



UNIONE EUROPEA

FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI

pon  
2014-2020

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)



MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Dipartimento per la Programmazione  
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia  
scuolastica, per la gestione dei fondi strutturali per  
l'istruzione e per l'innovazione digitale  
Ufficio IV

**MINISTERO DELL'ISTRUZIONE, DELL'UNIVERSITA' E DELLA RICERCA**  
**UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO**  
**UFFICIO IX - AMBITO TERRITORIALE PROVINCIA DI RIETI**  
**ISTITUTO OMNICOMPRESIVO DI AMATRICE**

Località San Cipriano 02012 AMATRICE (RI) Tel.- Fax 0746826321

C.F. 80018310575 ✉ [riic81100q@istruzione.it](mailto:riic81100q@istruzione.it) [RIIC81100Q@PEC.ISTRUZIONE.IT](mailto:RIIC81100Q@PEC.ISTRUZIONE.IT)



Amatrice, 11/01/2019

AGLI ALUNNI classi I,II indirizzo Sportivo  
AI GENITORI  
Scuola Secondaria II Grado

Circolare n. 100

Oggetto: Progetto F.I.S.C.H.I.O. A.S.2018/19

Si comunica che, nell'ambito del progetto "F.I.S.C.H.I.O." gli alunni delle classi I e II del Liceo Scientifico indirizzo Sportivo dovranno compilare entro **giovedì 17 gennaio 2019** un breve questionario, in forma anonima, relativo alla fase di ricerca del progetto, allegato alla presente.



F.TO IL DIRIGENTE SCOLASTICO  
Giovanni Luca BARBONETTI

Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art.3, comma 2 del decreto legislativo n° 39/1993

8. Cosa ti potrebbe invogliare a svolgere più attività fisica?
- Poter scegliere i propri orari delle attività
  - Abitare vicino ai centri sportivi
  - Avere un esperto (coach, medico sportivo...) che mi indichi un programma di attività fisica
  - Avere luoghi pubblici dove poter svolgere attività fisica gratuitamente
  - Avere strutture convenzionate in cui possa incontrare altre persone della mia età
  - Altro \_\_\_\_\_

9. Come ti prendi cura del tuo fisico?

- Praticando attività fisica e/o sportiva
- Dormendo regolarmente
- Mangiando in modo sano
- Seguendo i consigli del mio dottore/genitori
- Seguendo i consigli dei miei amici

10. Quante ore, circa, rimani seduto o a riposo in una giornata normale (Indica ore e minuti):

--	--	--	--	--

11. Quando sei con gli/le amici/che cosa fai soprattutto con loro?

- Cammino
- Gioco ai video-gioco, usiamo i dispositivi elettronici, uso i social...
- Pratico un'attività fisica (calcio, pallavolo....)
- Parliamo seduti

12. Fare attività fisica ha un impatto:

- Sulla vita sociale (hai più amici)
- Sul proprio fisico
- Sul rendimento scolastico
- Sul sonno
- Sul divertimento

13. Quanto tempo secondo te un giovane dovrebbe praticare attività fisica al giorno (indicare ore e minuti)?

--	--	--	--	--

14. Come passi il tuo tempo libero?

- Muovermi all'aria aperta
- Stare a casa
- Stare con gli amici dentro un locale chiuso (casa, bar....)

15. Quale attività fisica ti piacerebbe praticare oltre a quella che hai scelto? \_\_\_\_\_

### Questionario il progetto F.I.S.C.H.I.O.

Il breve questionario intende rilevare quali attività svolgi e quali sono, se ci sono, le difficoltà incontrate. Ti chiediamo di rispondere spontaneamente sapendo che non ci sono risposte giuste né sbagliate. Le risposte saranno trattate in forma anonima.

Grazie della tua disponibilità e del tuo tempo.

1. Genere

- Maschio
- Femmina

2. Et ? \_\_\_\_\_

3. Classe frequentata in questo anno scolastico:

\_\_\_\_\_

4. Cosa significa svolgere un' attivit  fisica quotidiana? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Quanti giorni alla settimana pratichi attivit  fisica a scuola?

- ◇ Tutti i giorni
- ◇ 2 a 3 volte la settimana
- ◇ 1 volta a settimana
- ◇ Meno di un'ora
- ◇ Mai

6. Pratichi attivit  fisica quotidiana al di fuori della scuola (ad es. correre, andare in palestra, giocare a calcio, pallavolo...)?

- S 
- No

6. Se hai risposto "No" alla precedente domanda, puoi indicare le ragioni per cui non pratichi attivit  fisica:

- Non mi piace
- Non ho tempo (studio, compiti, ...)
- Non ho nessuno con cui andare
- Mi sento inadeguato per il mio fisico
- Non posso.....
  - ◇ Per ragioni economiche
  - ◇ Per ragioni familiari
  - ◇ Per strutture sportive troppo distanti
  - ◇ Per motivi di salute

7. In che momento della giornata preferiresti praticare attivit  fisica? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

16. Come hai scelto lo sport che pratici? \_\_\_\_\_

17. Come ti trovi fisicamente? \_\_\_\_\_

18. Cosa vorresti cambiare in te? \_\_\_\_\_

19. L'attività fisica è

- Un diritto
- Un dovere