

# 最新零食调查总结 中学生吃零食习惯调查报告(模板8篇)

通过教师总结，可以不断优化自己的教学方式，提高教学效果，让学生更好地掌握知识。如果你对军训总结写作感到困惑，不妨参考以下精选范文，或许能够给你一些启示。

## 零食调查总结篇一

在人们越来越注重自身素养的今天，报告使用的次数愈发增长，我们在写报告的时候要注意语言要准确、简洁。那么，报告到底怎么写才合适呢？下面是小编整理的中学生吃零食习惯调查报告，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

为了详细调查有关在校中学生“吃零食”习惯的现象，笔者不仅在班上开展了一些“问卷调查”，还暗中查访学校小卖部及学校周边零食店，以期能获得完备的一手资料。现就以多次的调查结果整理如下：

- 1、生活水准的提高。从调查的结果来看，80%的学生的家庭比较富裕，父母要么是有固定的高收入者，要么家庭中都有合法的经济的来源。平时的节气，特别是春节期间，子女都能获得很多的“压岁钱”。据统计，103名学生中，“压岁钱”达500元以上者有25%。
- 2、家长的溺爱。部分学生的父母都在外面打工，常年没有回家，很少对子女的身心有贴心的关怀，常常以金钱的方式来表达自己的愧疚。这样的学生达到40%以上。
- 3、环境的影响。无论在什么地方，都可以看见大人人们随意地啃食零食，而且随意地乱扔，学生看到眼里，记在心里。

学生有句口头禅：他都在吃嘛。有这种想法的在9%左右。

4、深受请客风的影响。由于受到社会请客风的影响，部分学生的头脑里，也产生了今天你请我吃了一包，明天我就得请你吃一袋，以还人情。

5、受广告、电视等媒体的影响。调查中看到学生常常受广告、电视食品广告宣传影响，看什么包装希奇，色彩鲜艳就选购什么，却不过问它的营养！

6、享受型。有这种想法的学生虽然不多，但也不可忽视它的影响力。追求物质的享乐，是他们整天关注的事情，吃零食也不在话下了。

7、放松心态。部分学生认为吃零食，特别是甜食可以使人的心情愉悦，心里感到轻松自然，于是，久而久之，所谓“放松”也成了学业沉重的学生们吃零食的原因之一。

1、影响食欲。如果经常吃零食，如以饼干、方便面等替代一日三餐，必然会造成孩子胃肠消化活动的规律的破坏，严重影响子女的食欲。最后影响孩子的身体健康。

2、影响味觉。零食中的酸、甜、咸各种味道都非常的强烈刺激，经常吃，会造成对孩子味觉的破坏，如某些牌子的方便面里，有极其辛辣的调料，经常食用，会导致孩子的味觉迟钝，进而对一般的饮食根本不足以引起食欲，影响孩子的生长发育。

3、破坏生理调节规律。人的身体器官都有它活动的规律，到了一定的时候，所以我们到了一定的时候会产生饥饿的感觉，就是这个道理。那么，经常吃零食。常常就强力打破这种规律，必然就会对身体器官产生危害，严重时，可能会危及生命。

4、加重胃肠负担。经常吃零食会加重人的胃肠负担，使胃肠经常处于紧张状态中，得不到休息，因而会减弱消化器官的工作能力，引起消化不良症。

5、有利于不良习惯的养成。吃零食是不分时间和场合的，常常是不洗手，不分地点而食用。如在公路边，大街上，边走边吃。不仅有损身体健康，还会养成不良的饮食习惯，造成疾病的侵害。

6、污染环境。绝大多数吃零食者，都是把零食包装随意扔掉，对环境造成破坏。甚至少数学生把零食带到教室，更不得学习。

针对中学生吃零食的习惯，笔者也与其他教育者进行了多次的分析讨论，有人也认为孩子吃零食并不是一件坏事，只要把握一个度，不要经常吃就行了；同时认为，要解决学生经常吃零食这一困扰教育者的问题，只能进行疏导，不能用“釜底抽薪”的办法，即堵塞不如疏导！

1、加强教育，认识危害。中学生正处在一个可塑性很强的生理、心理阶段，因此，我们有必要对他们进行生理、心理的教育，让他们正确对待“零食”，认识经常吃零食对自己身体有哪些危害性，以期达到警醒的目的。

2、培养学生良好的饮食习惯。习惯是养成的，一种坏的习惯同样是这样养成的，那么，我们可以用“习惯去克服习惯”（托马斯·坎佩斯语），以良好的饮食习惯替代学生的不良习惯。

3、要具有包容心态。有时，面对学生的一些不良饮食习惯，我们不必大惊小怪、小题大做。就给予学生以谆谆教诲。而不是一看见学生吃零食就大发雷霆，大声喝斥。如果这样，就会让学生产生排斥心理，得不偿失。

4、控制零花钱。一些学生家长，特别是独生子女的家长，或父母不在身边的学生，家长常常会觉得自己对子女没有迟到应有的责任，于是，就以金钱的方式进行“弥补”，这也造成了学生乱用钱的坏习惯。因此，要控制学生的零花钱，要有目的地控制给孩子的零花钱，这样就能使学生做到不该买的不买，不该吃的不吃，能有效地控制学生吃零食。

5、定时定量吃零食。既然学生吃零食的现象一时无法消除（为什么一定要消除呢？其实偶尔的零食也是有益的）何不采取一定的措施进行限制！引导学生在固定的时间零食，学生反而会快乐期待点心时间的来临！最好的时间应设在正餐前一至二小时，供给量不要太多，以免影响正餐的食欲。

通过这次调查活动，我深深感受到，我们在做任何一件事的时候，都应该进行“换位”思考，多从学生的角度考虑，多从他们的实际情况出现，你才会觉得，堵塞不如疏导！

## 零食调查总结篇二

生活在这个丰衣足食时代的我们，是否还记得“锄禾日当午，汗滴禾下土；谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”以下是“外卖现象调查报告”，希望能够帮助的到您！

### 一、引言

本次调查采用网络调查方法，问卷调查大学城学生，关于外卖情况的调查，本团队综合以上问卷调研和实地走访的结果，对原先的问卷进行了一定的修改，在网上发布后分享到各个地方让大学生去填。回收了46份问卷，调查显示，外卖对提高大学的饮食质量起到了一定的作用，具有强大的活力，但外卖仍存在诸多卫生隐患，亟需食品、药品监督管理局对其进行监控、整改。

## 二、调查的目的

## 三、调研方法

1、样本规模：46

2、调查时间：11月14日-----11月18日

3、样本框架：大学城为主其他学校学生为辅。

方法：主要网络调查，网络问卷方法为主。

## 四、调研结果

1、您是否经常困扰中午应该吃什么？

大部分的人都受着午餐吃什么的困扰，这是普遍的问题。

2、在学习日时，您午餐的'选择是

大学生在校学习时通常选择就餐的地方是学校食堂，其次是上餐馆最后是叫外卖，此种现象说明大部分学生更愿意在校食堂食用。

3、最近三个月内，您叫外卖的频率更接近于？

由上图可知大学生叫外卖频率不是很高，这也算是很好的现象。

4、您在什么情况下会选择叫外卖呢？

大学生在不想出门的情况下才会选择的订外卖，其次是没人陪同吃饭，再然后是跟风。

5、您一般通过什么方式订外卖？

大学生通过网上订餐和外卖app频率较高，符合学生使用现代网络。跟随潮流。

6、您一般通过什么途径知道外卖店？

学生通过上网查询和传单广告途径知晓外卖店。这也是一些商家经常运用的营销方法。

7、.在您的外卖经历中，您觉得存在的哪些问题是？

遇到最多问题是送餐的速度，味道和照片与实物的不符，这也是普遍出现的问题，我们肯您对外卖服务最看重的是哪方面？以根据这些问题进行改善。

8、您对外卖服务最看重的是哪方面？

学生对于外卖服务最看重的就是服务方面，服务是现在最大的问题。

9、您能接受的午餐价格？

对于现在的学生来说，大部分人会选择较为便宜的外卖，15元之类，大学生的生活费也没有很多，一般家庭会控制住学生的生活生活费，这也是可以理解的。

## 五、调研总结

学校放开对校内餐饮经营模式的规定，增加校内餐饮的竞争力，在调查中，我们发现有些学校采取了限制外卖的措施。笔者认为，与其限制他人发展，不如谋取自身发展。校园内为何不办一些餐饮呢？所谓近水楼台先得月学校里办餐饮必定比校外餐饮占优势。如果学校里办一家餐馆，哪怕价格比校外高一点，其经营状况估计也会很火爆。就以我们的邻居上师大为例，上师大校内餐饮就采取了多样化的模式，学校

食堂分为大众口味、川菜、粤菜、面食等，有些食堂还提供夜宵。除了食堂，学校还设了甜点店、小吃一条街等。学生在校就能吃到自己想吃的食物，根本无需叫外卖或出去吃。于是出现了一种奇怪的现象，在上师大校外的饭店里，我校的学生比上师大的多。学校只有放开餐饮的经营模式，才能够留住客源，如果校园餐饮还是那么单一，客源必定剧减。

加强对校园周边餐馆的监管。外卖是打不尽杀不绝的，与其一味的打击它、限制它，不如去引导它、规范它。卫生部门要加强对那些不符合标准的餐馆的监督力度，强制其整改。同时，学生们如果碰到不符合规范的餐馆，有义务及时向卫生部门举报。在走访奉贤食品药品监督管理局时，我们已将我校周边的餐饮情况向监督所反映。

加强饮食安全教育。学生会、团委可以运用多种载体加强宣传，通过传单、讲座等的形式告诉学生不吃卫生状况不明的食物。笔者建议，学生应确认所叫外卖的店家有营业执照。

学校要倾听学生的要求。我们想吃什么，当然是我们自己最清楚。但是有95%的同学认为学校没有重视自己的需求和意见。校方表示以前都会召开座谈会，但是大多数同学根本不知道这件事情。开座谈会不能仅仅留于形式，要切实地倾听学生意见，并有所行动。

学校后勤部应联合校园内外餐饮业主多组织一些有关餐饮的活动，

为餐饮业主与大学生构建一个沟通平台，并从中宣传普及一些关于食品卫生等方面的知识。例如举办校园食神比赛、校园饮食文化节等。

## 零食调查总结篇三

### 一、中学生吃零食的原因

1、生活水准的提高。从调查的结果来看，80%的学生的家庭比较富裕，父母要么是有固定的高收入者，要么家庭中都有合法的经济的来源。平时的节气，特别是春节期间，子女都能获得很多的“压岁钱”。据统计，103名学生中，“压岁钱”达500元以上者有25%。

2、家长的溺爱。部分学生的父母都在外面打工，常年没有回家，很少对子女的身心有贴心的关怀，常常以金钱的方式来表达自己的愧疚。这样的学生达到40%以上。

3、环境的影响。无论在什么地方，都可以看见大人人们随意地啃食零食，而且随意地乱扔，学生看到眼里，记在心里。学生有句口头禅：他都在吃嘛。有这种想法的在9%左右。

4、深受请客风的影响。由于受到社会请客风的影响，部分学生的头脑里，也产生了今天你请我吃了一包，明天我就得请你吃一袋，以还人情。

5、受广告、电视等媒体的影响。调查中看到学生常常受广告、电视食品广告宣传影响，看什么包装希奇，色彩鲜艳就选购什么，却不过问它的营养！

6、享受型。有这种想法的学生虽然不多，但也不可忽视它的影响力。追求物质的享乐，是他们整天关注的事情，吃零食也不在话下了。

7、放松心态。部分学生认为吃零食，特别是甜食可以使人的心情愉悦，心里感到轻松自然，于是，久而久之，所谓“放松”也成了学业沉重的学生们吃零食的原因之一。

## 二、中学生吃零食存在的危害

1、影响食欲。如果经常吃零食，如以饼干、方便面等替代一日三餐，必然会造成孩子胃肠消化活动的规律的破坏，严重



影响子女的食欲。最后影响孩子的身体健康。

2、影响味觉。零食中的酸、甜、咸各种味道都非常的强烈刺激，经常吃，会造成对孩子味觉的破坏，如某些牌子的方便面里，有极其辛辣的调料，经常食用，会导致孩子的味觉迟钝，进而对一般的饮食根本不足以引起食欲，影响孩子的生长发育。

3、破坏生理调节规律。人的身体器官都有它活动的规律，到了一定的时候，所以我们到了一定的时候会产生饥饿的感觉，就是这个道理。那么，经常吃零食。常常就强力打破这种规律，必然就会对身体器官产生危害，严重时，可能会危及生命。

4、加重胃肠负担。经常吃零食会加重人的胃肠负担，使胃肠经常处于紧张状态中，得不到休息，因而会减弱消化器官的工作能力，引起消化不良症。

5、有利于不良习惯的养成。吃零食是不分时间和场合的，常常是不洗手，不分地点而食用。如在公路边，大街上，边走边吃。不仅有损身体健康，还会养成不良的饮食习惯，造成疾病的侵害。

6、污染环境。绝大多数吃零食者，都是把零食包装随意扔掉，对环境造成破坏。甚至少数学生把零食带到教室，更不得学习。

针对中学生吃零食的习惯，笔者也与其他教育者进行了多次的分析讨论，有人也认为孩子吃零食并不是一件坏事，只要把握一个度，不要经常吃就行了；同时认为，要解决学生经常吃零食这一困扰教育者的问题，只能进行疏导，不能用“釜底抽薪”的办法，即堵塞不如疏导！

三、解决中学生吃零食的有效策略

1、加强教育，认识危害。中学生正处在一个可塑性很强的生理、心理阶段，因此，我们有必要对他们进行生理、心理的教育，让他们正确对待“零食”，认识经常吃零食对自己身体有哪些危害性，以期达到警醒的目的。

2、培养学生良好的饮食习惯。习惯是养成的，一种坏的习惯同样是这样养成的，那么，我们可以用“习惯去克服习惯”（托马斯·坎佩斯语），以良好的饮食习惯替代学生的不良习惯。

3、要具有包容心态。有时，面对学生的一些不良饮食习惯，我们不必大惊小怪、小题大做。就给予学生以谆谆教诲。而不是一看见学生吃零食就大发雷霆，大声喝斥。如果这样，就会让学生产生排斥心理，得不偿失。

4、控制零花钱。一些学生家长，特别是独生子女的家长，或父母不在身边的学生，家长常常会觉得自己对子女没有迟到应有的责任，于是，就以金钱的方式进行“弥补”，这也造成了学生乱用钱的坏习惯。因此，要控制学生的零花钱，要有目的地控制给孩子的零花钱，这样就能使学生做到不该买的不买，不该吃的不吃，能有效地控制学生吃零食。

5、定时定量吃零食。既然学生吃零食的现象一时无法消除（为什么一定要消除呢？其实偶尔的零食也是有益的）何不采取一定的措施进行限制！引导学生在固定的时间零食，学生反而会快乐期待点心时间的来临！最好的时间应设在正餐前一至二小时，供给量不要太多，以免影响正餐的食欲。

6、统一发放零食。由于市面上卖的零食，大部分都含有大量的油、糖、香料和其他添加剂，香味浓郁，对健康不利。由学生自己购买，因分不清神经质成分，不利于健康。可以由专人统一购买，统一发放，这样既减少了学生随意吃零食的不良习惯，也对学生的文明行为习惯的形成和身体健康有益。

通过这次调查活动，我深深感受到，我们在做任何一件事的时候，都应该进行“换位”思考，多从学生的角度考虑，多从他们的实际情况出现，你才会觉得，堵塞不如疏导！

## 零食调查总结篇四

### 1. 调查目的：

我们青少年正需要长身体，应该补补身体，但是，零食都是我们小学生喜爱的零食对身体有很多危害，如果多吃零食会扰乱正常消化规律，造成消化吸收功能紊乱，影响正常进食后的消化吸收，进而影响孩子的饮食。所以，为了更进一步了解小学生吃零食情况，我们利用国庆假期对小区里的同学进行了吃零食情况调查，建议大家多吃绿色食品、讲究卫生。

### 2. 调查者：

组长：苗敏 组员：苑航

### 3. 调查对象：

小区里1到6年级学生。

### 4. 调查方式：

问卷调查、采访

### 5. 调查时间：

20xx年10月4日、10月5日

### 6. 调查过程及结果分析：

本次调查我们共发放了50份调查问卷，收回48份，其中有效

问卷47份，在小区里采访了23位同学，有高年级的，有低年级的。其中男同学有35人，女同学也有35人，高年级同学25人，低年级同学45人。从调查情况看，低年级吃零食人数占被调查人数的85%，这是因为他们年龄小，喜欢吃零食，大人不会阻拦；高年级吃零食人数占被调查人数的55%，这是因为家长不让学生吃零食或者学生自己对零食不感兴趣。男同学吃零食人数占被调查男同学总数的75%；女同学吃零食人数占被调查女同学总数的60%。可见，同学们都把零食当做了自己的“好朋友”。

## 零食调查总结篇五

调查目的：通过调查，引导同年龄的小学生认识爱吃零食的危害，纠正他们的这种不良饮食习惯，向吃零食的习惯告别，培养健康的生活习惯。

调查时间：1-10——3-8

调查地点：代家堡学校

调查方法：采取问卷和访谈相结合的方法

调查对象：五、六年级学生

调查结论：我们应少吃零食养成健康的生活习惯。

### 一、关于小学生吃零食现象的现状

如果你从我们学校经过，你会发现一种奇怪的现象，放学后，大部分同学不是向家的方向走去，而是以迅雷不及掩耳的速度、如饿虎扑食般地朝学校对面的小卖部冲去。

马路上已是拥挤不堪，果皮和纸屑随处可见……，这种现象不但严重影响了上学和放学的交通安全和原本稳定的周边秩

序，而且也不符合饮食卫生，严重地危害我们小学生的身体健康。加之校门前这条路比较窄，人车流量又大，很容易造成事故。于是我决定对本校学生的吃零食现象进行调查。

## 二、调查分析

### 调查之一：基本情况

首先，让我们来看一下从调查中得到的一些数据：

#### 项目百分比

非常喜欢19.2%

喜欢36.1%

一般31.3%

不喜欢13.3%

由此，我们可以发现：

只有13.3%的同学不喜欢零食，将近86.7%的同学都不拒绝零食。喜欢或非常喜欢吃零食的同学已超过一半，而且特别喜欢在放学后或看电视时吃。

价格一般在1-3元左右。在吃的零食当中有近50%的零食是油炸、膨化食品；饮料类、甜糖类的比例也不少，这对身体很不利，他们也十分清楚吃零食对身体不好，但就是很难改掉吃零食的毛病，这项调查给我们同学们敲响了警钟，看来吃零食的同学还不在少数，我们一定要想办法改掉吃零食的坏习惯才行啊！

### 原因探究

而再深入调查为什么会有那么多的同学喜欢吃零食，我们发现：

有7%的同学觉得包装好看，尝试新鲜，28%的同学看见别人吃受诱惑，33%的人吃零食的心情是解闷，无所事事；还有32%的人吃零食的原因是：以成习惯，说不清原因。由此看来喜欢吃零食一种盲目心理，从众心理。在调查中我们得知，很多同学受周围朋友、同学的影响，仅仅是为了满足口感，自然形成了吃零食的习惯。另外科学研究表明，甜食可以使人的心情愉悦。

但更多时候是人吃零食带给的放松自在，久而久之，所谓放松成了学业沉重的学生们吃零食解闷的原因。再有部分学生为显示自己家庭富裕或个性等，乱消费、高消费。

这种行为也是我们同年龄学生中较特出的心理。

还有随着国内经济的发展，人民生活水平的不断提高，对零食这一产品的需求也不断增大。

商场上零食产品琳琅满目多种多样。

而我们代家堡相对比较富裕，小学生的零用钱也不断增多。

众多零食广告抓住小学生酷爱新鲜、爱休闲的特点，在外表上、包装上花心思，于是小学生们成为零食市场的主要消费者。

我经过了多次调查，翻阅了大量的资料，最后在《小学生十万个为什么》中找到了多吃零食对我们身体有着极大的危害。

我们吃下去的食物，要靠胃肠分泌的各种消化液，把食物消化了，才能把它变成我们身体的各种营养，如果嘴老是吃个不停，胃和肠就要不停地分泌消化液，这样胃肠就得不到休

息。等到正式吃饭，需要消化系统各个器官集中吸收时，肠胃工作效率反而降低，时间一长，就会对吃饭不感兴趣，体内就得不到足够的营养，长此以往，胃肠的消化功能减退，甚至产生消化道的疾病。

另外，吃零食的时候，同学们不注意卫生，随手抓来就吃，这样，很容易得传染病。那么用白纸包裹着行吗？不行。

因为白纸必须加荧光增白剂。

荧光增白剂含有胺基化合物，这种物质会诱发癌症。有人说，现在人们不都是用塑料袋吗？其实不然。

有些塑料是含苯成分的，它不适合盛装食物。况且塑料不易降解，容易污染环境，所以在选择何种材料作为食品的包装研究中很值得人们去探索和挖掘。

因此，我们提醒那些爱吃零食的同学们改掉这个坏习惯，提醒这些同学的爸爸妈妈们不要给他们太多的零用钱，不要太纵容孩子吃零食，从小就养成良好的饮食习惯，不偏食、不贪吃，不暴饮暴食，严格控制零食；每日定食定量相对稳定，而且荤素与营养均衡搭配，合理饮食。只要持之以恒，定能提高孩子食欲和消化功能，又能保证孩子智力的正常发育。这也是我们进行该项调查的最终目的。

### 三、调查感想

经过这次调查，我觉得零食虽然好吃，但是吃多了对人的健康却有极大的坏处。首先，零食热量高，会导致身体发胖，抵抗力下降，疾病就会找上你；其次，零食色素多，会妨碍身体的健康；最后零食糖份高，会长蛀牙，还会影响消化。因为我们现在都很喜欢吃新潮的零食，所以生产商为了赚钱，就用上了化学品把零食制作得很漂亮想吸引小学生去买，他们根本就没有想过消费者的身体健康的。

所以在这里，我想提醒大家一句：为了您的身体健康，请告别零食。另外，经过这次调查，我发现乱吃零食会导致地上都是垃圾，严重影响空气的清洁程度，会导致食物中毒，也会给家长带来压力；还有些同学为了满足吃零食的欲望，去敲诈小同学甚至想到了偷、抢等几种弄钱的方法，导致走上犯罪的道路。

## 零食调查总结篇六

### 一、关于小学生吃零食现象的现状

这种现象不但严重影响了上学和放学的交通安全和原本稳定的周边秩序，而且也不符合饮食卫生，严重地危害我们小学生的身体健康。加之校门前这条路比较窄，人车流量又大，很容易造成事故。于是我决定对本校学生的吃零食现象进行调查。。

### 二、调查分析

#### 调查之一：基本情况

首先，让我们来看一下从调查中得到的一些数据：

你喜欢吃零食吗？

由此，我们可以发现：只有13.3%的同学不喜欢零食，将近86.7%的同学都不拒绝零食。喜欢或非常喜欢吃零食的同学已超过一半，而且特别喜欢在放学后或看电视时吃。价格一般在1-3元左右。在吃的零食当中有近50%的零食是油炸、膨化食品；饮料类、甜糖类的比例也不少，这对身体很不利，他们也十分清楚吃零食对身体不好，但就是很难改掉吃零食的毛病，这项调查给我们同学们敲响了警钟，看来吃零食的同学还不在少数，我们一定要想办法改掉吃零食的坏习惯才行啊！



原因探究而再深入调查为什么会有那么多的同学喜欢吃零食，我们发现：

有7%的同学觉得包装好看，尝试新鲜，28%的同学看见别人吃受诱惑，33%的人吃零食的心情是解闷，无所事事；还有32%的人吃零食的原因是：以成习惯，说不清原因。由此看来喜欢吃零食一种盲目心理，从众心理。在调查中我们得知，很多同学受周围朋友、同学的影响，仅仅是为了满足口感，自然形成了吃零食的习惯。另外科学研究表明，甜食可以使人的心情愉悦。但更多时候是人吃零食带给的放松自在，久而久之，所谓放松成了学业沉重的学生们吃零食解闷的原因。再有部分学生为显示自己家庭富裕或个性等，乱消费、高消费。这种行为也是我们同年龄学生中较特出的心理。还有随着国内经济的发展，人民生活水平的不断提高，对零食这一产品的需求也不断增大。商场上零食产品琳琅满目多种多样。而我们代家堡相对比较富裕，小学生的零用钱也不断增多。众多零食广告抓住小学生酷爱新鲜、爱休闲的特点，在外表上、包装上花心思，于是小学生们成为零食市场的主要消费者。

我经过了多次调查，翻阅了大量的资料，最后在《小学生十万个为什么》中找到了多吃零食对我们身体有着极大的危害。我们吃下去的食物，要靠胃肠分泌的各种消化液，把食物消化了，才能把它变成我们身体的各种营养，如果嘴老是吃个不停，胃和肠就要不停地分泌消化液，这样胃肠就得不到休息。等到正式吃饭，需要消化系统各个器官集中吸收时，肠胃工作效率反而降低，时间一长，就会对吃饭不感兴趣，体内就得不到足够的营养，长此以往，胃肠的消化功能减退，甚至产生消化道的疾病。

另外，吃零食的时候，同学们不注意卫生，随手抓来就吃，这样，很容易得传染病。

那么用白纸包裹着行吗？不行。因为白纸必须加荧光增白剂。荧光增白剂含有胺基化合物，这种物质会诱发癌症。有人说，

现在人们不都是用塑料袋吗?其实不然。有些塑料是含苯成分的，它不适合盛装食物。况且塑料不易降解，容易污染环境，所以在选择何种材料作为食品的包装研究中很值得人们去探索和挖掘。

因此，我们提醒那些爱吃零食的同学们改掉这个坏习惯，提醒这些同学的爸爸妈妈们不要给他们太多的零用钱，不要太纵容孩子吃零食，从小就养成良好的饮食习惯，不偏食、不贪吃，不暴饮暴食，严格控制零食；每日定食定量相对稳定，而且荤素与营养均衡搭配，合理饮食。只要持之以恒，定能提高孩子食欲和消化功能，又能保证孩子智力的正常发育。这也是我们进行该项调查的最终目的。

### 三、调查感想

经过这次调查，我觉得零食虽然好吃，但是吃多了对人的健康却有极大的坏处。首先，零食热量高，会导致身体发胖，抵抗力下降，疾病就会找上你；其次，零食色素多，会妨碍身体的健康；最后零食糖份高，会长蛀牙，还会影响消化。因为我们现在都很喜欢吃新潮的零食，所以生产商为了赚钱，就用上了化学品把零食制作得很漂亮想吸引小学生去买，他们根本就没有想过消费者的身体健康的。所以在这里，我想提醒大家一句：为了您的身体健康，请告别零食。另外，经过这次调查，我发现乱吃零食会导致地上都是垃圾，严重影响空气的清洁程度，会导致食物中毒，也会给家长带来压力；还有些同学为了满足吃零食的欲望，去敲诈小同学甚至想到了偷、抢等几种弄钱的方法，导致走上犯罪的道路。

可见，乱吃零食对我们的将来有很大的影响。我们应该少吃零食，可以省下钱来买一些对我们学习有用的东西，也可以为家里减轻负担，又对身体有好处。小学生从小就有这种不良习惯，会影响小学生的一生。所以我希望家长必须得把这件事好好地处理，不能再让小学生发生这种事了。

带着调查的结果，回来后我们上网查找了相关资料。据网上资料表明，这些小店里出售的食品主要存在色素超标、重金属含量超标、防腐剂超标、卫生指标不合格等多项问题。一些生产厂家为了追求食品的颜色、口感、新奇等，在生产小食品过程中不按国家食品标准使用添加剂，或滥用不合格、不允许使用的添加剂，致使大量不合格甚至有害的食品损害我们的健康。因此我们为了自身的安全着想，不要再去购买那些会给我们的健康带来危害的小食品。

## 零食调查总结篇七

如果你从学校经过，你会发现一种奇怪的现象。尽管学校三令五申让同学们注意食品安全，拒绝零食，可是放学后，大部分同学还是如饿虎般地朝学校门口的小商店冲去，去买各式各样的小食品，导致马路上拥挤不堪，果皮和纸屑随处可见。

为什么大家对小食品那么钟情呢？我特意对我校学生的吃零食现象进行了调查。

### 调查

通过观察，我发现每到放学的时间，对着校门的马路两侧就会冒出很多流动的摊位，小贩的吆喝声吸引了饥肠辘辘的同学，把小摊围得水泄不通。我数了数，三年级四班一共57名同学，走出校门后，只有18名同学径直回家，或被家长接走。其余39名同学都被吸引了过去，约占总数的70%。

我又对32位同学进行了调查，其中经常吃零食的19人，占59%；偶尔吃零食的10人，占31%；从未在校门口买过零食的仅有3人，还不到10%。可见吃零食的同学还不在少数，大部分的同学都喜欢吃小零食，难以抵挡它的诱惑。

### 分析

1、零食基本上都是包装简单，色彩鲜艳的三无产品，很不卫生但价格低廉，一般在1-3元，学生都能承受。

2、零食大部分为膨化食品和油炸食品，还有一些甜食和饮料，热量高又没营养。为了增加口感，加了许多添加剂，对身体都发育非常不利，但很合孩子们的胃口。

3、绝大多数吃零食者，都爱把零食包装随意扔掉，对环境造成破坏。甚至少数学生把零食带到教室，影响大家学习。

## 结论

小学生喜欢买零食吃的主要原因有：

1、家庭生活水平提高，家长都溺爱孩子，让孩子兜里装着零花钱，大手大脚地花。

2、小学生年龄小，自制能力差，容易被五花八门的零食包装、鲜艳的色彩，诱人的香气所吸引。

3、商家为了挣钱，采用抽奖、赠送小礼物等各种促销方式，欺骗吸引孩子们消费。

4、一些同学不吃早饭，到放学时早已饥肠辘辘，难以抵挡美食诱惑。

## 建议

小学生乱买零食，浪费金钱、影响健康、污染环境，危害非常大，为了帮助大家拒绝零食，还校园洁净，还身体健康，我给老师和家长以下建议：

1、控制零花钱。使学生兜里没钱，不得不远离零食。

2、老师和家长要加强教育，使其认识危害，正确对待零食，

养成良好的饮食习惯。

3、保证早餐质量，让学生吃得饱，吃得好，保证营养，不给零食可乘之机。

4、联合工商管理部门，治理周边小商小贩，让三无产品远离校园。

## 零食调查总结篇八

在“单独二孩”政策红利刺激下，同时随着8090后家长的教育理念的转变，越来越多的早教机构开始在全国的大中小城市遍地开花。

现在的孩子上早教到底学什么？上早教用多少钱？最喜欢怎样的早教形式？为此，妈妈网面向全国妈妈发起《儿童早教消费调查》，本次参与调查的样本总量为14207份，有效样本量为14105份，九成半以上为8090后家长。万名妈妈谈早教，一起来看看8090后家长的教育观发生了哪些巨变。

### 【超九成家长对早教的作用持肯定态度】

超九成家长肯定了早教对孩子成长发育的重要性，超过半数家长会考虑带孩子去上早教课。可以说，8090后家长对早期教育的认知度相对较高。

而家长送孩子上早教班的原因主要集中在，与同龄孩子交流、形成良好性格、培养兴趣爱好、入园/上学前的过渡等方面。那接受早教课程之后的效果大不大？有近8成家长反馈，孩子参加完早教课程之后，有较为明显的积极变化，对早教课程的效果还是相对满意。

1-3岁是家长开始考虑早教的重要年龄段，这一年龄段的婴幼儿是早教机构的最大消费人群。究其原因，很有可能是1-3岁

的宝宝处于准备入园阶段，家长想通过一系列的早教课程缓解宝宝的入园焦虑。

幼教专家佟春风表示，许多家长认为早教的作用是立竿见影的，但实际上早教对于孩子的影响是潜移默化的。孩子在0~3岁期间，是大脑建立联结最迅速和最大量的时期，也是智力发展最为重要和关键的时期。早期教育将为孩子一生的发展打下良好的基础。