***Аналитическая справка по диагностике родителей "О здоровом образе жизни"***

*Дата исследования:* декабрь 2020

*Исследовано:* 132 родителя

*Методика:* Анкетирование родителей

*Цель:* Выявление понятия родителей о здоровом образе жизни

***Результаты исследования***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вопросы** | **Группы** | | | | | | | | | | | | | |
| **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **всего** |
| **Кол-во человек** | 8 чел | 9 чел | 12 чел | 10 чел | 12 чел | 8 чел | 18 чел | 8 чел | 10 чел | 8 чел | 11 чел | 9 чел | 9 чел | 132 |
| **1. Знаете ли Вы, как укреплять здоровье ребёнка?** | | | | | | | | | | | | | | |
| Да | 4 | 6 | 9–75% | 8 | 6 | 6 | 16 | 5 | 8 | 8 | 10 | 6 | 8 | 100-76% |
| Частично | 4 | 3 | 3-25% | 2 | 6 | 2 | 2 | 3 | 2 |  | 1 | 3 | 1 | 32- 24% |
| Нет |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2. На что должны семья и детский сад обращать особое внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребёнка?** | | | | | | | | | | | | | | |
| соблюдение режима, | 6 | 7 | 10-83% | 8 | 5 | 4 | 7 | 6 | 8 | 6 | 10 | 4 | 6 | 77-58% |
| полноценный сон, | 3 | 7 | 8-67% | 7 | 5 | 1 | 5 | 2 | 6 | 7 | 7 | 4 | 5 | 60-45% |
| свежий воздух, | 7 | 8 | 8-67% | 9 | 9 | 2 | 9 | 3 | 6 | 7 | 8 | 5 | 7 | 80- 61% |
| гигиена | 4 | 9 | 6-50% | 9 | 7 | 4 | 7 | 4 | 5 | 6 | 8 | 4 | 6 | 79- 60% |
| психологич атмосфера | 5 | 9 | 8-67% | 9 | 10 | 2 | 13 | 5 | 7 | 8 | 7 | 5 | 6 | 94- 71% |
| физические занятия, | 3 | 7 | 8-67% | 8 | 8 | 4 | 7 | 6 | 7 | 7 | 10 | 5 | 7 | 87 - 66% |
| закаливание | 2 | 6 | 4-33% | 3 | 5 | 1 | 4 |  | 5 | 5 | 2 | 3 | 5 | 41– 31% |
| **3. Занимаетесь ли Вы закаливанием своих детей** | | | | | | | | | | | | | | |
| Да | 3 | 2 | 5-42% | 2 | 2 | 3 |  | 2 | 2 | 5 | 2 | 2 | 8 | 38 -29% |
| Нет | 5 | 7 | 7-58% | 8 | 10 | 5 | 18 | 6 | 8 | 3 | 9 | 7 | 1 | 94-71% |
| Прогулки, свеж воздух |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 место |
| Водные процедуры |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 место |
| Облегченная одежда |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 3 место |
| Обливание |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 2 место |
| **4. Занимаетесь ли Вы физической культурой и играми вместе со своими детьми?** | | | | | | | | | | | | | | |
| Постоянно | 3 | 1 | 7-58% | 5 | 6 | 3 | 7 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 46-35% |
| Часто | 1 | 7 | 5-42% | 2 | 6 | 4 | 11 | 3 | 8 | 5 | 5 | 5 | 4 | 66-50% |
| Очень редко | 4 | 1 |  | 3 |  | 1 |  | 3 |  | 1 | 3 | 2 | 2 | 20-15% |
| Не занимаюсь |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5. Считаете ли Вы питание своего ребенка вне детского сада рациональным?** | | | | | | | | | | | | | | |
| Да | 4 | 6 | 7-58% | 9 | 8 | 8 | 12 | 3 | 8 | 6 | 8 | 8 | 5 | 92-70% |
| Отчасти | 3 | 1 | 4-33% | 1 | 2 |  | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 28-21% |
| Нет |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  | 1-1% |
| Затрудняюсь ответить | 1 | 2 | 1-8% |  | 2 |  | 2 | 3 |  |  |  |  |  | 11-8% |
| **6. Как воздействует на Вашего ребенка климат в семье?** | | | | | | | | | | | | | | |
| Положительно | 8 | 9 | 12-100 | 9 | 10 | 8 | 18 | 5 | 9 | 5 | 11 | 9 | 9 | 123-93% |
| Отрицательно |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Затрудняюсь ответить |  |  |  |  | 2 |  |  | 3 | 1 | 3 |  |  |  | 9-7% |
| **7. Сколько времени проводит Ваш ребенок на улице в выходной день?** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 час | 1 | 3 | 1-8% |  |  | 1 | 2 |  | 1 | 4 | 1 | 5 | 3 | 22-17% |
| 2-3 часа | 4 | 2 | 10-83% | 4 | 11 | 2 | 6 | 1 | 8 | 5 | 3 | 3 | 5 | 64-48% |
| 3-4 часа |  | 2 | 1-8% | 1 |  |  | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 |  |  | 14-11% |
| 5 часов и более |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  | 2 |  | 1 | 3 | 9-7% |
| Редко |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1-1% |
| По сезону | 1 | 1 |  | 3 | 1 |  | 6 | 3 |  | 1 | 1 | 2 |  | 19-14% |
| **8. Что вы считаете здоровым образом жизни?** | | | | | | | | | | | | | | |
| Здоровый сон | 2 | 6 | 3- 25% | 3 | 3 | 1 | 4 |  | 1 | 4 | 2 | 3 | 1 | 43-33% |
| Полноценное питание | 4 | 9 | 6-50% | 9 | 4 |  | 11 | 2 | 9 | 5 | 6 | 6 | 7 | 78-59% |
| Спорт, физ упражнен | 4 | 6 | 4-33% | 6 | 6 | 3 | 8 | 3 | 7 | 7 | 6 | 3 | 9 | 72-55% |
| Режим дня | 1 | 6 | 2- 17% | 2 | 5 | 1 | 4 | 1 | 4 | 1 | 2 |  | 6 | 35-27% |
| Прогулки на свеж возд | 5 | 7 | 2- 17% | 4 | 5 |  | 9 |  | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 47-36% |
| Здоровые отношения в семье, психол настрой | 4 | 4 | 2- 17% | 5 | 4 | 1 | 6 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 42-32% |
| Отсутствие вредных привычек | 1 | 3 |  | 3 | 2 | 1 |  |  |  |  | 3 | 1 | 1 | 15-11% |
| Гигиена | 1 |  |  | 1 | 2 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 2 |  |  | 10-8% |
| Веселые игры |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1-1% |
| Отсутствие болезней |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  | 1 |  | 2-1% |
| Иммунитет |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  | 1-1% |
| Закаливание |  | 2 |  |  | 3 |  |  |  | 1 | 4 |  | 1 | 2 | 15-11% |
| Активный отдых | 1 | 1 |  |  |  | 4 |  |  |  |  | 1 | 1 |  | 8-6% |
| Правила жизни общества, хорошая экология |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  | 2-1% |

**Результаты исследования здорового образа жизни**

На базе ГДОУ ЛНР №2 «Мечта» было проведено анкетирование родителей о здоровом образе жизни. В нем приняло участие 132 человека. Получились следующие результаты:

* 76% родителей знают, как укреплять здоровье своих детей, 24% - осведомлены в этом вопросе частично.
* На второй вопрос: (На что должна семья и детский сад обращать особое внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребёнка?) Родители считают:

на 1 месте - благоприятная психологическая атмосфера

на 2 месте – физические занятия

3 место - достаточное пребывание на свежем воздухе и здоровая гигиеническая среда

4 место - соблюдение режима

5 место – полноценный сон

Последнее место – закаливающие мероприятия.

* 71% родителей не занимается закаливанием своих детей и 29% - занимаются. Среди закаливающих мероприятий родители отдают предпочтение прогулкам на свежем воздухе и водным процедурам. 2 место занимает – обливание и на последнем месте облегченная одежда.
* 50% родителей часто занимаются физической культурой и играми со своими детьми, 35% - постоянно играют со своими детьми и лишь 15% - очень редко занимаются физической культурой и играми со своими детьми.
* Большинство родителей (70%) считают питание своего ребенка вне детского сада полноценным и рациональным.

21% - отчасти, 8% - затрудняются ответить и 1% родителей - считает питание своего ребенка не рациональным.

* 93% родителей считает, что климат в семье воздействует на ребенка положительно, 7% родителей затрудняются ответить.
* У половины родителей в выходной день ребенок проводит на улице 2-3 часа. 17% гуляют около часа, 11% - 3-4 часа, 5 и более часов в день гуляет вместе со своими детьми -7%, 1% гуляет редко и у 14% длительность прогулок зависит от сезона.
* На последний вопрос: что вы считаете здоровым образом жизни?

На 1 месте – полноценное питание и занятия спортом.

На 2 месте – прогулки на свежем воздухе

3 место занимает – здоровый сон и благоприятные отношения в семье, доброжелательный психологический климат

4 место- соблюдение режима дня

5 место – отсутствие вредных привычек, закаливание и гигиена.

Некоторые родители считают еще здоровым образом жизни – активный отдых, отсутствие болезней, хороший иммунитет и хорошую экологию.

Очень радует, что большинство родителей осведомлены в вопросах укрепления здоровья своих детей, рационально питаются, занимаются спортом и играют в подвижные игры со своими детьми.