Анкета для опроса родителей

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)

#### *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 | Несколько раз в неделю | Реже 1 раза в неделю  | Не естсовсем |
|  | ПРОДУКТЫ |  |  |  |  |
| 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 / торты |  |  |  |  |
|  | 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