

## **Итоги тестирования родителей МБОУ «СШ № 4»**

В тестировании приняли участие 167 родителей обучающихся начальных классов

*1. Как вы оцениваете значение питания для здоровья вашего ребенка:*

- Очень высокое (здоровье ребенка очень сильно зависит от его питания) - 51
- Высокое (здоровье ребенка зависит от его питания) - 57
- Среднее (здоровье ребенка скорее зависит от питания) - 43
- Ниже среднего (здоровье ребенка скорее не зависит от питания ребенка)- 5
- Низкое (здоровье ребенка не зависит от его питания)- 11

*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 - 12
- Наличие достаточных средств для организации правильного питания - 17
- Наличие знаний у родителей об основах правильного питания в семье - 31
- Сформированность традиций правильного питания в семье - 21
- Кулинарные умения и желание готовить у родителей - 7
- Наличие знаний о правильном питании у самого ребенка - 15
- Сформированность привычек в области питания у ребенка - 33
- Понимание взрослыми важности и значимости правильного питания для здоровья ребенка - 31

*3. Какие проблемы, связанные с питанием ребенка, у Вас возникают?*

- Нехватка времени для приготовления пищи дома - 23
- Недостаток знаний о том, каким должно быть питание ребенка- 27
- Нет условий для того, чтобы контролировать питание ребенка в течение дня - 41
- Ребенок не соблюдает режим питания – ест тогда, когда захочет, ест менее 3 раз в день, заменяет основные приемы пищи перекусами - 13
- Ребенок не умеет вести себя за столом-0
- Ребенок «увлекается» сладкими, острыми, жирными продуктами с высоким содержанием калорий: сладости, чипсы, сэндвичи или бутерброды, газированные напитки, сухарики и др.- 17
- Ребенок отказывается от полезных продуктов и блюд -46

*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. - 93

- Моет руки перед едой без напоминаний - 137
- Ест небольшими кусочками, не торопясь- 127
- Использует салфетку во время еды - 113
- Моет ягоды, фрукты, овощи перед тем, как их съесть - 149
- Читает книгу во время еды -27
- Смотрит телевизор во время еды -67
- Ест быстро, глотает большие куски -33

5. Как часто Ваш ребенок употребляет следующие продукты, блюда и напитки (отметить числом от 1 до 4 в соответствии с обозначенным ниже значением):

Каждый или почти каждый день-1

Несколько раз в неделю -2

Реже 1 раза в неделю -3

Не ест совсем -4

#### ПРОДУКТЫ

1Каши (любые каши, в том числе овсяная, гречневая, рисовая и др.)

1 – 17

2 – 37

3 – 109

4 – 4

2Супы (любые)

1 – 147

2 – 20

3 – 0

4 – 0

3Кисломолочные продукты (ряженка, кефир, йогурт и т.д.)

1 – 47

2 – 93

3 – 18

4 – 9

4Творог/ творожки, блюда из творога

1 – 42

2 – 73

3 – 18

4 – 34

5Свежие фрукты

1 – 132

2 – 31

3 – 4

4 – 0

6Свежие овощи и салаты из свежих овощей

1 – 32

2 – 31

3 – 57

4 – 47

7Хлеб, булка

1 – 137

2 – 20

3 – 3

4 – 7

8Мясные блюда

1 – 139

2 – 17

3 – 3

4 – 8

9Рыбные блюда

1 – 0

2 – 15

3 – 39

4 – 113

10Яйца и блюда из яиц

1 – 0

2 – 49

3 – 101

4 – 17

11Колбаса /сосиски

1 – 127

2 – 32

3 – 3

4 – 5

12Чипсы

1 – 0

2 – 16

3 – 36

4 – 21

13Сухарики в пакетика

1 – 0

2 – 16

3 – 130

4 – 21

14Чизбургеры / бутерброды

1 – 0  
2 – 0  
3 – 140  
4 – 27

15Леденцы

1 – 47  
2 – 59  
3 – 41  
4 – 20

16Шоколад, конфеты

1 – 37  
2 – 73  
3 – 40  
4 – 17

17Пирожные / торты

1 – 0  
2 – 41  
3 – 126  
4 – 0

НАПИТКИ

18Молоко

1 – 21  
2 – 63  
3 – 44  
4 – 39

19Какао

1 – 43  
2 – 27  
3 – 73  
4 – 24

20Сок / морс

1 – 41  
2 – 87  
3 – 37  
4 – 2

21Компот / кисель

1 – 52

- 2 – 37
- 3 – 73
- 4 – 5

22 Сладкая газированная вода (пепси-кола и т.п.)

- 1 – 7
- 2 – 29
- 3 – 75
- 4 – 44

*6. Какие основные приемы пищи присутствуют в режиме дня Вашего ребенка, в том числе считая приемы пищи в школе?*

- Завтрак - 93
- Второй завтрак - 167
- Обед - 151
- Полдник - 23
- Ужин - 167

*7. Можно ли сказать, что Ваш ребенок обычно питается в одно и то же время в выходные и каникулярные дни?*

- Да, ребенок питается в одно и то же время всегда - 93
- Да, почти всегда питается в одно и то же время - 43
- Нет, ребенок питается в разное время - 31

*8. Как Вы оцениваете необходимость обучения Вашего ребенка правильному питанию в школе?*

- Это нужно - 129
- Это скорее нужно - 31
- Это скорее не нужно, чем нужно - 7
- Это не нужно - 0

*9. Как Вы оцениваете возможные результаты обучения ребенка правильному питанию в школе?*

- Это поможет мне в организации правильного питания моего ребенка - 149
- Это скорее поможет мне организовать правильное питание для моего ребенка - 14
- Это вряд ли поможет мне организовать правильное питание моего ребенка - 4
- Это не поможет мне в организации правильного питания моего ребенка - 0

