз в день, заменяет основные приемы пищи перекусами.
- Ребенок не умеет вести себя за столом.
- Ребенок "увлекается" сладкими, острыми, жирными продуктами с высоким содержанием калорий: сладости, чипсы, сэндвичи или бутерброды, газированные напитки, сухарики и др.
- Ребенок отказывается от полезных продуктов и блюд.

4. Какие привычки и правила поведения за столом сформированы у Вашего ребенка и как часто они проявляются?

- Ест в одно и то же время - не нужно заставлять вовремя позавтракать, пообедать и т.д.
- Моет руки перед едой без напоминаний.
- Ест небольшими кусочками, не торопясь.
- Использует салфетку во время еды.
- Моет ягоды, фрукты, овощи перед тем, как их съесть.
- Читает книгу во время еды.
- Смотрит телевизор во время еды..- Ест быстро, глотает большие куски

5. Как часто Ваш ребенок употребляет следующие продукты, блюда и напитки:

Каждый или почти каждый день (а)

Несколько раз в неделю (б)

Реже 1 раза в неделю (в)

Не ест совсем (г)

1. Каши (любые каши, в том числе овсяная, гречневая, рисовая и др.)
2. Супы (любые)
3. Кисломолочные продукты (ряженка, кефир, йогурт и т.д.)
4. Творог/творожки, блюда из творога
5. Свежие фрукты
6. Свежие овощи и салаты из свежих овощей
7. Хлеб, булка
8. Мясные блюда
9. Рыбные блюда
10. Яйца и блюда из яиц
11. Колбаса/сосиски
12. Чипсы
13. Сухарики в пакетиках
14. Чизбургеры/бутерброды
15. Леденцы
16. Шоколад, конфеты
17. Пирожные/торт

#### НАПИТКИ

18. Молоко
19. Какао
20. Сок/морс
21. Компот/кисель
22. Сладкая газированная вода (пепси-кола и т.п.)
23. Минеральная вода

6. Какие основные приемы пищи присутствуют в режиме дня Вашего ребенка, в том числе считая приемы пищи в школе?

- Завтрак
- Второй завтрак
- Обед
- Полдник
- Ужин

7. Можно ли сказать, что Ваш ребенок обычно питается в одно и то же время в будние дни?

- Да, ребенок питается в одно и то же время всегда
- Да, почти всегда питается в одно и то же время
- Нет, ребенок питается в разное время

8. Как Вы оцениваете необходимость обучения Вашего ребенка правильному питанию в школе?

- Это нужно
- Это скорее нужно
- Это скорее не нужно, чем нужно
- Это не нужно

9. Как Вы оцениваете возможные результаты обучения ребенка правильному питанию в школе?

- Это поможет мне в организации правильного питания моего ребенка
- Это скорее поможет мне организовать правильное питание для моего ребенка
- Это вряд ли поможет мне организовать правильное питание моего ребенка
- Это не поможет мне в организации правильного питания моего ребенка

## Анкета для родителей №2

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в школе? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Анкета для родителей № 3

Ответ: Да Нет

1. Как вы думаете, зависит ли будущее вашего ребенка от его здоровья? \_\_\_\_\_

2. Как, по Вашему мнению, можно сохранить здоровье на долгие годы

- заниматься спортом

- правильно питаться

- вести активный образ жизни

- вести здоровый образ жизни- следить за своим здоровьем

-жить без вредных привычек

3. Важно ли правильно питаться, чтобы сохранить здоровье? \_\_\_\_\_

4. Знаете ли вы, что значит «правильное питание»? \_\_\_\_\_

5. А Ваш ребенок имеет понятие о правильном питании? \_\_\_\_\_

6. Хотели бы Вы, чтобы ребенок побольше узнал о правильном питании на занятиях в школе? \_\_\_\_\_