**АНКЕТА**

Уважаемые родители, просим Вас ответить на следующие вопросы:

**1.Часто ли Вы проверяете состояние своего здоровья и здоровья Вашего ребенка?**

а) раз в месяц

б) раз в полгода

в) раз в год

г) в этом нет необходимости

**2.Как Вы оцениваете состояние здоровья Вашего ребенка?**

а) хорошее;                                                б) удовлетворительное;

в) плохое;                                                   г) затрудняюсь ответить.

**3.Завтракает ли сын (дочь) дома перед детским садом, школой? Выбрать один вариант ответа.**

а) да, всегда завтракает

б) иногда завтракает

в) нет

**4.Как Вы чаще всего Ваш ребенок проводит свободное время?**

а) занимается в спортивной секции, кружке;

б) проводит время с друзьями;

в) читает книги;

г) помогает по дому;

д) преимущественно смотрит телевизор (видео);

е) играет в компьютерные игры;

ж) другое.

5. Как часто и продолжительно болеет Ваш ребенок?

6. У ребенка есть постоянный режим дня?

7. Ежедневно ли Ваш ребенок выполняет утреннюю гимнастику?

8. Ежедневно ли Ваш ребенок чистит зубы, сколько раз в день?

9. Сколько времени ежедневно проводит Ваш ребенок на свежем возддухе?

а) чаще всего больше 2 часов;

б) около часа;

в) не более получаса или вообще не выходит на улицу.

**10.В котором часу ложится спать Ваш ребенок?**

а) до 21 часа;

б) между 21 и 22 часами;

в) после 22 часов.

9. Употребляет ли фрукты, овощи? Как часто ?

10. Проводите ли Вы с ребенком закаливание?

11. Всегда ли Ваш ребенок одет по погоде?

12. Занимается ли Ваш ребенок в спортивной секции, танцами или другими видами двигательной активности(помимо занятий физкультурой в детском саду,школе)

**13 .Вы занимаетесь физкультурой и спортом?**

а) постоянно

б) часто

в) очень редко

г) не занимаюсь

14. Есть ли у Вас дома физкультурно-оздоровительный комплекс?