

## Уважаемые коллеги!

На кафедре оздоровительной физической культуры и адаптивного спорта РГПУ им. А.И. Герцена разрабатывается система мероприятий, направленная на сохранение и укрепление здоровья педагогов. Просим Вас ответить на вопросы анкеты.

ФИО \_\_\_\_\_

Год рождения \_\_\_\_\_

Стаж работы в образовательных учреждениях \_\_\_\_\_

### 1. Здоровый образ жизни, для вас в большей мере – это (один вариант):

- а) отказ от вредных привычек;
- б) правильное питание (диета);
- в) физическое воспитание;
- г) закаливание;
- д) соблюдение режима дня.

### 2. Оцените по пятибалльной шкале, насколько ваш стиль жизни соответствует здоровому образу жизни (1 – не соответствует; 5 – полностью соответствует).

1. 2. 3. 4. 5.

### 3. Какое место в, вашей жизни занимают занятия физическими упражнениями?

- а) я активно занимаюсь физической культурой и спортом, иногда выступаю на соревнованиях;
- б) я занимаюсь оздоровительной физической культурой (хожу в фитнес-центр, бассейн и т.п.);
- в) я иногда принимаю участие в физкультурно-массовых мероприятиях вместе с семьей («Льжня России» и т.п.);
- г) я стараюсь вести активный образ жизни (походы с семьей в выходные, длительные прогулки, физические упражнения дома и т.п.);
- д) у меня нет возможности заниматься физической культурой, но я знаю, что это полезно;
- е) физическая культура мне не нравится, я ей не занимаюсь, у меня много других дел и интересов;
- ж) другое \_\_\_\_\_

### 4. Если бы в учреждении (или в районе) проводились физкультурно-спортивные игры для педагогов, в каком виде состязаний Вы бы хотели участвовать?

- а) спортивные игры (волейбол, баскетбол и т.п.);
- б) гимнастика (ритмическая гимнастика, спортивные танцы и т.п.);
- в) плавание;
- г) лыжи;
- д) коньки;
- е) велосипед;
- ж) туризм;
- з) интеллектуальные игры (шахматы, шашки);
- и) другое \_\_\_\_\_

к) я хотел бы участвовать в качестве болельщика.

**5. Какая форма организации физкультурно-спортивной работы с педагогами в образовательном учреждении Вам кажется наиболее интересной (можно несколько ответов):**

- а) организация для педагогов занятий физическими упражнениями в вечернее время непосредственно на базе образовательного учреждения;
- б) коллективный абонемент в фитнес-клуб;
- в) коллективный абонемент в бассейн;
- г) спартакиада сотрудников образовательного учреждения;
- д) коллективные походы в выходные дни;
- е) участие группы педагогов в общегородских (всероссийских) физкультурно-массовых мероприятиях («Лыжня России» и т.п.);
- ж) разовые мероприятия по популярным видам спорта (боулинг, керлинг и т.п.);
- з) физкультурно-спортивные мероприятия совместно с педагогами других учреждений;
- и) другое \_\_\_\_\_

**6. Как Вы относитесь к возрождению в нашей стране комплекса ГТО?**

- а) очень хорошо, это даст новый импульс развитию идеи здорового образа жизни в нашей стране;
- б) хорошо, должна быть система, которая контролирует физическую подготовленность и здоровье разных групп населения;
- в) нормально, почему бы нет, если сдача нормативов будет добровольной;
- г) безразлично, мне все равно, меня это не касается;
- д) плохо, мы возвращаемся к старой идеологии;
- е) очень плохо (ваша причина) \_\_\_\_\_
- ж) не знаю, у меня нет мнения по этому вопросу.

**7. Был ли у Вас опыт сдачи норм ГТО?**

- а) нет, я не представляю что это такое (не застал (а) это время).
- б) нет, я знаю, что это такое, но сам(а) не участвовал(а).
- в) да, я сдавал(а) нормы ГТО как все в то время, ничего особенного, просто бегаешь и прыгаешь;
- г) да, я с успехом сдавал(а) нормы ГТО, имел(а) серебряный (золотой) значок;
- д) я участвовал(а) в спартакиаде ГТО, имею награды;
- е) другое \_\_\_\_\_

**8) Совершенствование порядка начисления стимулирующих выплат предполагает включение раздела, связанного с заботой работника о сохранении и укреплении своего здоровья. Какие бы показатели, Вы включили бы в этот раздел?**

- а) отсутствие пропусков рабочих дней по болезни;
- б) занятия физическими упражнениями по абонементам (фитнес-клуб, бассейн и т.п.);
- в) участие в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях в образовательном учреждении и в районе;
- г) организация и участие в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни;
- д) сдача норм ГТО;
- е) получение бронзового, серебряного или золотого значка ГТО;
- ж) другое \_\_\_\_\_

**Спасибо за участие в исследовании!**