Приложение № 1

1. **Анкеты для 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: Продукты | Каждый или почти каждый день | Несколько раз в неделю | Реже 1 раза в неделю | Не ест совсем |
| 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 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 рациональным 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?