



A6. Qual è lo Stato in cui vivi adesso?

--

A7. In quale città/paese vivi adesso?

A8. Quale dei seguenti è il tuo paese di nascita? (Per favore scegli una casella)

Gran Bretagna/UK

7

Francia

--	--

Germania

--

Grecia	
--------	--

7

Italia	
--------	--

7

Spagna

7

Turchia

--	--

Altro	
-------	--

[illegible]

A9. Se altro quale paese?

--

A10. Se altro, quanti anni vivi nel paese attuale?

Please enter the number of years.

[illegible]



A11. Qual è la tua etnia?

- | | |
|------------------|--------------------------|
| Gran Bretagna/UK | ☐ |
| Francia | ☐ |
| Germania | ☐ |
| Grecia | ☐ |
| Italia | ☐ |
| Spagna | ☐ |
| Turchia | ☐ |
| Altro | ☐ |

A12. Se altro cosa?

A13. Che scuola frequenti?

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| Primaria | ☐ |
| Media | ☐ |
| Superiore | ☐ |
| Non voglio rispondere | ☐ |

A14. Che classe frequenti?

- | | |
|----|--------------------------|
| 1 | ☐ |
| 2 | ☐ |
| 3 | ☐ |
| 4 | ☐ |
| 5 | ☐ |
| 6 | ☐ |
| 7 | ☐ |
| 8 | ☐ |
| 9 | ☐ |
| 10 | ☐ |
| 11 | ☐ |
| 12 | ☐ |



A15. Come si chiama la tua scuola (per favore inserisci il nome della tua scuola)?

A16. Quanti computer (PC, Mac o laptop) possiede la tua famiglia?

- Nessuno ☐
- Uno ☐
- Due ☐
- Più di due ☐
- Non voglio rispondere ☐

A17. La tua famiglia possiede un'auto (o un furgone o un camion)?

- No ☐
- Sì, una ☐
- Sì, due o più ☐
- Non voglio rispondere ☐

A18. A casa hai una stanza solo per te?

- Sì ☐
- No ☐

A19. Negli ultimi 12 mesi, quante volte sei andato in vacanza con la tua famiglia?

- Mai ☐
- Una volta ☐
- Due volte ☐
- Più di due volte ☐
- Non voglio rispondere ☐

A20. L'anno scorso, quante volte sei andato in vacanza all'estero?

- Mai ☐
- Una volta ☐
- Due volte ☐
- Più di due volte ☐
- Non voglio rispondere ☐



A21. La tua famiglia ha una lavastoviglie?

Sì ☐

No ☐

A22. Quanti bagni/toilette ci sono nella tua casa?

Nessuno ☐

Uno ☐

Due ☐

Piu di due ☐

Non voglio rispondere ☐

A23. Quanto benestante pensi che sia la tua famiglia?

Per niente ☐

Un po' ☐

Mediamente ☐

Abbastanza ☐

Molto ☐

Non voglio rispondere ☐



Sezione B: Section B

Sezione B-1: L'attività fisica è qualsiasi attività che fa aumentare la tua frequenza cardiaca e ti fa avere il fiatone per un po' di tempo. L'attività fisica può essere fatta negli sport, giocando con gli amici o andando a scuola a piedi. Alcuni esempi di attività fisica sono correre, fare una camminata veloce, pattinare, andare in bicicletta, ballare, andare con lo skate, nuotare, giocare a calcio, basket, pallavolo o fare surf.

B1. Negli ultimi 7 giorni, per quanti giorni hai fatto attività fisica per almeno 60 minuti al giorno?

- 0 giorni ☐
- 1 giorno ☐
- 2 giorni ☐
- 3 giorni ☐
- 4 giorni ☐
- 5 giorni ☐
- 6 giorni ☐
- 7 giorni ☐
- Non voglio rispondere ☐

B2. In una settimana per te abituale, in quanti giorni fai attività fisica per almeno 60 minuti al giorno?

- 0 giorni ☐
- 1 giorno ☐
- 2 giorni ☐
- 3 giorni ☐
- 4 giorni ☐
- 5 giorni ☐
- 6 giorni ☐
- 7 giorni ☐
- Non voglio rispondere ☐



B3. Per favore, scrivi quali sport/attività fisiche stai praticando/hai praticato quest'anno:

B4. Al di fuori dell'orario scolastico: Quante ore generalmente fai esercizio nel tuo tempo libero, così tanto da sudare o avere il fiatone?

- Mai ☐
- Circa mezz'ora alla settimana ☐
- Circa un'ora alla settimana ☐
- Circa 2-3 ore alla settimana ☐
- Circa 4-6 ore alla settimana ☐
- Circa 7 ore alla settimana ☐
- Non voglio rispondere ☐

B5. Quanti giorni alla settimana hai lezione di Educazione Fisica?

- 0 giorni (mai) ☐
- 1 giorni ☐
- 2 giorni ☐
- 3 giorni ☐
- 4 giorni ☐
- 5 giorni ☐
- Non voglio rispondere ☐

B6. Quante ricreazioni o momenti di studio libero hai ogni giorno a scuola?

- 0 ☐
- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- Non voglio rispondere ☐



B7. Quante volte la scorsa settimana hai svolto lezioni o allenamenti di uno sport o un'attività fisica strutturata che erano condotti da un istruttore o allenatore?

0 ☐

1 ☐

2 ☐

3 ☐

4 ☐

5 o più ☐

Non voglio rispondere ☐

B8. Quanti giorni alla settimana fai uno sport o altre attività fisiche organizzate dalla tua scuola al di fuori delle lezioni di Educazione Fisica e/o nelle ore extra-curricolari?

0 giorni (mai) ☐

1 giorno ☐

2 giorni ☐

3 giorni ☐

4 giorni ☐

5 giorni ☐

Non voglio rispondere ☐



B9. Le prossime domande riguardano le tue abitudini di movimento (a scuola e fuori dalla scuola) e i tuoi comportamenti sedentari nell'ultima settimana.

L'attività fisica corrisponde ad attività come camminare, correre o il muoversi in generale. Include andare in bicicletta, ballare e fare sport o attività all'aria aperta che implicano molto movimento. **Le attività sedentarie** corrispondono a comportamenti che hai nel tuo tempo libero come guardare la TV, giocare con i videogiochi, le console portatili o al computer. Le attività sedentarie NON includono il tempo che passi seduto a tavola mangiando, facendo i compiti o studiando.

Molte domande ti chiederanno di pensare solo agli **ultimi 7 giorni**, ma alcune domande ti chiederanno cosa fai solitamente (o in una settimana tipo). **Non ci sono risposte giuste o sbagliate, perciò rispondi il più sinceramente possibile.**

Le prossime domande riguardano la tua attività fisica a scuola. Questa include l'educazione fisica ma anche l'attività che potresti fare andando a scuola, durante la ricreazione o nella pausa pranzo. Rispondi alle domande pensando alla tua attività fisica a scuola **negli ultimi 7 giorni.**

Attività fisica per andare a scuola: quanti giorni sei andato a scuola a piedi o in bicicletta? (Se non ti ricordi, prova a fare una stima)

0 giorni (mai) ☐

1 giorno ☐

2 giorni ☐

3 giorni ☐

4-5 giorni (quasi tutti i giorni) ☐

Non voglio rispondere ☐



B10. Attività durante le lezioni di Educazione Fisica: durante le lezioni di Educazione Fisica quanto spesso hai corso e sei stato in movimento giocando e prendendo parte alle attività proposte? (Se non hai fatto educazione fisica, scegli “Non ho fatto Ed. Fisica”)

Non ho fatto Ed. Fisica ☐

Quasi mai ☐

Una piccola parte del tempo ☐

Una buona parte del tempo ☐

Molto tempo ☐

Per quasi tutto il tempo ☐

Non voglio rispondere ☐

B11. Attività fisica durante la ricreazione: durante la ricreazione, quanto spesso hai camminato, corso, giocato in movimento o fatto uno sport? (Se non hai fatto ricreazione a scuola, scegli “non ho fatto ricreazione a scuola”)

Non ho fatto ricreazione a scuola ☐

Quasi mai ☐

Una piccola parte del tempo ☐

Una buona parte del tempo ☐

Molto tempo ☐

Per quasi tutto il tempo ☐

Non voglio rispondere ☐

B12. Attività fisica durante la pausa pranzo: quanto tempo hai dedicato durante la pausa pranzo (oltre a pranzare) a camminare o a giocare in movimento? (Se non fai la pausa pranzo a scuola, scegli “Non ho fatto la pausa pranzo a scuola”)

Non ho fatto la pausa pranzo a scuola ☐

Quasi mai ☐

Una piccola parte del tempo ☐

Una buona parte del tempo ☐

Molto tempo ☐

Per quasi tutto il tempo ☐

Non voglio rispondere ☐



B13. Attività fisica per tornare da scuola: quanti giorni sei tornato da scuola a piedi o in bicicletta? (Se non ti ricordi, prova a fare una stima)

0 giorni (mai) ☐

1 giorno ☐

2 giorni ☐

3 giorni ☐

4-5 giorni (quasi tutti i giorni) ☐

Non voglio rispondere ☐

B14. Attività fisica fuori dalla scuola

Le prossime domande riguardano la tua attività fisica durante momenti diversi dalla scuola (all'esterno dell'orario scolastico). Possono includere attività di esercizio fisico o sport così come attività di gioco con gli amici, ballare o fare i lavori di casa. Rispondi alle domande pensando alla tua attività fisica al di fuori della scuola negli ultimi 7 giorni.

Attività fisica prima di andare a scuola: in quanti giorni hai fatto qualche attività fisica prima di andare a scuola (tra le 6:00 e le 8:00)? (questo include attività svolte a casa, NON andare a scuola a piedi o in bicicletta)

0 giorni (mai) ☐

1 giorno ☐

2 giorni ☐

3 giorni ☐

4-5 giorni (quasi tutti i giorni) ☐

Non voglio rispondere ☐



B15. Attività fisica dopo la scuola: in quanti giorni hai fatto attività fisica per almeno 10 minuti dopo la scuola (tra le 15:00 e le 18:00)? (questo include giocare con i tuoi amici/familiari, giocare in una squadra o allenarsi ma NON include tornare da scuola a piedi o in bicicletta)

0 giorni (mai) ☐

1 giorno ☐

2 giorni ☐

3 giorni ☐

4-5 giorni (quasi tutti i giorni) ☐

Non voglio rispondere ☐

B16. Attività fisica alla sera: in quanti giorni feriali (da Lunedì a Venerdì) hai fatto qualche attività fisica per almeno 10 minuti alla sera (tra le 18:00 e le 22:00)? (questo include giocare con i tuoi amici/familiari, giocare in una squadra o allenarsi ma NON include tornare da scuola a piedi o in bicicletta)

0 giorni (mai) ☐

1 giorno ☐

2 giorni ☐

3 giorni ☐

4-5 giorni (quasi tutti i giorni) ☐

Non voglio rispondere ☐

B17. Attività fisica al Sabato: quanta attività fisica hai svolto lo scorso Sabato? (Queste includono attività di esercizio, sport, uscite con la famiglia, ballo, gioco, faccende di casa. Se non ti ricordi, prova a fare una stima)

Nessuna attività (0 minuti) ☐

Poca attività fisica (da 1 a 30 minuti) ☐

Da poca a un po' (tra 31 e 60 minuti) ☐

Da un po' a molta (1 o 2 re) ☐

Molta attività fisica (più di 2 ore) ☐

Non voglio rispondere ☐



B18. Attività fisica alla Domenica: quanta attività fisica hai svolto la scorsa Domenica? (Queste includono attività di esercizio, sport, uscite con la famiglia, ballo, gioco, faccende di casa. Se non ti ricordi, prova a fare una stima)

Nessuna attività (0 minuti) ☐

Poca attività fisica (da 1 a 30 minuti) ☐

Da poca a un po' (tra 31 e 60 minuti) ☐

Da un po' a molta (1 o 2 re) ☐

Molta attività fisica (più di 2 ore) ☐

Non voglio rispondere ☐

B19. Attività sedentarie fuori dalla scuola

Le prossime domande riguardano il tempo che trascorri in pausa e seduto. Probabilmente sei seduto quando mangi, facendo i compiti, o suonando uno strumento musicale. Ma probabilmente sei seduto anche quando guardi la TV, giochi ai videogames, usando il computer o il tuo telefono cellulare o Tablet). Rispondi a queste domande pensando al tempo che trascorri da seduto facendo queste ultime attività negli ultimi 7 giorni.

Tempo trascorso guardando la TV: quanto tempo hai trascorso guardando la TV nel tuo tempo libero al di fuori della scuola? (Questo tempo include quello trascorso guardando film o sport o altro alla TV, ma NON il tempo per i videogiochi)

Non ho guardato la TV ☐

Ho guardato la TV meno di 1 ora al giorno ☐

Ho guardato la TV da 1 a 2 ore al giorno ☐

Ho guardato la TV da 2 a 3 ore al giorno ☐

Ho guardato la TV più di 3 ore al giorno ☐

Non voglio rispondere ☐



B20. Tempo trascorso giocando ai videogames: quanto tempo hai trascorso giocando ai videogiochi nel tuo tempo libero al di fuori della scuola? (Questo tempo include quello trascorso giocando alla Wii, Nintendo, Xbox, Playstation, tablet, o giochi sul telefonino)

Non ho mai giocato ai videogiochi ☐

Ho giocato meno di 1 ora al giorno ☐

Ho giocato da 1 a 2 ore al giorno ☐

Ho giocato da 2 a 3 ore al giorno ☐

Ho giocato più di 3 ore al giorno ☐

Non voglio rispondere ☐

B21. Tempo trascorso al computer: quanto tempo hai trascorso usando il computer nel tuo tempo libero al di fuori della scuola? (Questo tempo NON include quello trascorso facendo i compiti al computer, ma include il tempo trascorso usando Facebook, navigando in Internet, giocando a giochi on-line o chattando)

Non ho mai usato il computer ☐

Ho usato il computer meno di 1 ora al giorno ☐

Ho usato il computer da 1 a 2 ore al giorno ☐

Ho usato il computer da 2 a 3 ore al giorno ☐

Ho usato il computer più di 3 ore al giorno ☐

Non voglio rispondere ☐

B22. Tempo trascorso usando il cellulare: quanto tempo hai trascorso usando il cellulare nel tuo tempo libero al di fuori della scuola? (Questo tempo include il tempo trascorso parlando o messaggiando)

Non ho mai usato il telefono cellulare ☐

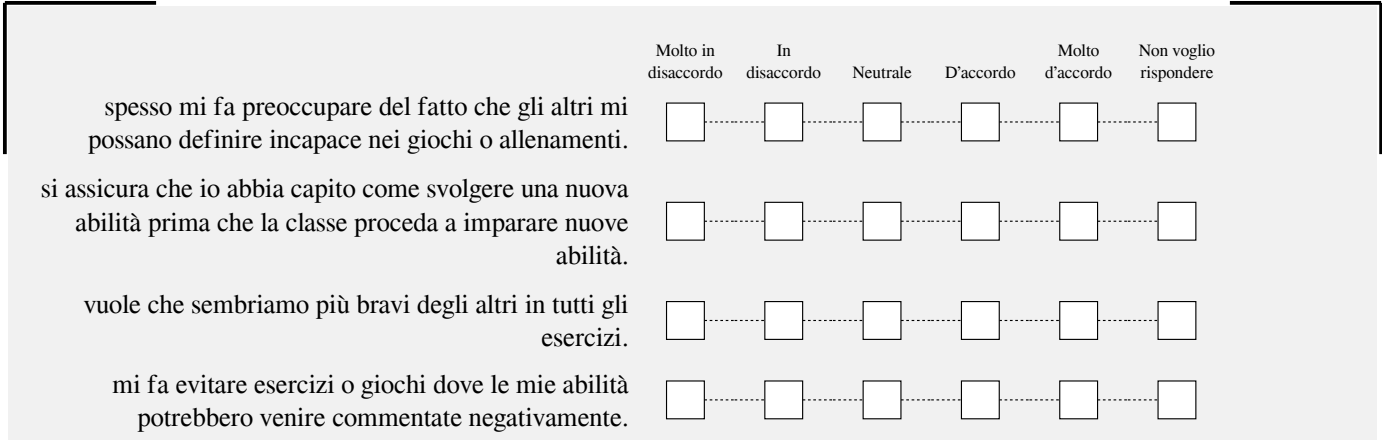
Ho usato il cellulare meno di 1 ora al giorno ☐

Ho usato il cellulare da 1 a 2 ore al giorno ☐

Ho usato il cellulare da 2 a 3 ore al giorno ☐

Ho usato il cellulare più di 3 ore al giorno ☐

Non voglio rispondere ☐



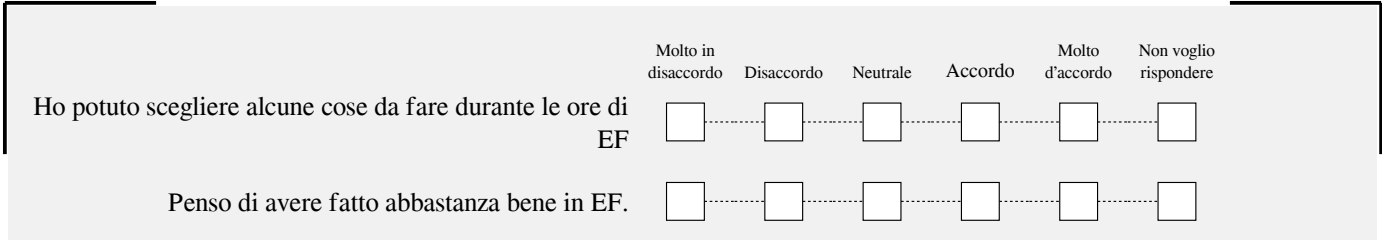
Sezione D: Section D

Sezione D:

Le seguenti affermazioni si riferiscono alle sensazioni che hai provato e le esperienze che hai fatto durante le lezioni di Educazione Fisica nelle scorse 3-4 settimane. Per favore indica la risposta che meglio rappresenta come ti sei sentito in questo periodo.

Le seguenti affermazioni si riferiscono alle sensazioni che hai provato e le esperienze che hai fatto durante le lezioni di Educazione Fisica nelle scorse 3-4 settimane. Per favore indica la risposta che meglio rappresenta come ti sei sentito in questo periodo.

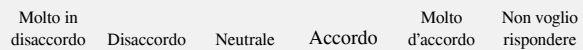
[illegible]



Sezione E:

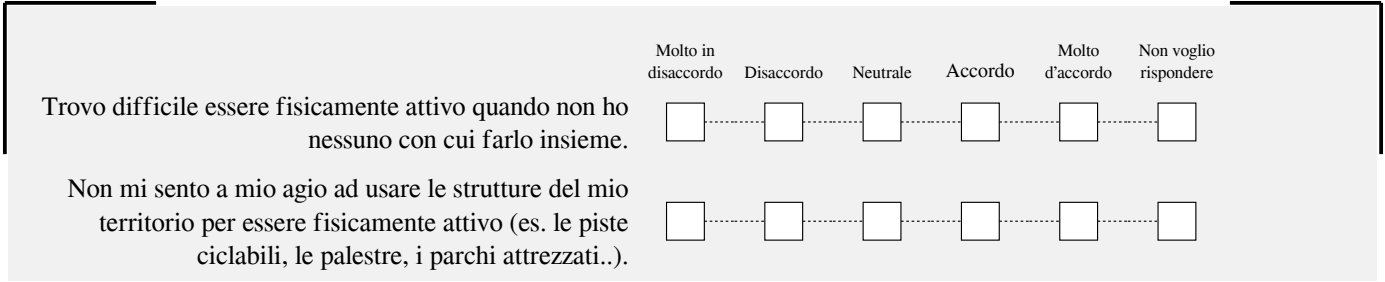
E1. Io partecipo attivamente alle lezioni di Educazione Fisica (EF)...

[illegible]



Molto in disaccordo	Disaccordo	Neutrale	Accordo	Molto d'accordo	Non voglio rispondere
------------------------	------------	----------	---------	--------------------	--------------------------

A diagram of a 1D lattice consisting of six white rectangular sites arranged horizontally. A dashed line connects the centers of these sites, passing through the shaded gray regions between them.



Sezione I: Per favore indica quanto, nel prossimo mese, intendi praticare uno sport o fare esercizio durante il tuo tempo libero almeno 3 volte alla settimana per almeno 60 minuti ogni allenamento. Per favore rispondi a ciascuna delle seguenti affermazioni.

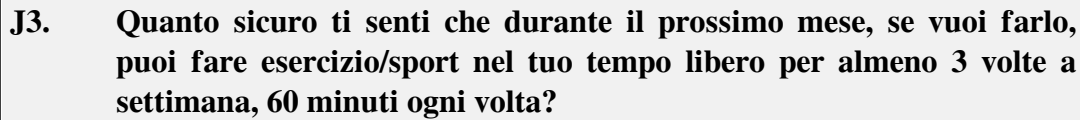
Improbabile Un po' probabile Molto probabile

[illegible]

Sezione J: Per favore indica quanto controllo hai sul fare esercizio/sport nel tuo tempo libero, per almeno 3 volte a settimana per almeno 60 minuti ogni volta nel prossimo mese.

1 - Pochissimo controllo 2 3 4 5 6 7 - Controllo completo Non voglio rispondere

1 - Fortemente in disaccordo 2 3 4 5 6 7 - Molto d'accordo Non voglio rispondere



Sezione K: Section K

K1. Per me fare attività fisica o sportiva per almeno 3 volte a settimana per almeno 60 minuti ogni volta nel prossimo mese, sarebbe:

K2. Per me fare attività fisica o sportiva per almeno 3 volte a settimana per almeno 60 minuti ogni volta nel prossimo mese, sarebbe:

K3. Per me fare attività fisica o sportiva per almeno 3 volte a settimana per almeno 60 minuti ogni volta nel prossimo mese, sarebbe:

K4. Per me fare attività fisica o sportiva per almeno 3 volte a settimana per almeno 60 minuti ogni volta nel prossimo mese, sarebbe:

K5. Per me fare attività fisica o sportiva per almeno 3 volte a settimana per almeno 60 minuti ogni volta nel prossimo mese, sarebbe:

K6. Per me fare attività fisica o sportiva per almeno 3 volte a settimana per almeno 60 minuti ogni volta nel prossimo mese, sarebbe:

1 - Non
piacevole 2 3 4 5 6 7 -
Piacevole Non voglio
rispondere

[illegible]

Sezione M: Section M

[illegible]



N1. Nelle scorse 3-4 settimane...

Sezione O: Section O

01. Durante l'ultimo mese...

[illegible]

Sezione P: Section P



	MAI!	Raramente	Qualche volta	Spesso	SEMPRE !	Non voglio rispondere
Ho troppi compiti per casa da fare.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Non ho un posto dove fare sport/esercizio.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Non ci sono mezzi di trasporto per raggiungere un luogo dove fare sport.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
E' troppo costoso.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Avrei bisogno di attrezzature che non ho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Non ho un posto dove fare esercizio quando è brutto tempo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Troppa importanza alla competizione.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
I miei compagni di squadra mi bullizzano.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ho una difficoltà di movimento.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Non mi piace lo sport/esercizio.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ho paura di farmi male.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Non ho nessuno con cui giocare/fare esercizio.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mi porta via tempo dagli amici.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mi imbarazza.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

GRAZIE MOLTE PER LA TUA PARTECIPAZIONE!!