

### Анкета «Заботитесь ли Вы о здоровье детей?»

Меры по укреплению здоровья детей	Регулярность применения		
	Регулярно	Не регулярно	Вообще нет
Посещение врачей			
Прием лекарств			
Соблюдение режима дня			
Соблюдение гигиенических норм			
Занятия физическими упражнениями			
Правильное питание			
Прогулки на свежем воздухе			
Закаливание			
Немедикаментозные средства оздоровления (массаж и т. п.)			
Утренняя зарядка			
Закаливающие процедуры			
Пешие прогулки			
Велосипедные прогулки			
Оздоровительный бег			
Плавание			
Спортивные игры			
Туризм			
Релаксационная гимнастика			
Минутки покоя			
Минутки веселья			

## Результаты опроса «Соблюдаете режим?»

Компоненты режима	Время	Регулярность соблюдения		
		Регулярно	Не регулярно	Вообще нет
Подъем	07.00-08.00			
Утренняя гимнастика	08.05			
Завтрак	08.30			
Самостоятельные игры	08.30-09.15			
НОД	09.15-10.05			
Завтрак 2	10.05-10.15			
Прогулка	10.15-12.10			
Обед	12.30			
Сон	13.00-15.00			
Разминка после сна	15.00-15.30			
НОД	15.30-16.00			
Полдник (уплотненный)	16.10-16.30			
Самостоятельные игры	16.30-17.00			
Прогулка	17.00-19.00			
Ужин	19.30			
Занятия по интересам	20.00-21.00			
Ночной сон	21.00-07.00			

### Анкета «Путь к здоровью, силе, бодрости»

Формы и виды	Регулярность применения		
	Регулярно	Не регулярно	Вообще нет
Утренняя зарядка			
Закаливающие процедуры			
Пешие прогулки			
Лыжные прогулки			
Велосипедные прогулки			
Оздоровительный бег			
Плавание			
Спортивные игры			
Туризм			
Занятия в оздоровительных группах			
Релаксационная гимнастика			
Минутки покоя			
Минутки веселья			