

Анкета для работников «Здоровье в наших руках»

1. Как Вы считаете, что включает понятие «здоровый образ жизни»:

- полноценное питание;
 - режим дня;
 - процедуры закаливания;
 - регулярное проведение медицинского обследования;
 - занятия спортом, выполнение физических упражнений;
 - безопасная окружающая среда;
 - нахождение в бесконфликтной обстановке;
 - доброжелательные отношения в семье;
 - Ваш вариант
-

2. Интересуетесь ли Вы литературой о здоровом образе жизни?

- да;
- нет.

3. Часто ли используете полученные знания о способах сохранения здоровья в своей семье?

- да;
- иногда;
- нет.

4. Считаете ли Вы, что в Вашей семье придерживаются правил ведения здорового образа жизни?

- да;
- нет;
- иногда.

5. Есть ли у Вас или других членов семьи вредные привычки?

- да;
- у некоторых;
- нет.

6. Как организовано питание в Вашей семье?

- сбалансированное;
 - отдается предпочтение определенным видам продуктов;
 - соблюдается диета;
 - Ваш вариант
-

7. Как происходит ваше приобщение к занятию физкультурой?

- делаю по утрам гимнастику;
 - посещаю спортивную секцию;
 - Ваш вариант
-

8. Занимаетесь ли Вы физкультурой? Практикуются ли в Вашей семье?

- да, регулярно;
- иногда;
- нет.

9. Организовываете процедуры закаливания?

- да, регулярно;
- иногда;
- нет.

10. Какой психологический климат в Вашей семье?

- благоприятный;
 - нейтральный;
 - негативный;
 - Ваш вариант
-

11. Как часто вы болеете?

- часто;
- не часто.

12. Какая основная причина заболеваний?

- слабый иммунитет;
 - недостаточное физическое развитие;
 - наследственность;
 - Ваш вариант
-

«Люди, чувствующие себя хорошо, дают хорошие результаты».

Д. Карнеги

Благодарим за участие в анкетировании

