

Анкеты для родителей «Питание глазами родителей»

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

Несколько раз в неделю

Реже 1 раза в неделю

Не ест совсем

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/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. Сталкивались ли вы с проблемами в организации питания ребенка?
2. Какие темы, на ваш взгляд, вызвали наибольший интерес у вашего ребенка?
3. Какие разделы, по вашему мнению, были особенно полезны и важны для изучения?
4. Помогла ли вам программа решить проблемы с организацией питания детей?
5. Изменилось ли отношение вашего ребенка к режиму, гигиене и продуктам питания в ходе знакомства с программой?

Анкета для родителей №3.

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?
5. Удовлетворены ли Вы работой буфета?

Анкета для родителей №4

Вопрос Да Нет

1. Мой ребенок каждый день ест сырые овощи и фрукты
2. Ежедневно кушает 4-5 раз в день
3. Перерывы между едой не более 3-4 часов
4. Кушает в одно и то же время
5. В суточном рационе обязательно присутствуют белки, жиры и углеводы в соотношении : 1:1:5
6. Я считаю, что правильное питание способствует росту ребенка, его умственному развитию
7. Мой ребенок пользуется жевательной резинкой 7-10 минут после еды
8. Мой ребенок ужинает тогда, когда успокоится после шумных подвижных игр
9. Мой ребенок ужинает не менее за 2,5-3 часа до сна
10. На ужин предлагаю ребенку мясное или рыбное блюдо

Анкета для родителей № 5

Вопрос 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»?
7. Хотели бы Вы, быть участником вместе со своим ребенком в изучении программы «Разговор о правильном питании»?