

**Анализ анкетирования обучающихся
по теме «Здоровое питание школьника»**

Анкетирование проводилось в период с 14.11.2020 г. по 30.11.2020 года

№	Вопрос	5б 18 чел	10а 13 чел.	10а 15 чел.	Средний % 46 чел
1	Укажи свой пол: женский	12	5	8	54%
	мужской	6	8	7	46%
2	Считаешь ли ты себя здоровым? да	10	10	13	72%
	нет	2	3	2	28%
3 4	Здоровье твоего организма зависит от того, чем ты питаешься? да	10	12	9	67%
	нет	1		1	2%
	частично да	1	1	4	31%
5	Что бы быть здоровым, сколько раз в день достаточно кушать? 1 раз				
	2 раза		1		2%
	3-4 раза	17	12	11	65%
	более 5 раз	1		3	4%
6	Сколько раз в день питаешься ты: 1 раз		1		2%
	2 раза	2	3	3	17%
	3 раза	8	7	7	50%
	4 раза	7	1	4	26%
	5 раз и более	1	1		4%
	Ты завтракаешь дома? нет, никогда	1	2		7%

7	да, но не каждый день	6	2	4	26%
	да, каждый день	11	9	10	65%
8	Что чаще всего ты ешь на завтрак? молочную кашу	2	8	6	35%
	яичницу	6	3	5	30%
	бутерброд	4	1	5	22%
	сосиски			1	2%
	конфеты и сладкие булочки			1	2%
	свой вариант	Хлопья; в школе; фрукты, овощи; кофе; чай и хлеб;	Чай с бутербродом; молоко и хлопья;		
	Берешь ли ты с собой в школу домашний завтрак? да	7		3	22%
	нет	11	13	11	33%
9 10	Перекусываешь ли ты между основными приемами пищи? да	11	8	8	59%
	нет	4	4	4	26%
	свой вариант	Иногда 2 никогда	никогда	Иногда -2	
11	Если перекусываешь, то чем бы ты подкрепился? овощи, фрукты, орехи, творог со сметаной	12	7	12	52%
	булочка, шоколадка или чипсы	4	3	1	17%
	свой вариант	сушеные фрукты; бутерброды; салат с картофелем;	Не перекусываю; питьевой йогурт; фрукты;	Бутерброды;	
12	Как часто ты пьешь газированные напитки?				
	никогда	1	1	3	11%
	1 раз за несколько месяцев	2	4	3	20%
	1-3 раза в месяц	6	5	4	33%
	один раз в неделю	6		2	17%

	два раза в неделю	3	2	1	13%
	1 раз каждый день		1		2%
	2 и более раза в день			1	2%
	Coca-Cola, Sprite, Fanta, лимонады – сладкие газированные напитки. Для зубов: опасны;	18	13	14	98%
	полезны				
13	Как часто ты ешь сладкое (шоколад, мармелад, печенье, леденцы и т. д.)? несколько раз в день	3	4	1	17%
14	только после приема пищи - на десерт	11	8	12	67%
	не ем вообще	4	1	1	13%
	Как сахар воздействует на зубы? безвреден для зубов		1		2%
	обладает разрушающим действием	18	12	14	96%
15	Горячие блюда запивать холодными напитками: безвредно	1	2	1	9%
	вредно	17	11	14	91%
16	Употребление твердой пищи (яблоко, морковь) способствует: механическому очищению зубов	13	10	9	70%
17	плохому влиянию на десну	2	1	4	15%
	разрушению эмали зубов	3	2	1	13%
	Кальций, какова его роль для здоровья зубов: входит в состав тканей зуба, укрепляет его структуру	18	13	14	98%
	не важен для зубов				
18	Какой витамин помогает нашему организму усвоить кальций? витамин А	5	4	2	24%
	витамин D	13	9	12	74%
19	Сыр, морская рыба, овсяная каша. Что по твоему мнению объединяет эти продукты? высокое содержание кальция	17	12	14	93%
	низкое содержание кальция	1	1		4%

20	Как часто ты ешь рыбу?	5		4	20%
21	никогда				
	1 раз за несколько месяцев	5	4	1	22%
	1-3 раза в месяц	6	6	4	35%
	один раз в неделю	1	1	1	7%
	2 раза в неделю	1	2	4	15%
	1 раз каждый день	1			2%
	2 и более раза в день	1			2%
22	Как часто в твоём рационе присутствуют супы?		1		2%
	никогда				
	1 раз за несколько месяцев	1	1		4%
	1-3 раза в месяц	2	2	2	13%
	один раз в неделю	1		2	7%
	2 раза в неделю	4	3	5	26%
	1 раз каждый день	8	5	5	39%
2 и более раза в день	1	1		4%	
23	Как часто в твоём рационе присутствуют молочные продукты?		1		2%
	никогда				
	1 раз за несколько месяцев				
	1-3 раза в месяц	1			2%
	один раз в неделю			3	7%
	2 раза в неделю	2	4	3	20%
	1 раз каждый день	9	4	6	41%
2 и более раза в день	6	5	2	28%	
24	Крупы (в виде гарнира) присутствуют в твоём рационе:		1	1	4%
	никогда				
	1 раз за несколько месяцев	1		1	4%

	1-3 раза в месяц	5	1	1	15%
	один раз в неделю	1		2	7%
	2 раза в неделю	9	6	6	46%
	1 раз каждый день	2	5	3	22%
	Сказывается ли на здоровье зубов недостаток фтора? да, недостаток фтора приводит к кариесу зубов	15	10	7	70%
	нет, не сказывается	3	3	7	28%
25	Зеленый и черный чай в своем составе содержит большое количество витамина Д	6	5	9	43%
	фтора	12	8	5	54%
26	Сколько раз в день ты пьешь чай?	1	3	6	22%
27	один раз				
	два и более раз в день	12	9	6	59%
	свой комментарий	1 раз в день; пью зелёный чай несколько раз в неделю; 3 раза в день; 5 раз в неделю;		Четыре раза в день	
	Продукты, содержащие полезные для организма углеводы гречка, яблоко и огурец	18	12	14	96%
	чипсы, мармелад и шоколад		1		2%
28	Продукты наиболее богатые белком: яблоко, овсяное печенье и шоколад	2	1		7%
	мясная котлета, сыр и куриное яйцо	16	12	14	91%
29	Как часто ты перекусываешь в кафе «быстрого питания»:	4	2	2	17%
30	никогда				
	1 раз за несколько месяцев	7	3	5	33%
	1-3 раза в месяц	7	6	5	39%
	один раз в неделю		1	2	7%
	2 раза в неделю		2		4%

	каждый день	1			2%
31	Питаешься ли ты в школьной столовой? никогда	3	2	8	28%
	1 раз за несколько месяцев	1	1	1	7%
	1-3 раза в месяц	2	2		9%
	один раз в неделю	2	1	2	11%
	2 раза в неделю		2		4%
	каждый день	9	5	3	37%
32	Нравится ли тебе школьное питание? Если да, напиши своё любимое блюдо да	5	6	5	35%
	нет	1	2	5	17%
	иногда	6		3	20%
	блюдо	Сырники, сосиска в тесте; оладьи; блины со сгущенкой;	Макароны с сосиской; филе, котлета, гуляш	Рис с рыбой;	
33	Если бы работа столовой Вашей школы оценивалась по пятибалльной системе, чтобы Вы поставили? 5	5	5	1	24%
	4	6	2	6	26%
	3	3	3	3	20%
	2	1		1	4%
	Какие блюда Вы бы добавили в школьное меню?	Чипсы, манго, ананас, хлопья, коктейль, фрукты; кофе с молоком; шашлык, сырный крем-суп; стейк; шашлык; солянка; блины; фасолевый суп.	Лазанью; пельмени; вареники; вареные яйца; мороженое; каша перловая, ячница, орехи; куриные нагетсы, батончики.	Овощная нарезка; спагетти болоньезе; тыквенный суп; бургеры; картофель фри, крабы, устрицы; фасоль, цветная капуста; мороженое; стейк, морепродукты, вареники, суши, хинкали, лаваш грузинский;	

