

Istituto Comprensivo
Rende Centro - San Fili
Rende (CS)

Rotary
Distretto 2102



Rotary
Club Rende



Rotary a Scuola - Lotta all'Obesità Infantile

Report questionario	Surdo S. Fili		S. Agostino		S. Agostino		Rende Centro		Saporito 5°A		Totali	
	5°B	5°A	5°A	5°D	5°B	5°C	4°C	5°C	5°A		alunni 155	
	alunni	30	alunni	40	alunni	43	alunni	20	alunni	22		
1. Quante volte mangi frutta e verdura ogni giorno?												
a) Mai			3	7,5%	1	2,3%	4	20,0%			8	5,2%
b) 1-2 volte	12	40,0%	25	62,5%	26	60,5%	10	50,0%	16	72,7%	89	57,4%
c) 3-4 volte	15	50,0%	10	25,0%	15	34,9%	2	10,0%	6	27,3%	48	31,0%
d) Più di 4 volte	3	10,0%	2	5,0%	1	2,3%	4	20,0%			10	6,5%
2. Qual è il tuo spuntino preferito?												
a) Una mela o altra frutta	7	23,3%	11	27,5%	9	20,9%	2	10,0%	1	4,5%	30	19,4%
b) Patatine o cibo fritto	5	16,7%	6	15,0%	5	11,6%	9	45,0%	13	59,1%	38	24,5%
c) Biscotti o dolci	11	36,7%	16	40,0%	9	20,9%	5	25,0%	2	9,1%	43	27,7%
d) Yogurt o un panino sano	7	23,3%	7	17,5%	20	46,5%	4	20,0%	6	27,3%	44	28,4%
3. Fai attività fisica ogni giorno?												
a) Sì, gioco o faccio sport tutti i giorni	11	36,7%	8	20,0%	13	30,2%	3	15,0%	5	22,7%	40	25,8%
b) A volte, ma non tutti i giorni	18	60,0%	30	75,0%	30	69,8%	14	70,0%	14	63,6%	106	68,4%
c) No, non faccio mai attività fisica	1	3,3%	2	5,0%			3	15,0%	3	13,6%	9	5,8%
4. Quanto tempo passi davanti alla TV o ai videogiochi ogni giorno?												
a) Meno di 1 ora	14	46,7%	14	35,0%	17	39,5%	2	10,0%	2	9,1%	49	31,6%
b) 1-2 ore	13	43,3%	21	52,5%	22	51,2%	3	15,0%	11	50,0%	70	45,2%
c) Più di 2 ore	3	10,0%	5	12,5%	4	9,3%	15	75,0%	9	40,9%	36	23,2%
5. Bevi spesso bevande zuccherate come bibite gassate o succhi di frutta?												
a) No, bevo solo acqua	8	26,7%	13	32,5%	17	39,5%	4	20,0%	5	22,7%	47	30,3%
b) Sì, qualche volta	20	66,7%	23	57,5%	21	48,8%	11	55,0%	15	68,2%	90	58,1%
c) Sì, spesso	2	6,7%	4	10,0%	5	11,6%	5	25,0%	2	9,1%	18	11,6%

6. Quante ore dormi ogni notte?												
a) Meno di 7 ore	13	43,3%	4	10,0%	4	9,3%	5	25,0%	2	9,1%	28	18,1%
b) 7-8 ore	14	46,7%	28	70,0%	17	39,5%	10	50,0%	17	77,3%	86	55,5%
c) Più di 8 ore	3	10,0%	8	20,0%	22	51,2%	5	25,0%	3	13,6%	41	26,5%
7. Ti piace mangiare cibi sani, come insalate, pesce o pollo?												
a) Sì, mi piacciono molto	15	50,0%	24	60,0%	31	72,1%	9	45,0%	15	68,2%	94	60,6%
b) A volte	14	46,7%	15	37,5%	9	20,9%	10	50,0%	6	27,3%	54	34,8%
c) No, preferisco altri cibi	1	3,3%	1	2,5%	3	7,0%	1	5,0%	1	4,5%	7	4,5%
8. Quando hai fame, mangi sempre solo quando è ora di pranzo o cena?												
a) Sì, seguo gli orari dei pasti	8	26,7%	16	40,0%	10	23,3%	10	50,0%	7	31,8%	51	32,9%
b) A volte mangio tra i pasti	18	60,0%	15	37,5%	26	60,5%	5	25,0%	9	40,9%	73	47,1%
c) Mangio spesso tra i pasti	4	13,3%	9	22,5%	7	16,3%	5	25,0%	6	27,3%	31	20,0%
9. Se ti senti stanco o stressato, cosa fai?												
a) Vado a fare una passeggiata o gioco all'aperto	16	53,3%	15	37,5%	22	51,2%	5	25,0%	3	13,6%	61	39,4%
b) Mangio un dolce o una merenda	4	13,3%	10	25,0%	8	18,6%	2	10,0%	2	9,1%	26	16,8%
c) Resto seduto o gioco ai videogiochi	10	33,3%	15	37,5%	13	30,2%	13	65,0%	17	77,3%	68	43,9%
10. Cos'è per te una "scelta alimentare sana"?												
a) Mangiare solo verdura e frutta	7	23,3%	8	20,0%	5	11,6%	4	20,0%	7	31,8%	31	20,0%
b) Mangiare cibi veloci e fritti					3	7,0%	1	5,0%			4	2,6%
c) Mangiare una varietà di cibi cercando di evitare troppi zuccheri e grassi	23	76,7%	32	80,0%	35	81,4%	15	75,0%	15	68,2%	120	77,4%
11. Qual è il tuo piatto preferito e perché?												
Legumi/Verdure	1	3,3%	2	5,0%	6	14,0%	1	5,0%	1	4,5%	11	7,1%
Pizza	9	30,0%	11	27,5%	8	18,6%	7	35,0%	10	45,5%	45	29,0%
Pasta	9	30,0%	15	37,5%	18	41,9%	9	45,0%	8	36,4%	59	38,1%
Carne	2	6,7%	2	5,0%			1	5,0%	2	9,1%	7	4,5%
Pollo/Coniglio	4	13,3%	1	2,5%	4	9,3%	1	5,0%			10	6,5%
Patatine/Rustici/Fritti	1	3,3%	3	7,5%	3	7,0%	1	5,0%			8	5,2%
Riso			1	2,5%							1	0,6%
Formaggi			1	2,5%							1	0,6%
Uova			1	2,5%							1	0,6%
Pesce	4	13,3%	1	2,5%	4	9,3%			1	4,5%	10	6,5%
Dolci			2	5,0%							2	1,3%

12. Quali sport o giochi ti piacciono di più?												
Arti Marziali	2	6,7%	1	2,5%	1	2,3%	2	10,0%	2	9,1%	8	5,2%
Danza	9	30,0%	2	5,0%	11	25,6%	1	5,0%	1	4,5%	24	15,5%
Nuoto	2	6,7%	7	17,5%	7	16,3%			2	9,1%	18	11,6%
Ginnastica	1	3,3%	3	7,5%	1	2,3%			1	4,5%	6	3,9%
Pallavolo	2	6,7%	7	17,5%	2	4,7%	3	15,0%			14	9,0%
Pattinaggio	2	6,7%	2	5,0%							4	2,6%
Calcio	8	26,7%	10	25,0%	10	23,3%	8	40,0%	12	54,5%	48	31,0%
Basket	1	3,3%	3	7,5%	4	9,3%	2	10,0%			10	6,5%
Equitazione			1	2,5%					1	4,5%	2	1,3%
Carte/Videogiochi	3	10,0%	3	7,5%	3	7,0%	3	15,0%			12	7,7%
Tennis/Padel			1	2,5%	4	9,3%	1	5,0%	3	13,6%	9	5,8%
13. Cosa pensi che potrebbe aiutarti a mangiare meglio e fare più attività fisica?												
Mangiare cibi sani	8	26,7%	8	20,0%	15	34,9%	5	25,0%	12	54,5%	48	31,0%
Fare attività fisica	3	10,0%	17	42,5%	15	34,9%			7	31,8%	42	27,1%
Non so	16	53,3%	4	10,0%	7	16,3%	3	15,0%	2	9,1%	32	20,6%
Dietologo/Nutrizionista/Consigli degli adulti	2	6,7%	9	22,5%	5	11,6%	12	60,0%	1	4,5%	29	18,7%
Giocare con i Videogiochi	1	3,3%	2	5,0%							3	1,9%
Dormire di più					1	2,3%					1	0,6%