

АНКЕТА  
для учащихся 1 – 4 классов

1. Что значит для тебя быть здоровым человеком?

- не болеть
- быть в хорошем настроении
- без усталости учиться на уроках
- сохранять бодрость в течение всего дня
- иметь тренированное тело
- иметь хорошую память
- быть внимательным

2. Что помогает организму быть здоровым?

- прием лекарств
- ежедневная зарядка
- соблюдение режима дня
- правильное питание
- прогулки на свежем воздухе
- занятия спортом
- уроки физкультуры
- продолжительный сон
- прием витаминов
- содержание своего тела в чистоте

3. Что делаешь ты, чтобы твой организм оставался здоровым?

---

---

---

---

4. Чтобы сохранить здоровье – надо вести здоровый образ жизни. Какие правила поведения должен ты соблюдать?

- соблюдать режим дня
- чередовать труд и отдых
- делать регулярно физические упражнения
- кушать овощи, фрукты, мясо, рыбу, творог и другие полезные продукты
- быть приветливым и жизнерадостным
- играть в разнообразные подвижные и познавательные игры
- дружить с умной книгой
- любить учиться, с радостью познавать мир
- следить за чистотой тела
- жить по правилам «волшебных» слов

5. Откуда ты получаешь больше всего информации о здоровье?

- из книг и журналов
- из различных телепередач
- от учителей
- от родителей
- от врачей
- от друзей