



**UNIVERSITÀ
DI TORINO**

SCUOLA DI SCIENZE UMANISTICHE

DIPARTIMENTO DI FILOSOFIA E SCIENZE DELL'EDUCAZIONE

Corso di Laurea in Scienze dell'Educazione

Ordinamento triennale

Anno Accademico 2025/2026

CORSO DI PEDAGOGIA SPERIMENTALE

Prof. Roberto Trinchero

RAPPORTO DI RICERCA EMPIRICA

Pratica sportiva e life skills: un'indagine empirica sulla relazione tra
attività sportiva e competenze personali

Candidati:

Russo Irene (1170898)

Salmin Valentina (1168723)

Indice

INTRODUZIONE	3
CAPITOLO 1: problema conoscitivo, tema e obiettivo di ricerca	3
1. Problema di ricerca	3
2. Tema di ricerca	3
3. Obiettivo di ricerca	3
CAPITOLO 2: quadro teorico	3
1. Quadro teorico	3
2. Sitografia e bibliografia	3
3. Mappa concettuale	4
4. Testo	4
CAPITOLO 3: ipotesi di lavoro	5
CAPITOLO 4: fattori dipendenti, indipendenti e moderatori	5
1. Fattore indipendente	5
2. Fattore dipendente	5
CAPITOLO 5: definizione operativa dei fattori	6
1. Tabella fattore indipendente: praticare uno sport	6
2. Tabella fattore dipendente: life skills	7
3. Variabili di sfondo	7
CAPITOLO 6: popolazione di riferimento, tipologia e numerosità del campionamento	8
1. Popolazione di riferimento	8
2. Tipologia e numerosità del campione	8
CAPITOLO 7: tecniche e strumenti di rilevazione dei dati	8
1. Struttura questionario	8
2. Modalità di somministrazione	9
8. Piano di raccolta dei dati	9
9. Analisi dei dati e interpretazione dei risultati	9
1. Analisi monovariata	9
2. Analisi bivariata	17
3. Interpretazione dei risultati	45
10. CAPITOLO 10: autoriflessione sull'esperienza compiuta	46

INTRODUZIONE

Lo sport rappresenta un contesto privilegiato di crescita e formazione, in quanto offre numerose opportunità per sviluppare non solo competenze motorie, ma anche abilità personali, relazionali ed emotive che trovano applicazione nella vita quotidiana. Negli ultimi anni, la letteratura scientifica ha evidenziato come la pratica sportiva possa favorire l'acquisizione delle cosiddette *life skills*, ovvero quell'insieme di competenze trasversali che consentono agli individui di affrontare in modo efficace le sfide della vita, instaurare relazioni positive e prendere decisioni consapevoli.

L'interesse per questo tema nasce anche da un'esperienza personale condivisa. Entrambe pratichiamo sport fin dall'infanzia e abbiamo proseguito questo percorso fino a oggi, seppur in discipline differenti ma ugualmente significative, quali la pallavolo e la danza. Vivere lo sport in modo continuativo ci ha portate a riflettere sul suo valore educativo e sul ruolo che esso può svolgere nello sviluppo di competenze che vanno oltre la dimensione fisica.

A partire da queste considerazioni, la presente ricerca si propone di approfondire il possibile rapporto tra pratica sportiva e *life skills*, con l'obiettivo di verificare se, e in quale misura, la partecipazione ad attività sportive sia associata a un più elevato livello di competenze trasversali.

CAPITOLO 1: problema conoscitivo, tema e obiettivo di ricerca

1. Problema di ricerca

L'indagine svolta prende in esame il rapporto tra pratica sportiva e sviluppo delle *life skills* nel campione di ricerca. In particolare, il problema di ricerca da cui prende avvio lo studio può essere formulato nei seguenti termini: vi è relazione tra praticare uno sport e il livello di *life skills* posseduto dai soggetti coinvolti nell'indagine? Tale interrogativo nasce dall'esigenza di approfondire se la partecipazione ad attività sportive, soprattutto quando organizzate e continuative, possa costituire un fattore favorevole allo sviluppo di abilità quali autoconsapevolezza, gestione delle emozioni, comunicazione efficace, collaborazione, decision making, problem solving e pensiero creativo.

2. Tema di ricerca

Il tema generale della ricerca riguarda, dunque, il possibile contributo dello sport alla promozione di competenze personali, relazionali e cognitive, considerate fondamentali per affrontare in modo efficace le richieste della vita quotidiana e i diversi contesti di esperienza.

3. Obiettivo di ricerca

L'obiettivo conoscitivo della ricerca consiste quindi nell'esplorare la possibile associazione tra esperienza sportiva e livello di *life skills*, verificando se i soggetti che praticano sport presentino un profilo competenziale più elevato rispetto a coloro che non praticano alcuna attività sportiva. Più in particolare, l'indagine mira a mettere in luce se e in quale misura la pratica sportiva possa rappresentare un contesto educativo capace di incidere positivamente sullo sviluppo di competenze trasversali rilevanti non solo in ambito motorio, ma anche nella vita personale, scolastica e sociale.

CAPITOLO 2: quadro teorico

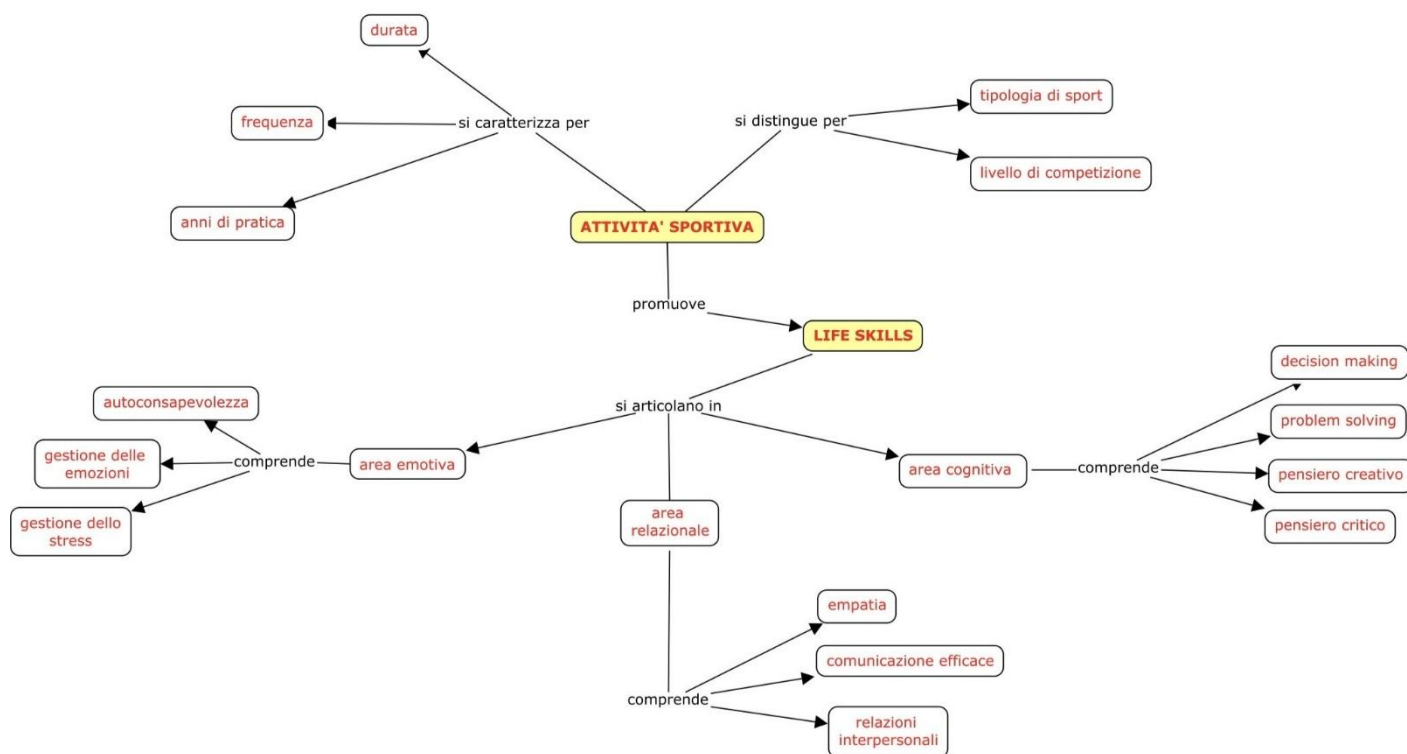
1. Quadro teorico

Il quadro teorico della presente ricerca si fonda sul concetto di *life skills* e sul rapporto tra queste competenze e la pratica dell'attività sportiva. Le *life skills* sono definite come un insieme di abilità cognitive, personali e relazionali che consentono agli individui di affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana.

2. Sitografia e bibliografia

Per la costruzione del quadro teorico e degli strumenti di rilevazione è stata assunta come principale riferimento la tesi di laurea di Giorgia Marini, discussa presso l'*Università degli Studi di Padova* nel 2024, intitolata *L'attività fisica come promozione allo sviluppo delle life skills*. L'analisi di questo lavoro ha consentito di approfondire la relazione tra pratica sportiva e *life skills* e di individuare i principali fattori e gli indicatori operativi utilizzati nella presente ricerca.

3. Mappa concettuale



4. Testo

La pratica sportiva rappresenta un contesto significativo per lo sviluppo di competenze personali e sociali, in particolare delle life skills. All'interno della mappa concettuale, il nodo centrale è costituito dalla relazione tra attività sportiva e life skills, intese come un insieme di abilità utili ad affrontare in modo efficace le richieste della vita quotidiana. La pratica sportiva non è considerata soltanto come attività motoria o esercizio fisico, ma come esperienza educativa capace di favorire la crescita globale della persona, incidendo sulle dimensioni emotiva, relazionale e cognitiva. Un primo aspetto importante riguarda le caratteristiche della pratica sportiva. Essa può essere descritta attraverso diversi indicatori, tra cui la frequenza, la durata dell'allenamento, gli anni di pratica sportiva, la tipologia di sport e il livello di competizione. La frequenza indica quante volte alla settimana il soggetto pratica sport, mentre la durata del singolo allenamento consente di comprendere l'intensità dell'impegno. Gli anni di pratica sportiva, cioè il tempo da cui il soggetto pratica uno sport, permette di valutare la continuità dell'esperienza. La tipologia di sport, individuale o di squadra, può incidere in modo differente sullo sviluppo di competenze relazionali e cognitive. Anche il livello di competizione, agonistico o dilettantistico, è un elemento rilevante, perché definisce il grado di coinvolgimento, di responsabilità e di pressione esperita dal soggetto.

La pratica sportiva si collega alle life skills in quanto offre situazioni concrete in cui il soggetto deve prendere decisioni, collaborare con gli altri, gestire emozioni e affrontare difficoltà. In questo senso, lo sport diventa un ambiente privilegiato di apprendimento esperienziale. Durante l'attività sportiva, infatti, il soggetto si confronta con regole, obiettivi, errori, successi, relazioni con pari e adulti significativi, occasioni di conflitto e momenti di stress. Tutti questi elementi contribuiscono a potenziare capacità trasferibili anche in altri contesti della vita. Le life skills possono essere suddivise in tre grandi aree: emotiva, relazionale e cognitiva. L'area emotiva comprende l'autoconsapevolezza, la gestione delle emozioni e la gestione dello stress. L'autoconsapevolezza riguarda la capacità di riconoscere i propri punti di forza e i propri limiti, oltre a comprendere i propri stati interni. La gestione delle emozioni si riferisce alla possibilità di controllare e regolare emozioni come rabbia, frustrazione, paura o entusiasmo. La gestione dello stress, invece, riguarda la capacità di mantenere equilibrio e controllo anche in situazioni difficili o sotto pressione. L'area relazionale comprende la comunicazione efficace, le relazioni interpersonali e l'empatia. La comunicazione efficace permette al soggetto di

esprimere in modo chiaro opinioni, bisogni e sentimenti. Le relazioni interpersonali fanno riferimento alla capacità di partecipare attivamente alla vita di gruppo, cooperare, rispettare gli altri e costruire legami positivi. L'empatia, infine, consente di comprendere gli stati d'animo altrui e di offrire sostegno nei momenti di difficoltà. In un contesto sportivo, queste competenze risultano particolarmente sollecitate, soprattutto negli sport di squadra, dove la collaborazione e il rispetto reciproco sono fondamentali. L'area cognitiva include invece il decision making, il problem solving, il pensiero creativo e il pensiero critico. Il decision making è la capacità di scegliere tra più alternative in modo consapevole. Il problem solving consiste nel trovare soluzioni efficaci di fronte a ostacoli e difficoltà. Il pensiero creativo permette di elaborare idee nuove e strategie diverse, mentre il pensiero critico consente di valutare in modo riflessivo situazioni, comportamenti e conseguenze. Lo sport offre numerose occasioni per allenare queste abilità, poiché richiede adattamento continuo, rapidità di risposta e capacità di rielaborare l'esperienza. In conclusione, la mappa concettuale evidenzia come lo sport possa costituire uno strumento efficace per promuovere competenze trasversali fondamentali per la crescita personale e sociale del soggetto.

CAPITOLO 3: ipotesi di lavoro

La presente ricerca parte dall'ipotesi che la pratica sportiva sia associata a un maggiore livello delle life skills. In particolare, si ipotizza che gli individui che praticano attività sportiva con maggiore frequenza, continuità e coinvolgimento presentino livelli più elevati di competenze personali, relazionali e cognitive, quali l'auto consapevolezza, la gestione delle emozioni, la comunicazione efficace, il problem solving e il decision making, rispetto a coloro che non praticano sport o lo praticano occasionalmente. L'obiettivo della ricerca è, dunque, verificare l'esistenza di una relazione tra la pratica sportiva e il livello di life skills.

CAPITOLO 4: fattori dipendenti, indipendenti e moderatori

1. Fattore indipendente

In questa ricerca, il fattore indipendente è rappresentato dalla pratica sportiva, considerato come elemento in grado di influenzare il livello di life skills. Tale fattore viene rilevato attraverso diversi indicatori:

1. Frequenza di pratica sportiva (numero di volte a settimana in cui si svolge attività sportiva)
2. Durata del singolo allenamento
3. Durata della pratica sportiva (da quanto tempo pratica lo sport)
4. Tipologia di sport (individuale o di squadra)
5. Livello di competizione (agonistico, dilettantistico)

2. Fattore dipendente

Il fattore dipendente, invece è rappresentato dal livello di sviluppo delle life skills, ovvero l'insieme delle competenze personali, relazionali e cognitive che consentono all'individuo di affrontare efficacemente le situazioni della vita quotidiana. Tale fattore comprende:

1. Il soggetto riesce a capire quali sono i suoi punti di forza e i suoi limiti (consapevolezza di sé)
2. Il soggetto è in grado di gestire le sue emozioni in situazioni stressanti (gestione delle emozioni)
3. Il soggetto riesce a mantenere il controllo e la concentrazione anche quando è sotto pressione (gestione dello stress)
4. Il soggetto esprime in maniera sicura le proprie opinioni
5. Il soggetto partecipa attivamente durante i lavori di gruppo (capacità di relazioni interpersonali)
6. Il soggetto mostra empatia verso compagni o persone in difficoltà (empatia)
7. Il soggetto è capace di prendere una decisione quando deve scegliere tra più opzioni (decision making)
8. Il soggetto è capace di risolvere problemi in modo efficace (problem solving)
9. Il soggetto riesce a pensare a più soluzioni diverse quando affronta una difficoltà (pensiero creativo)
10. Il soggetto è capace di gestire conflitti

CAPITOLO 5: definizione operativa dei fattori

1. Tabella fattore indipendente: praticare uno sport

Pratica sportiva	Frequenza pratica sportiva	D1. Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?	1. Mai 2. Una volta 3. Due volte 4. Tre o più volte
	Durata del singolo allenamento	D2. Quanto dura mediamente un singolo allenamento?	1. Non pratico sport 2. 1 ora 3. Tra 1 e 2 ore 4. 2 ore 5. Più di 2 ore
	Durata della pratica sportiva	D3. Da quanto tempo pratichi questo sport?	1. Non pratico sport 2. Da 1-2 anni 3. Da 3- 4 anni 4. Da più di 4 anni
	Tipologia di sport	D4. Che tipo di sport pratichi?	1. Non pratico sport 2. Sport individuale 3. Sport di squadra 4. Entrambi
	Livello di competizione	D5. A che livello pratichi sport?	1. Non pratico sport 2. Dilettantistico 3. Agonistico 4. Amatoriale/svago

2. Tabella fattore dipendente: life skills

Life skills	Autoconsapevolezza	D1. Riesco a riconoscere i miei punti di forza e i miei limiti?	1. Mai 2. Raramente 3. Qualche volta 4. Spesso 5. Sempre
	Gestione delle emozioni	D2. Riesco a gestire le mie emozioni quando mi trovo in una situazione difficile o stressante?	1. Mai 2. Raramente 3. Qualche volta 4. Spesso 5. Sempre
	Gestione dello stress	D3. Riesco a rimanere tranquillo/a e concentrato/a anche quando sono sotto pressione?	1. Mai 2. Raramente 3. Qualche volta 4. Spesso 5. Sempre
	Comunicazione efficace	D4. Riesco a esprimere chiaramente le mie opinioni e i miei bisogni?	1. Mai 2. Raramente 3. Qualche volta 4. Spesso 5. Sempre
	Relazioni interpersonali	D5. Partecipo attivamente alle attività di gruppo?	1. Mai 2. Raramente 3. Qualche volta 4. Spesso 5. Sempre
	Empatia	D6. Riesco a capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà?	1. Mai 2. Raramente 3. Qualche volta 4. Spesso 5. Sempre
	Decision Making	D7. Riesco a prendere decisioni quando devo scegliere tra più possibilità?	1. Mai 2. Raramente 3. Qualche volta 4. Spesso 5. Sempre
	Problem solving	D8. Riesco a trovare soluzioni efficaci quando incontro un problema?	1. Mai 2. Raramente 3. Qualche volta 4. Spesso 5. Sempre
	Pensiero creativo	D9. Riesco a trovare più soluzioni diverse davanti a una difficoltà?	1. Mai 2. Raramente 3. Qualche volta 4. Spesso 5. Sempre

3. Variabili di sfondo

La parte iniziale del questionario è volta a rilevare le variabili di sfondo dei partecipanti, quali:
genere;
età.

CAPITOLO 6: popolazione di riferimento, tipologia e numerosità del campionamento

1. Popolazione di riferimento

La popolazione di riferimento è costituita da individui che praticano e non praticano attività sportiva. La scelta di includere entrambe le categorie consente di analizzare l'eventuale relazione tra pratica sportiva e livello di life skills. I risultati ottenuti potranno così fornire indicazioni sulla possibile associazione tra la pratica dello sport e il livello delle competenze personali e sociali nella popolazione considerata.

2. Tipologia e numerosità del campione

Il campione sarà costituito da un gruppo di partecipanti selezionati mediante campionamento non probabilistico, in particolare un campionamento accidentale, ovvero i soggetti più facili da reperire, reclutati attraverso amicizie, associazioni sportive, luoghi di lavoro. Il campione comprenderà sia persone che praticano regolarmente uno sport sia persone che non svolgono attività sportiva, al fine di consentire il confronto tra i due gruppi.

In particolare, il nostro campione sarà composto da 60 soggetti dai 14 ai 18+ anni.

CAPITOLO 7: tecniche e strumenti di rilevazione dei dati

Per la raccolta dei dati abbiamo deciso di somministrare un questionario strutturato. Questa tecnica è stata scelta perché consente di raccogliere informazioni direttamente dai partecipanti in modo standardizzato, ponendo a tutti le stesse domande e proponendo modalità di risposta definite in precedenza.

1. Struttura questionario

Lo strumento utilizzato è un questionario anonimo, articolato in tre sezioni. La prima sezione raccoglie le variabili di sfondo, la seconda riguarda la pratica sportiva e la terza rileva il livello di life skills.

La prima sezione è dedicata alla raccolta di alcune informazioni socio-demografiche, utili a descrivere il campione. In particolare, vengono rilevati il sesso e l'età dei partecipanti. Le domande sono a risposta chiusa e prevedono categorie prestabilite, tra cui la possibilità di non rispondere alla domanda relativa al sesso.

La seconda sezione rileva il fattore indipendente, costituito dalla pratica sportiva. Le domande riguardano:

- la frequenza settimanale dell'attività sportiva;
- la durata media del singolo allenamento;
- la durata complessiva della pratica sportiva;
- la tipologia di sport praticato;
- il livello di competizione.

Per ciascuna domanda sono state predisposte risposte chiuse. È stata inoltre prevista l'opzione "non pratico sport", così da permettere anche ai partecipanti non sportivi di rispondere correttamente. In questo modo, chi non pratica attività sportiva non viene escluso dalla ricerca, ma può costituire un gruppo di confronto con chi pratica sport.

La terza sezione è dedicata al fattore dipendente, cioè al livello di life skills. Gli item sono stati formulati sulla base delle dimensioni individuate nel quadro teorico e riguardano competenze emotive, relazionali e cognitive. In particolare, vengono rilevate:

- autoconsapevolezza;
- gestione delle emozioni;
- gestione dello stress;
- comunicazione efficace;
- relazioni interpersonali;
- empatia;
- capacità decisionale;

- problem solving;
- pensiero creativo.

Per questa sezione è stata utilizzata una scala di frequenza a cinque livelli, con le seguenti modalità di risposta:

- Mai;
- Raramente;
- Qualche volta;
- Spesso;
- Sempre.

La scala di frequenza permette di rilevare la frequenza con cui il partecipante riconosce di possedere o mettere in atto determinati comportamenti. In questo modo le life skills non vengono considerate come caratteristiche semplicemente presenti o assenti, ma come competenze che possono manifestarsi con intensità o frequenza differenti.

2. Modalità di somministrazione

Il questionario, realizzato tramite il software QGen, è stato predisposto in formato online e diffuso mediante un link condiviso attraverso applicazioni di messaggistica. Prima della compilazione, ai partecipanti è stato chiarito lo scopo generale della ricerca, vale a dire indagare la possibile relazione tra la pratica sportiva e il livello di life skills.

Prima di inviare il questionario definitivo al campione selezionato abbiamo somministrato un pretest su un gruppo ristretto di soggetti, del tutto simili a quelli della ricerca, nel nostro caso fratelli e sorelle; con l'obiettivo di verificare la chiarezza e la coerenza del questionario.

La partecipazione è stata volontaria e il questionario è stato compilato in forma anonima. Non sono stati richiesti dati direttamente identificativi; le risposte sono state raccolte esclusivamente per finalità di ricerca. I partecipanti hanno potuto compilare autonomamente il questionario, selezionando per ciascuna domanda la risposta maggiormente corrispondente alla propria esperienza.

Per la raccolta dei dati è stato stabilito un termine preciso: il questionario è rimasto disponibile per una settimana a partire dal momento della sua somministrazione. Trascorso questo periodo, la raccolta delle risposte è stata conclusa.

8. Piano di raccolta dei dati

Dopo la raccolta dei dati ad alta strutturazione, grazie al software Qgen, abbiamo facilmente costruito la matrice dei dati; abbiamo in seguito copiato e incollato le risposte del questionario su Excel generando così una matrice casi (uno per riga) x variabili (una per colonna).

Tutte le celle della matrice sono state riempite con i dati, solo in una abbiamo inserito il codice “-” dal momento che era assente la risposta a una domanda del nostro questionario.

9. Analisi dei dati e interpretazione dei risultati

1. Analisi monovariata

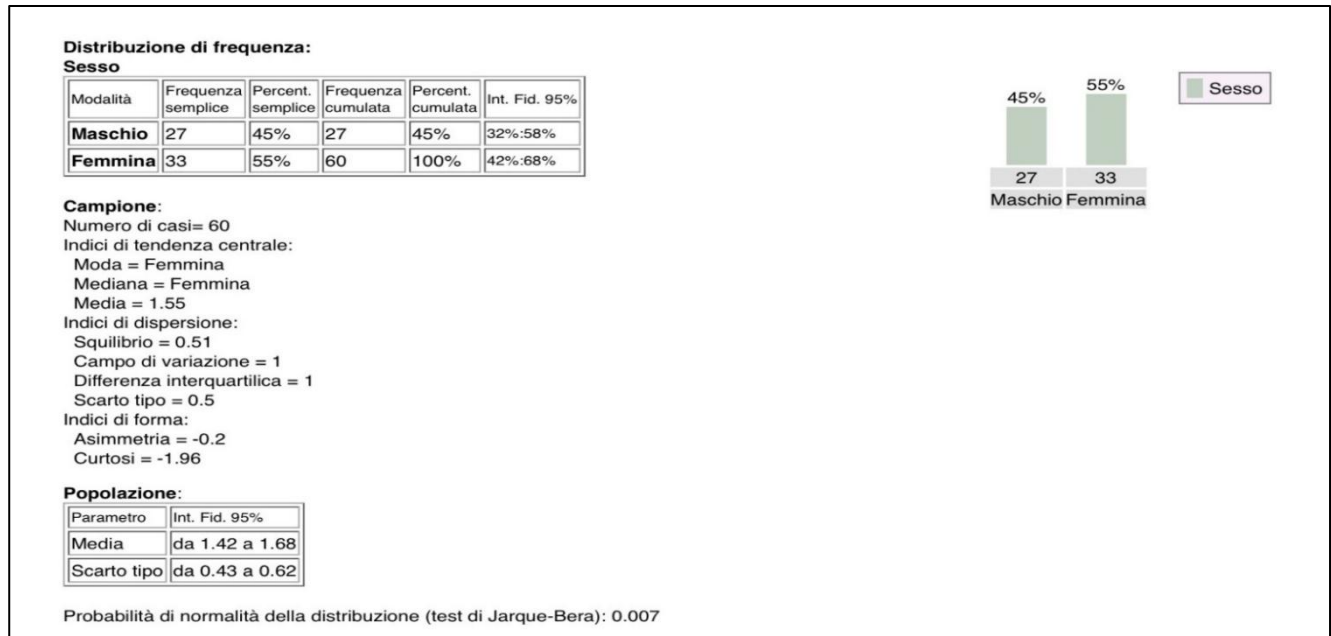
Dopo aver costruito la matrice dati siamo passate alla loro analisi monovariata tramite il software JStat; una descrizione della realtà con parametri quantitativi, variabile per variabile.

Successivamente, abbiamo scelto le variabili che ritenevamo più importanti per descrivere il campione su cui abbiamo lavorato.

- Variabili di sfondo: età e sesso
- Variabili fattore indipendente: frequenza attività sportiva, anzianità della pratica sportiva
- Variabili fattore dipendente: gestione dello stress, relazioni interpersonali, problem solving.

Per ciascuna variabile, in base al proprio livello di scala, abbiamo descritto:

- Distribuzione di frequenza semplice e cumulata con le relative rappresentazioni grafiche;
- Indice di tendenza centrale;
- Indice di dispersione;
- Indice di posizione dei singoli soggetti.

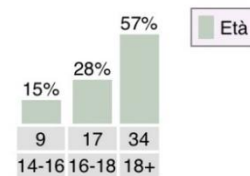


Considerando che il sesso è una variabile categoriale non ordinata, con scala nominale, le cui modalità non presentano un ordine gerarchico, l'unico indice di tendenza centrale propriamente interpretabile è la moda, cioè la modalità caratterizzata dalla frequenza più elevata. In questo caso la moda è rappresentata dalla categoria "femmina", che comprende 33 partecipanti.

Per descrivere l'indice di distribuzione delle risposte è stato inoltre considerato l'indice di squilibrio, calcolato dal programma come somma dei quadrati delle proporzioni relative alle diverse modalità. Il valore ottenuto è pari a 0,51. Tale valore deve essere interpretato in relazione alla distribuzione osservata: la differenza tra la proporzione di partecipanti femmine e quella dei partecipanti maschi è contenuta, poiché le due categorie rappresentano rispettivamente il 55% e il 45% del campione.

Distribuzione di frequenza:**Età**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
14-16	9	15%	9	15%	6%:24%
16-18	17	28%	26	43%	17%:40%
18+	34	57%	60	100%	44%:69%

**Campione:**

Numero di casi= 60

Indici di tendenza centrale:

Moda = 18+

Mediana = 18+

Media = 2.42

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.42

Campo di variazione = 2

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.74

Indici di forma:

Asimmetria = -0.84

Curtosi = -0.7

Popolazione:

Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 2.23 a 2.6
Scarto tipo	da 0.63 a 0.92

Probabilità di normalità della distribuzione (test di Jarque-Bera): 0.016

La variabile “Età” è di tipo categoriale ordinata, quindi per descrivere l’indice di dispersione sono stati considerati l’indice di squilibrio, il campo di variazione e la differenza interquartilica.

L’indice di squilibrio è risultato pari a 0.42. Il valore osservato suggerisce una distribuzione non perfettamente uniforme, con una certa concentrazione dei partecipanti nella fascia 18+.

Il campo di variazione è pari a 2. Poiché l’età è stata rilevata attraverso fasce anagrafiche ordinate, questo valore indica una distanza di due categorie tra la fascia d’età più bassa e quella più alta osservate nel campione, e non una differenza esatta di due anni.

La differenza interquartilica è pari a 1, indicando una dispersione contenuta del 50% centrale dei partecipanti rispetto alle fasce d’età considerate.

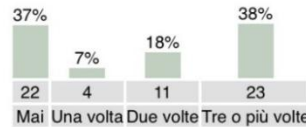
Trattandosi di una variabile categoriale ordinata, è stato utilizzato il centile come indice di posizione.

I 9 partecipanti appartenenti alla fascia d’età compresa tra 14 e 16 anni si collocano nella parte inferiore della distribuzione, fino al 15° percentile. I 17 partecipanti di età compresa tra 16 e 18 anni si collocano tra il 16° e il 43° percentile. Infine, i 34 partecipanti appartenenti alla fascia “18 anni e oltre” si collocano nella parte superiore della distribuzione, dal 44° al 100° percentile.

La distribuzione evidenzia una concentrazione nella fascia d’età più elevata: i partecipanti di 18 anni e oltre rappresentano il 57% del campione.

Distribuzione di frequenza:**Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
Mai	22	37%	22	37%	24%:49%
Una volta	4	7%	26	43%	0%:13%
Due volte	11	18%	37	62%	9%:28%
Tre o più volte	23	38%	60	100%	26%:51%



Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?

Campione:

Numero di casi= 60

Indici di tendenza centrale:

Moda = Tre o più volte

Mediana = Due volte

Media = 2.58

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.32

Campo di variazione = 3

Differenza interquartile = 3

Scarto tipo = 1.32

Indici di forma:

Asimmetria = -0.16

Curtosi = -1.73

Popolazione:

Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 2.25 a 2.92
Scarto tipo	da 1.13 a 1.65

Probabilità di normalità della distribuzione (test di Jarque-Bera): 0.021

La variabile “Frequenza pratica sportiva” è di tipo categoriale ordinata; quindi, per descrivere l’indice di dispersione sono stati considerati l’indice di squilibrio, il campo di variazione e la differenza interquartile.

L’indice di squilibrio è pari a 0,32, indicando una distribuzione caratterizzata da un moderato squilibrio verso le due categorie estreme: “non pratico sport” e “tre o più volte alla settimana”, che rappresentano complessivamente il 75% del campione.

Il campo di variazione, calcolato come differenza tra il valore massimo e il valore minimo osservati, è pari a 3. Considerando le categorie in ordine crescente da “non pratico sport” a “tre o più volte alla settimana”. Questo evidenzia una variabilità relativamente ampia nella frequenza con cui i partecipanti praticano attività sportiva.

La differenza interquartile è pari a 3, poiché il primo quartile (Q1) ricade nella categoria “una volta alla settimana”, mentre il terzo quartile (Q3) ricade nella categoria “tre o più volte alla settimana”. Ciò significa che il 50% centrale dei partecipanti si colloca in un intervallo compreso tra queste categorie, evidenziando una certa dispersione nella frequenza della pratica sportiva.

Trattandosi di una variabile categoriale ordinata, è stato utilizzato il centile come indice di posizione.

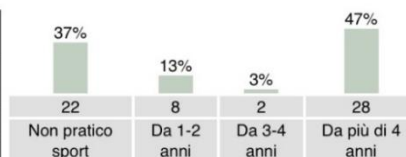
Le 22 persone che rispondono “Mai” si trovano nella parte bassa della distribuzione (fino al 37° percentile). Le 23 persone che rispondono “3 o più volte” sono nella parte alta (dal 63° al 100° percentile).

I soggetti agli estremi non risultano quindi isolati rispetto al resto della distribuzione, ma costituiscono una componente consistente del campione e possono essere considerati sostanzialmente omogenei rispetto alla distribuzione complessiva.

Distribuzione di frequenza:

Da quanto tempo pratici sport?

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
Non pratico sport	22	37%	22	37%	24%-49%
Da 1-2 anni	8	13%	30	50%	5%-22%
Da 3-4 anni	2	3%	32	53%	0%-10%
Da più di 4 anni	28	47%	60	100%	34%-59%



Da quanto tempo pratici sport?

Campione:

Numero di casi= 60

Indici di tendenza centrale:

Moda = Da più di 4 anni

Mediana = tra Da 1-2 anni e Da 3-4 anni

Media = 2.6

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.37

Campo di variazione = 3

Differenza interquartile = 3

Scarto tipo = 1.38

Indici di forma:

Asimmetria = -0.09

Curtosi = -1.84

Popolazione:

Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 2.25 a 2.95
Scarto tipo	da 1.18 a 1.73

Probabilità di normalità della distribuzione (test di Jarque-Bera): 0.014

La variabile “Anzianità pratica sportiva” è di tipo categoriale ordinata; quindi, per descrivere l’indice di dispersione sono stati considerati l’indice di squilibrio, il campo di variazione e la differenza interquartile.

L’indice di squilibrio, pari a 0,37, indica una distribuzione caratterizzata da un moderato squilibrio tra le diverse categorie di risposta verso le categorie più estreme della variabile (“non pratico sport” e “più di 4 anni”) che insieme comprendono la maggior parte del campione.

Il campo di variazione, calcolato come differenza tra il valore massimo e il valore minimo osservati, è pari a 3. Infatti, considerando le categorie in ordine crescente (0 = non pratico sport; 1 = 1–2 anni; 2 = 3–4 anni; 3 = più di 4 anni), le risposte coprono l’intero intervallo della scala, evidenziando una variabilità relativamente ampia rispetto all’anzianità della pratica sportiva.

La differenza interquartile è pari a 3, poiché il primo quartile (Q1) ricade nella categoria “da 1 a 2 anni”, mentre il terzo quartile (Q3) ricade nella categoria “da più di 4 anni”. Pertanto: $Q3 - Q1 = 3 - 0 = 3$.

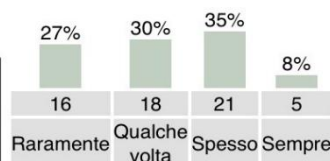
Per analizzare da quanto tempo i partecipanti fanno sport (risposte in ordine: “Non pratico”, “<1 anno”, “1–4 anni”, “>4 anni”), abbiamo usato i percentili.

Le 22 persone che rispondono “Non pratico sport” stanno nella parte bassa (fino al 37° percentile). Le 28 persone che rispondono “Da più di quattro anni” stanno nella parte alta (dal 55° al 100° percentile). Questi estremi sono molto frequenti (37% “Non pratico”, 47% “>4 anni”), e insieme coprono l’83% del campione. Quindi i gruppi agli estremi sono omogenei rispetto alla distribuzione complessiva, perché sono numerosi, rappresentativi e non costituiscono casi isolati.

Distribuzione di frequenza:

Nella quotidianità riesco a rimanere tranquillo/a e concentrato/a anche quando sono sotto pressione?
(Gestione dello stress)

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
Raramente	16	27%	16	27%	15%-38%
Qualche volta	18	30%	34	57%	18%-42%
Spesso	21	35%	55	92%	23%-47%
Sempre	5	8%	60	100%	1%-15%

**Campione:**

Numero di casi= 60

Indici di tendenza centrale:

Moda = Spesso

Mediana = Qualche volta

Media = 3.25

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.29

Campo di variazione = 3

Differenza interquartilica = 2

Scarto tipo = 0.94

Indici di forma:

Asimmetria = 0.08

Curtosi = -1.04

Popolazione:

Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 3.01 a 3.49
Scarto tipo	da 0.81 a 1.18

Probabilità di normalità della distribuzione (test di Jarque-Bera): 0.251

La variabile “Gestione dello stress” è di tipo categoriale ordinata; quindi, per descrivere l’indice di dispersione sono stati considerati l’indice di squilibrio, il campo di variazione e la differenza interquartilica.

L’indice di squilibrio è pari a 0,29, indicando una distribuzione caratterizzata da un moderato squilibrio tra le diverse categorie di risposta. La maggior parte delle risposte tende, infatti, a concentrarsi nelle categorie centrali e alte della scala, in particolare “qualche volta” e “spesso”.

Il campo di variazione è pari a 3, considerando la differenza tra il valore massimo e il valore minimo osservati. Sono infatti presenti risposte in tutte le categorie previste, da “raramente” a “sempre”, evidenziando che nel campione sono presenti livelli differenti nella capacità percepita di mantenere la calma e la concentrazione in situazioni di pressione.

La differenza interquartilica è pari a 2, indicando che il 50% centrale delle osservazioni si distribuisce all’interno di un intervallo di ampiezza pari a due categorie. Questo evidenzia una dispersione moderata delle risposte intorno ai valori centrali della distribuzione.

Per analizzare la capacità di gestire le emozioni in situazioni difficili (risposte in ordine da “Mai” a “Sempre”), abbiamo usato i percentili. Nessuno ha risposto “Mai”, quindi il minimo osservato è “Raramente” e il massimo è “Sempre”.

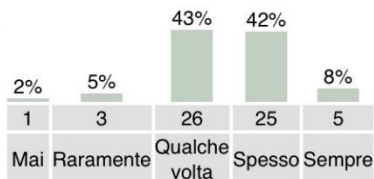
Le 12 persone che rispondono “Raramente” stanno nella parte bassa (entro il 20° percentile). Le 4 persone che rispondono “Sempre” stanno nella parte alta (dal 95° al 100° percentile).

Chi risponde “Sempre” è in una posizione molto estrema, ma con variabili ordinate i percentili indicano solo la posizione, non permettono di dichiarare formalmente un outlier come si fa con le variabili numeriche. Chi risponde “Raramente”, pur essendo al minimo, rappresenta il 20% del campione e non è isolato. Quindi: gli estremi “Raramente” sono omogenei (numerosi e non isolati); gli estremi “Sempre” sono pochi e molto concentrati; quindi, non si può dire che siano omogenei come gruppo.

Distribuzione di frequenza:

Nella quotidianità partecipo attivamente alle attività di gruppo? (Relazioni interpersonali)

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
Mai	1	2%	1	2%	0%:7%
Raramente	3	5%	4	7%	0%:12%
Qualche volta	26	43%	30	50%	31%:56%
Spesso	25	42%	55	92%	29%:54%
Sempre	5	8%	60	100%	1%:15%

**Campione:**

Numero di casi= 60

Indici di tendenza centrale:

Moda = Qualche volta

Mediana = tra Qualche volta e Spesso

Media = 3.5

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.37

Campo di variazione = 4

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.79

Indici di forma:

Asimmetria = -0.31

Curtosi = 0.63

Popolazione:

Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 3.3 a 3.7
Scarto tipo	da 0.67 a 0.98

Probabilità di normalità della distribuzione (test di Jarque-Bera): 0.379

La variabile “Relazioni interpersonali” è di tipo categoriale ordinata; quindi, per descrivere l’indice di dispersione sono stati considerati l’indice di squilibrio, il campo di variazione e la differenza interquartilica.

L’indice di squilibrio è pari a 0,37, indicando una distribuzione caratterizzata da un moderato squilibrio tra le diverse categorie di risposta. Le risposte risultano infatti prevalentemente concentrate nelle categorie “qualche volta” e “spesso”, che complessivamente comprendono l’85% del campione.

Il campo di variazione è pari a 4, considerando la differenza tra il valore massimo e il valore minimo osservati. Sono infatti presenti risposte in tutte le categorie della scala, da “mai” a “sempre”, evidenziando la presenza di differenti livelli di partecipazione alle attività di gruppo all’interno del campione.

La differenza interquartilica è pari a 1, indicando che il 50% centrale delle osservazioni è concentrato all’interno di un intervallo di ampiezza ridotta. Questo dato evidenzia una dispersione contenuta delle risposte nella parte centrale della distribuzione

Per analizzare la partecipazione attiva alle attività di gruppo (risposte in ordine da “Mai” a “Sempre”), abbiamo usato i percentili.

Gli estremi sono “Mai”, molto poco rappresentato (1 persona) e più isolato e “sempre”, un po’ più presente (5 persone).

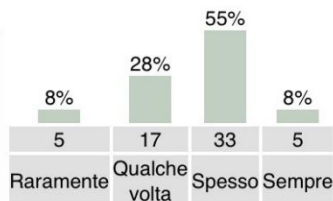
La maggior parte del campione si concentra nelle categorie centrali “Qualche volta” (43%) e “Spesso” (42%).

Quindi: “Sempre” è estremo ma leggermente più rappresentato; “Mai” è estremo e scarsamente rappresentato, quindi più isolato e meno omogeneo rispetto al resto della distribuzione.

Distribuzione di frequenza:

Nella quotidianità riesco a trovare soluzioni efficaci quando incontro un problema? (Problem solving)

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
Raramente	5	8%	5	8%	1%;15%
Qualche volta	17	28%	22	37%	17%;40%
Spesso	33	55%	55	92%	42%;68%
Sempre	5	8%	60	100%	1%;15%

**Campione:**

Numero di casi= 60

Indici di tendenza centrale:

Moda = Spesso

Mediana = Spesso

Media = 3.63

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.4

Campo di variazione = 3

Differenza interquartilica = 1

Scarto tipo = 0.75

Indici di forma:

Asimmetria = -0.46

Curtosi = -0.06

Popolazione:

Parametro	Int. Fid. 95%
Media	da 3.44 a 3.82
Scarto tipo	da 0.64 a 0.94

Probabilità di normalità della distribuzione (test di Jarque-Bera): 0.347

La variabile “Problem solving” è di tipo categoriale ordinata; quindi, per descrivere gli indici di dispersione sono stati considerati l’indice di squilibrio, il campo di variazione e la differenza interquartilica.

L’indice di squilibrio è pari a 0,40, indicando una distribuzione caratterizzata da un moderato squilibrio tra le diverse categorie di risposta. Le risposte risultano infatti fortemente concentrate nelle categorie più alte della scala: “spesso” e “sempre” comprendono complessivamente il 63% del campione.

Il campo di variazione è pari a 3, considerando la differenza tra il valore massimo e il valore minimo osservati. Sono infatti presenti risposte dalla categoria “raramente” alla categoria “sempre”, evidenziando la presenza di differenti livelli nella capacità percepita di affrontare e risolvere i problemi. La differenza interquartilica è pari a 1, indicando che il 50% centrale delle osservazioni è concentrato in un intervallo di ampiezza ridotta. Questo evidenzia una dispersione contenuta delle risposte nella parte centrale della distribuzione.

Per la variabile relativa alla capacità di trovare soluzioni efficaci è stato utilizzato il centile, poiché si tratta di una variabile categoriale ordinata.

Le risposte estreme sono “Raramente” e “Sempre”, entrambe indicate da 5 partecipanti, pari all’8,3% del campione. I partecipanti che hanno risposto “Raramente” si trovano nelle posizioni più basse della distribuzione, mentre quelli che hanno risposto “Sempre” occupano le posizioni più alte.

Questi casi non risultano isolati rispetto al resto dei dati. La maggior parte dei partecipanti si concentra nelle categorie centrali, soprattutto “Spesso” e, in misura minore, “Qualche volta”. Pertanto, la distribuzione può essere considerata abbastanza omogenea e priva di valori anomali.

2. Analisi bivariata

Abbiamo poi proseguito con l'analisi bivariata dai dati.

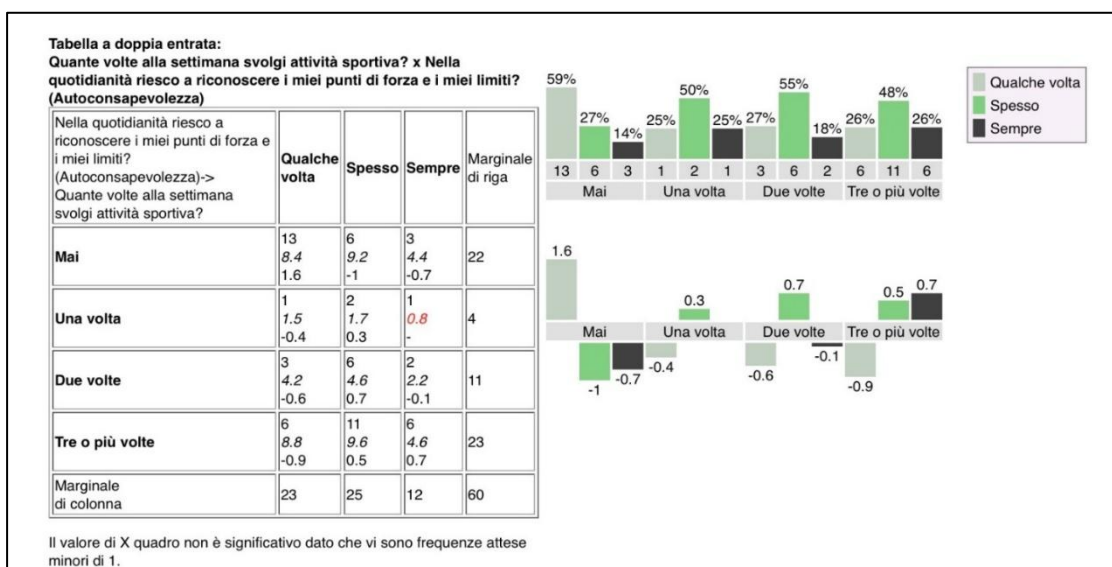
Sul software JsStat abbiamo incrociato ciascuna variabile generata dal fattore indipendente con ciascuna variabile generata dal fattore dipendente, producendo così tabelle a doppia entrata per poter controllare le ipotesi e stabilire

la presenza di relazioni significative e quindi non casuali.

Nelle celle delle tabelle sono indicati:

- Le frequenze osservate (O), ovvero quelle osservate sul campione
- Le frequenze attese (A), ovvero quelle che avremmo se non ci fosse relazione tra le due variabili
- I residui standardizzati di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa $(O-A)/\sqrt{A}$

Mediante questa metodologia si può inoltre ottenere il valore di X quadro e il relativo livello di significatività: maggiore è il valore assunto da X quadro e maggiore è l'intensità della relazione. Quando il livello di significatività è minore di 0,05 esiste un effettivo legame significativo tra le due variabili.



V3 x V8

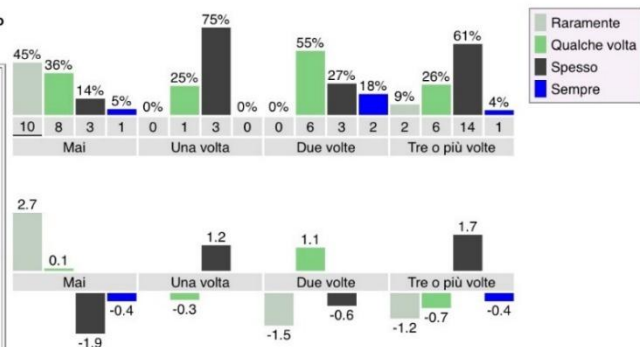
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Frequenza settimanale di attività sportiva” e “Autoconsapevolezza”. L'analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva? x Nella quotidianità riesco a gestire le mie emozioni quando mi trovo in una situazione difficile o stressante? (Gestione delle emozioni)

Nella quotidianità riesco a gestire le mie emozioni quando mi trovo in una situazione difficile o stressante? (Gestione delle emozioni)-> Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Mai	10 4.4 2.7	8 7.7 0.1	3 8.4 -1.9	1 1.5 -0.4	22
Una volta	0 0.8 -	1 1.4 -0.3	3 1.5 1.2	0 0.3 -	4
Due volte	0 2.2 -1.5	6 3.9 1.1	3 4.2 -0.6	2 0.7 -	11
Tre o più volte	2 4.6 -1.2	6 8.1 -0.7	14 8.8 1.7	1 1.5 -0.4	23
Marginale di colonna	12	21	23	4	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V3 x V9

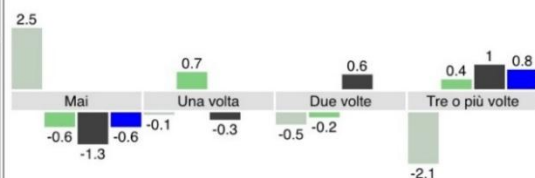
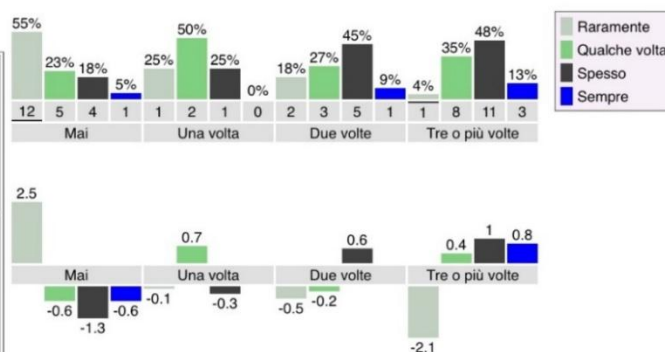
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Frequenza settimanale di attività sportiva” e “Gestione delle emozioni”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva? x Nella quotidianità riesco a rimanere tranquillo/a e concentrato/a anche quando sono sotto pressione? (Gestione dello stress)

Nella quotidianità riesco a rimanere tranquillo/a e concentrato/a anche quando sono sotto pressione? (Gestione dello stress)->	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?					
Mai	12 5.9 2.5	5 6.6 -0.6	4 7.7 -1.3	1 1.8 -0.6	22
Una volta	1 1.1 -0.1	2 1.2 0.7	1 1.4 -0.3	0 0.3 -	4
Due volte	2 2.9 -0.5	3 3.3 -0.2	5 3.9 0.6	1 0.9 -	11
Tre o più volte	1 6.1 -2.1	8 6.9 0.4	11 8.1 1	3 1.9 0.8	23
Marginale di colonna	16	18	21	5	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V3 x V10

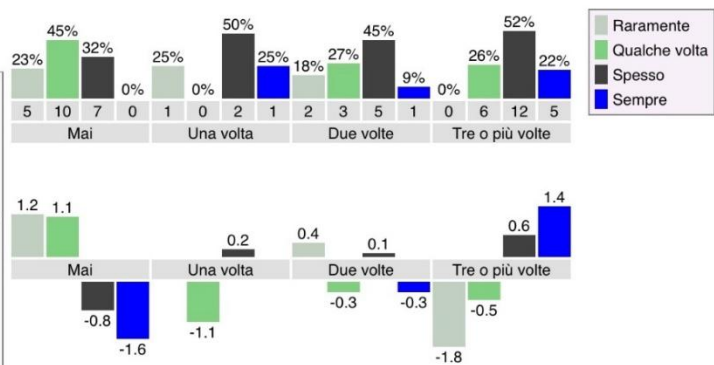
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Frequenza settimanale di attività sportiva” e Gestione dello stress”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva? x Nella quotidianità riesco a esprimere chiaramente e in modo comprensibile le mie opinioni e i miei bisogni? (Comunicazione efficace)

Nella quotidianità riesco a esprimere chiaramente e in modo comprensibile le mie opinioni e i miei bisogni? (Comunicazione efficace)-> Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Mai	5 2.9 1.2	10 7 1.1	7 9.5 -0.8	0 2.6 -1.6	22
Una volta	1 0.5 -	0 1.3 -1.1	2 1.7 0.2	1 0.5 -	4
Due volte	2 1.5 0.4	3 3.5 -0.3	5 4.8 0.1	1 1.3 -0.3	11
Tre o più volte	0 3.1 -1.8	6 7.3 -0.5	12 10 0.6	5 2.7 1.4	23
Marginale di colonna	8	19	26	7	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V3 x V11

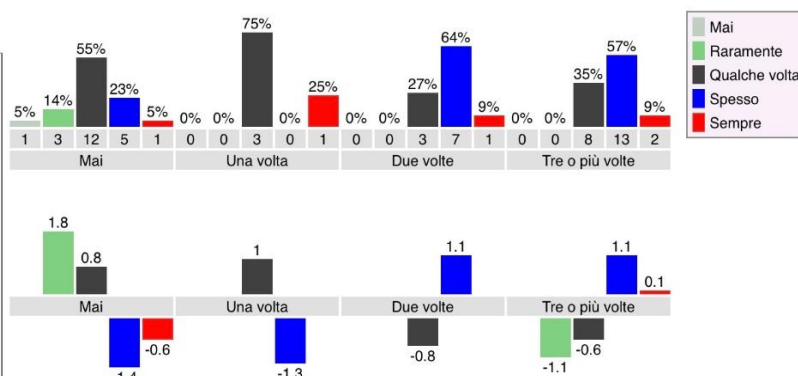
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Frequenza settimanale di attività sportiva” e “Comunicazione efficace”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva? x Nella quotidianità partecipo attivamente alle attività di gruppo? (Relazioni interpersonali)

Nella quotidianità partecipo attivamente alle attività di gruppo? (Relazioni interpersonali) -> Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Mai	1 0.4 -	3 1.1 1.8	12 9.5 0.8	5 9.2 -1.4	1 1.8 -0.6	22
Una volta	0 0.1 -	0 0.2 -	3 1.7 1	0 1.7 -1.3	1 0.3 -	4
Due volte	0 0.2 -	0 0.6 -	3 4.8 -0.8	7 4.6 1.1	1 0.9 -	11
Tre o più volte	0 0.4 -	0 1.2 -1.1	8 10 -0.6	13 9.6 1.1	2 1.9 0.1	23
Marginale di colonna	1	3	26	25	5	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V3 x V12

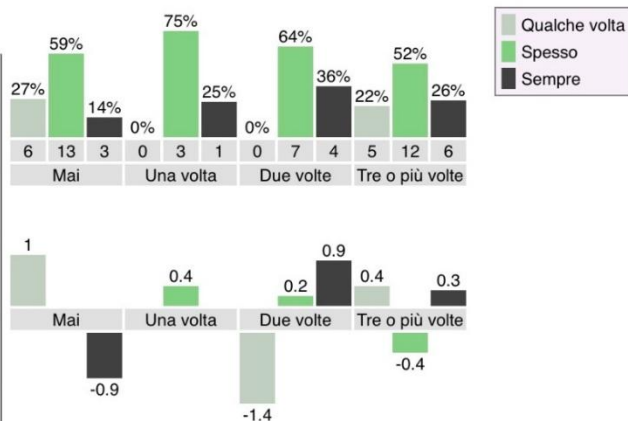
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Frequenza settimanale di attività sportiva” e “Relazioni interpersonali”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili.

Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva? x Nella quotidianità riesco a capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà? (Empatia)

Nella quotidianità riesco a capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà? (Empatia)-> Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Mai	6 4 1	13 12.8 0	3 5.1 -0.9	22
Una volta	0 0.7 -	3 2.3 0.4	1 0.9 -	4
Due volte	0 2 -1.4	7 6.4 0.2	4 2.6 0.9	11
Tre o più volte	5 4.2 0.4	12 13.4 -0.4	6 5.4 0.3	23
Marginale di colonna	11	35	14	60



Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.

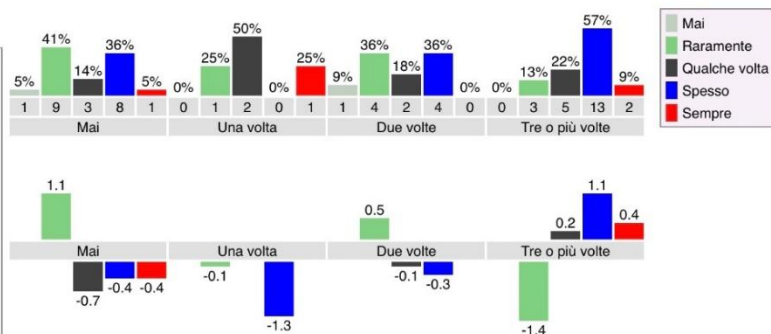
V3 x V13

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Frequenza settimanale di attività sportiva” e “Empatia”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva? x Nella quotidianità riesco a prendere decisioni quando devo scegliere tra più possibilità? (Decision making)

Nella quotidianità riesco a prendere decisioni quando devo scegliere tra più possibilità? (Decision making)-> Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Mai	1 0.7 -	9 6.2 1.1	3 4.4 -0.7	8 9.2 -0.4	1 1.5 -0.4	22
Una volta	0 0.1 -	1 1.1 -0.1	2 0.8 -	0 1.7 -1.3	1 0.3 -	4
Due volte	1 0.4 -	4 3.1 0.5	2 2.2 -0.1	4 4.6 -0.3	0 0.7 -	11
Tre o più volte	0 0.8 -	3 6.5 -1.4	5 4.6 0.2	13 9.6 1.1	2 1.5 0.4	23
Marginale di colonna	2	17	12	25	4	60



Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.

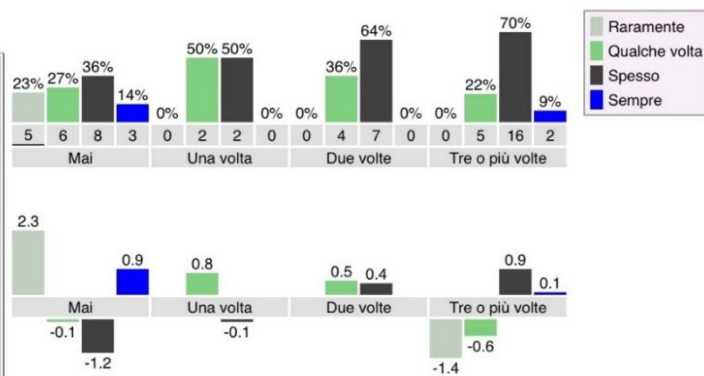
V3 x V14

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Frequenza settimanale di attività sportiva” e “Decision making”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva? x Nella quotidianità riesco a trovare soluzioni efficaci quando incontro un problema? (Problem solving)

Nella quotidianità riesco a trovare soluzioni efficaci quando incontro un problema? (Problem solving)-> Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Mai	5 1.8 2.3	6 6.2 -0.1	8 12.1 -1.2	3 1.8 0.9	22
Una volta	0 0.3 -	2 1.1 0.8	2 2.2 -0.1	0 0.3 -	4
Due volte	0 0.9 -	4 3.1 0.5	7 6.1 0.4	0 0.9 -	11
Tre o più volte	0 1.9 -1.4	5 6.5 -0.6	16 12.7 0.9	2 1.9 0.1	23
Marginale di colonna	5	17	33	5	60



Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.

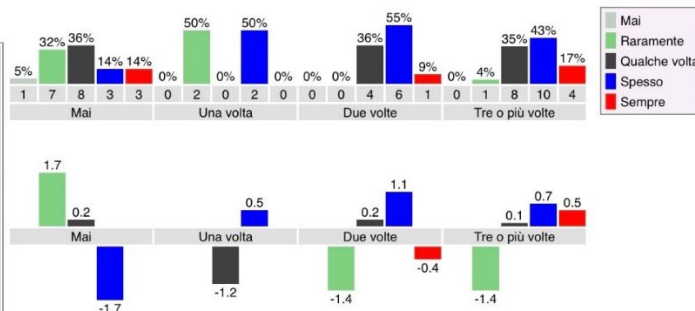
V3 x V15

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra "Frequenza settimanale di attività sportiva" e "Problem solving". L'analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva? x Nella quotidianità riesco a trovare più soluzioni diverse davanti a una difficoltà? (Pensiero creativo)

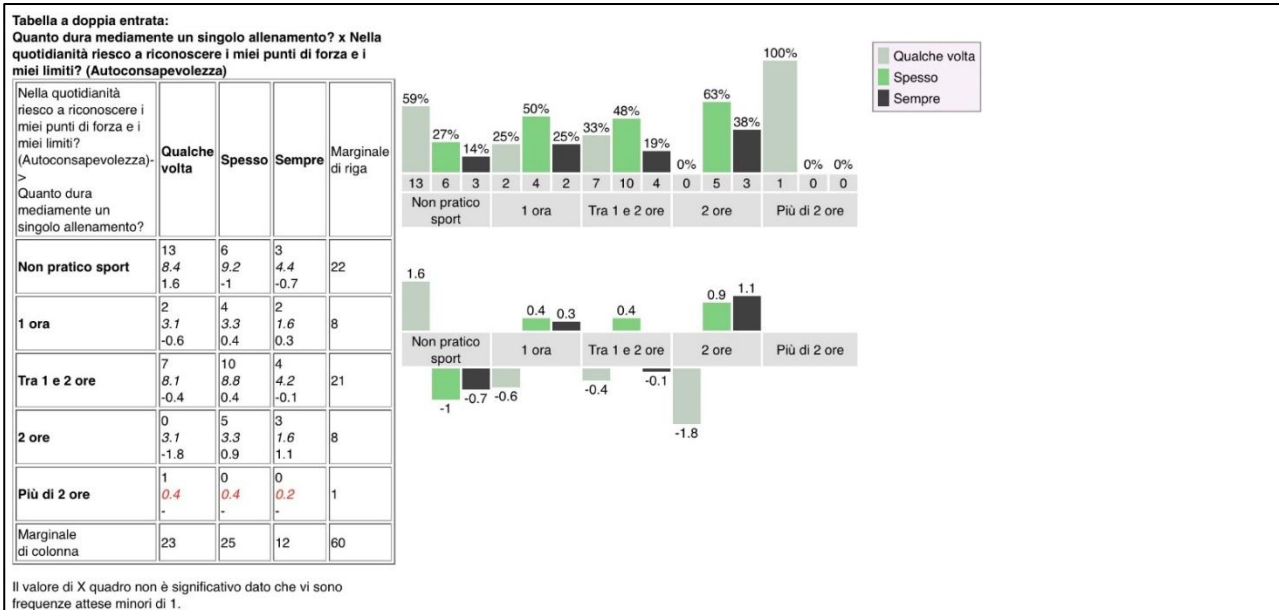
Nella quotidianità riesco a trovare più soluzioni diverse davanti a una difficoltà? (Pensiero creativo)-> Quante volte alla settimana svolgi attività sportiva?	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Mai	1 0.4 -	7 3.7 1.7	8 7.3 0.2	3 7.7 -1.7	3 2.9 0	22
Una volta	0 0.1 -	2 0.7 -	0 1.3 -1.2	2 1.4 0.5	0 0.5 -	4
Due volte	0 0.2 -	0 1.8 -1.4	4 3.7 0.2	6 3.9 1.1	1 1.5 -0.4	11
Tre o più volte	0 0.4 -	1 3.8 -1.4	8 7.7 0.1	10 8.1 0.7	4 3.1 0.5	23
Marginale di colonna	1	10	20	21	8	60



Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.

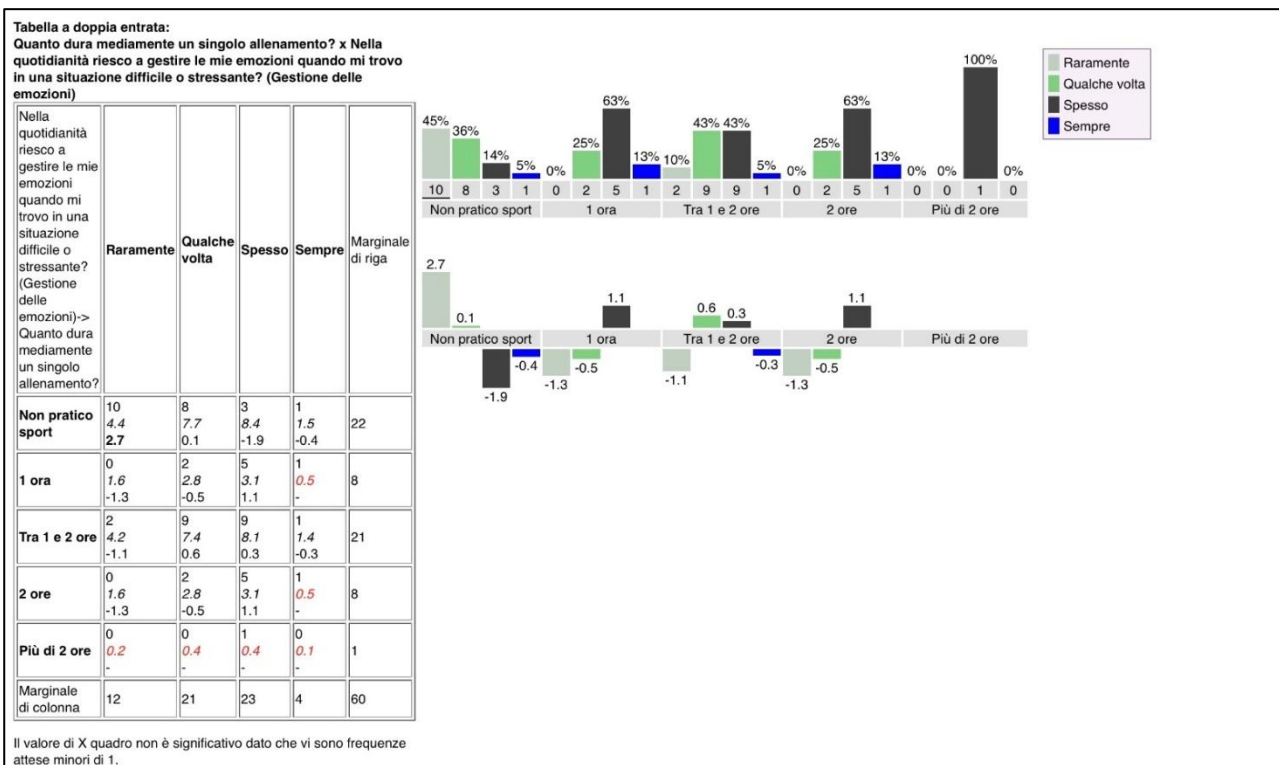
V3 x v16

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra "Frequenza settimanale di attività sportiva" e "Pensiero creativo". L'analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



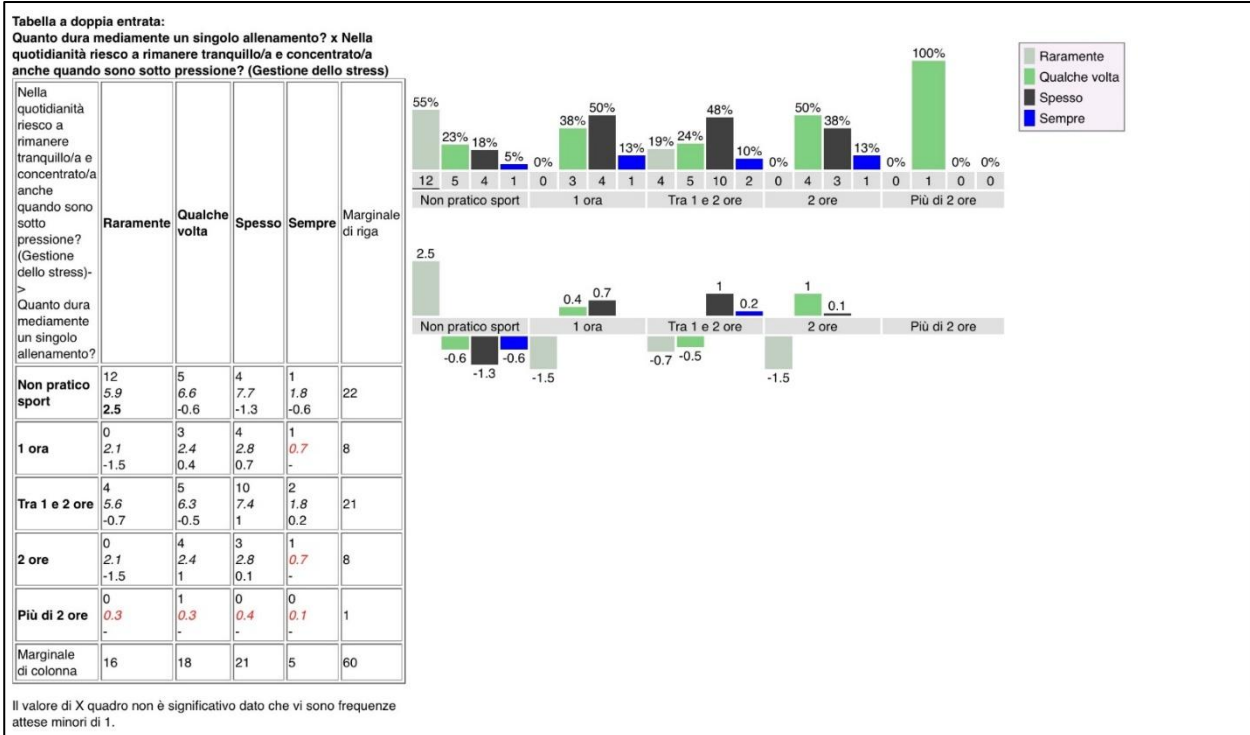
V4 x V8

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Durata media di un singolo allenamento” e “Autoconsapevolezza”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



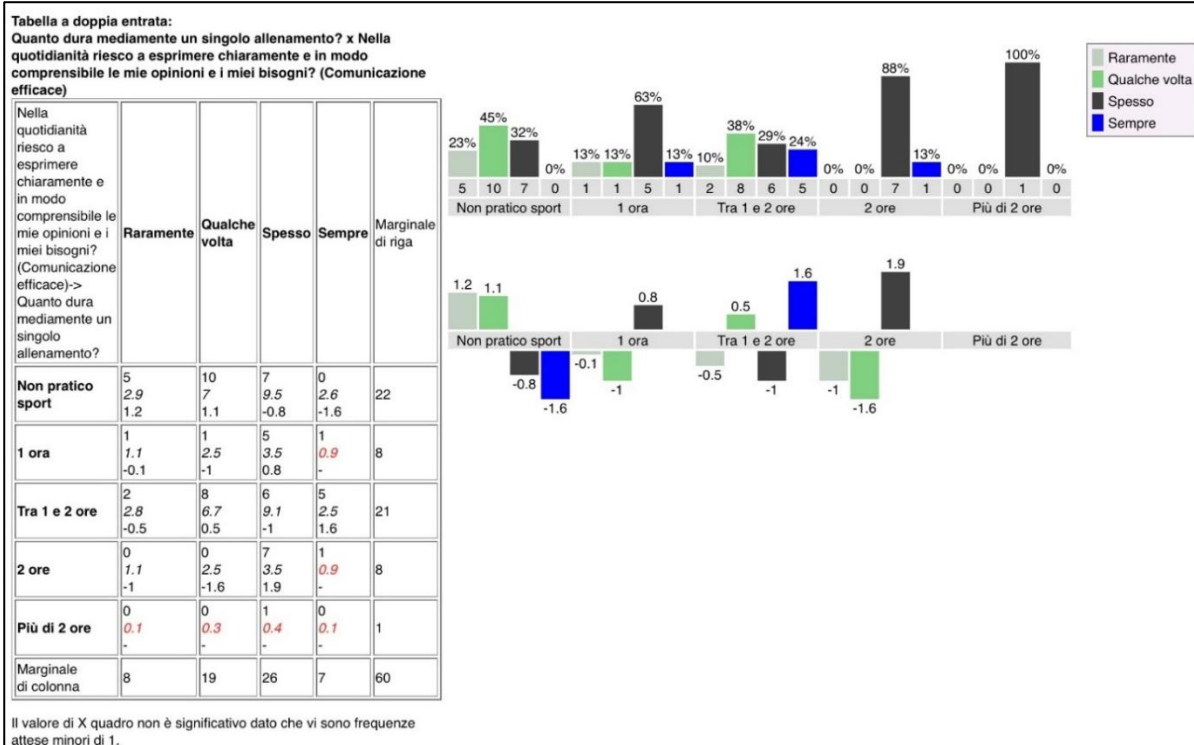
V4 x V9

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Durata media di un singolo allenamento” e “Gestione delle emozioni”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



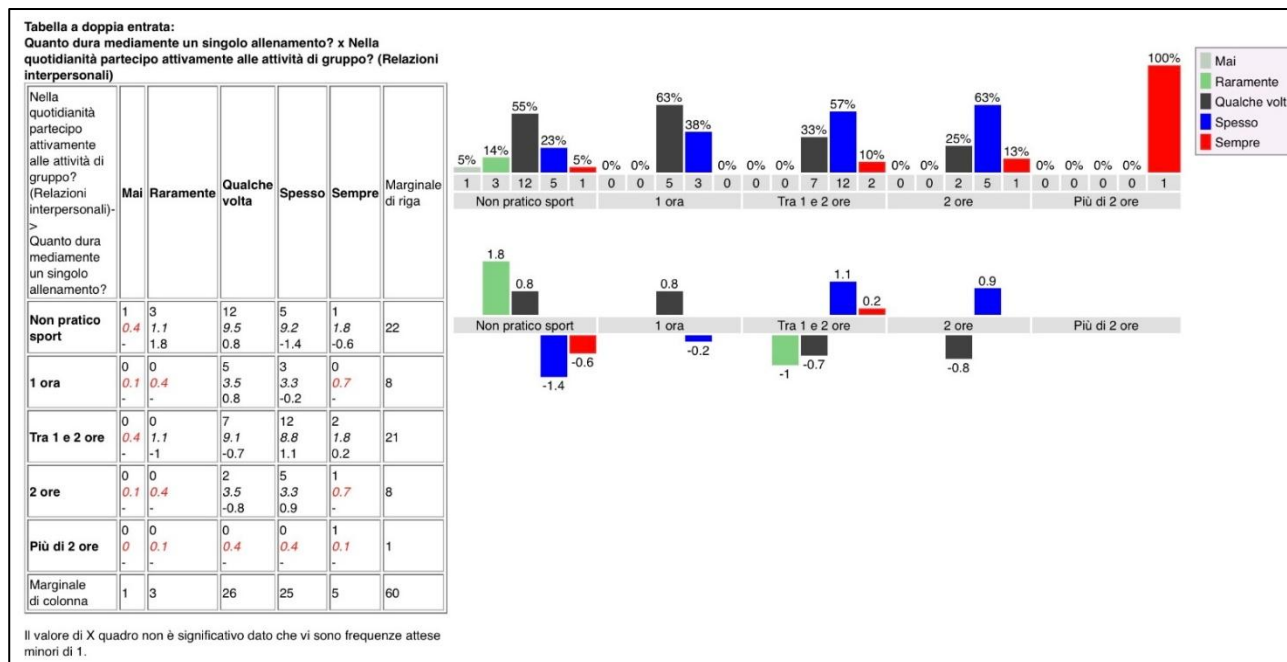
V4 x V10

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Durata media di un singolo allenamento” e “Gestione dello stress”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



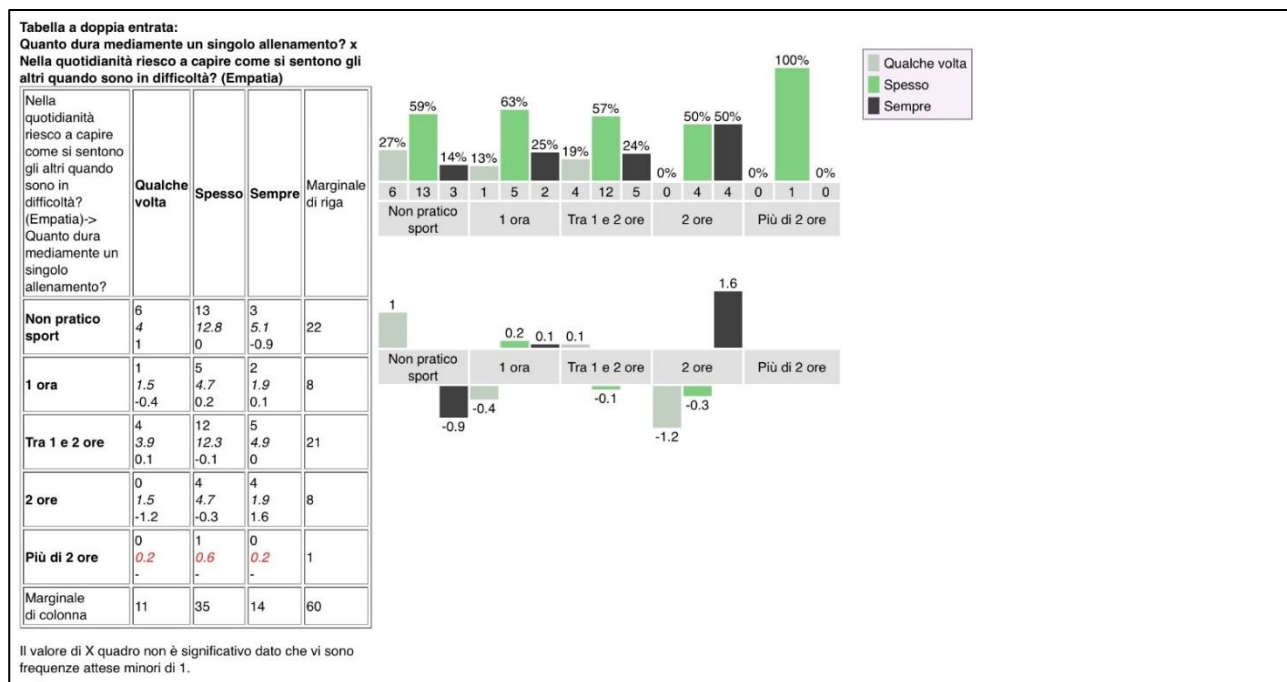
V4 x V11

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Durata media di un singolo allenamento” e “Comunicazione efficace”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



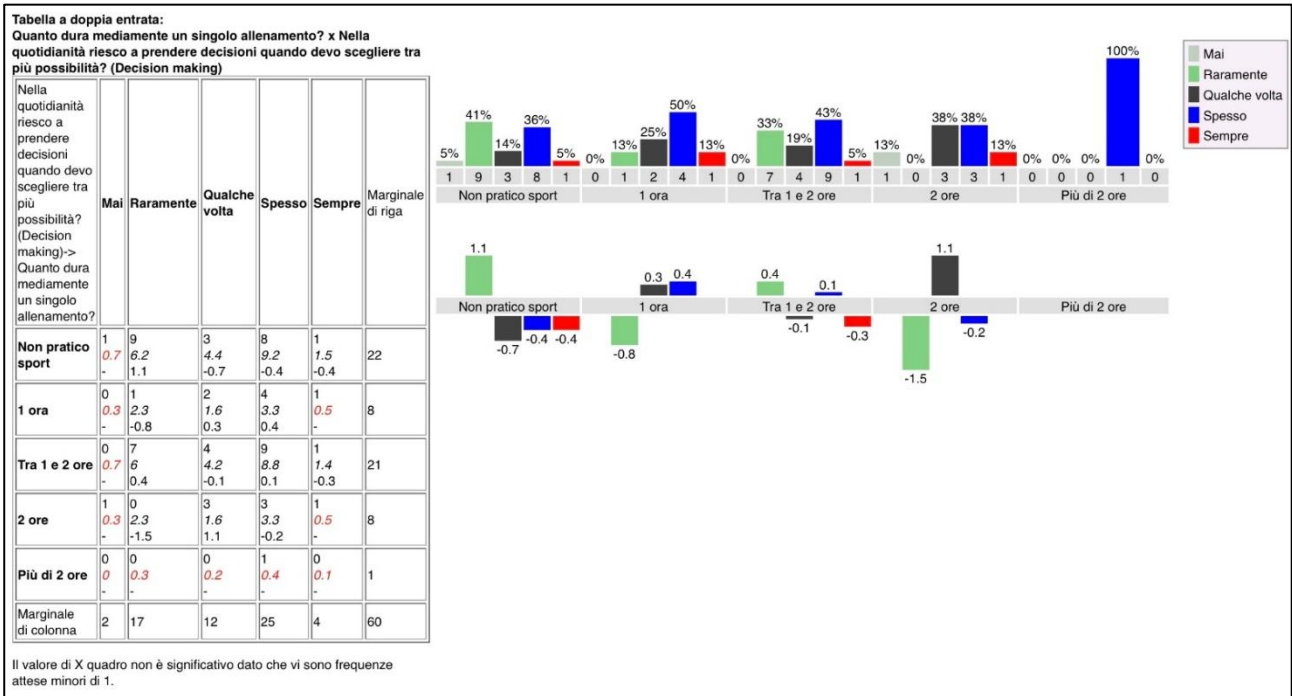
V4 x V12

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Durata media di un singolo allenamento” e “Relazioni interpersonali”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



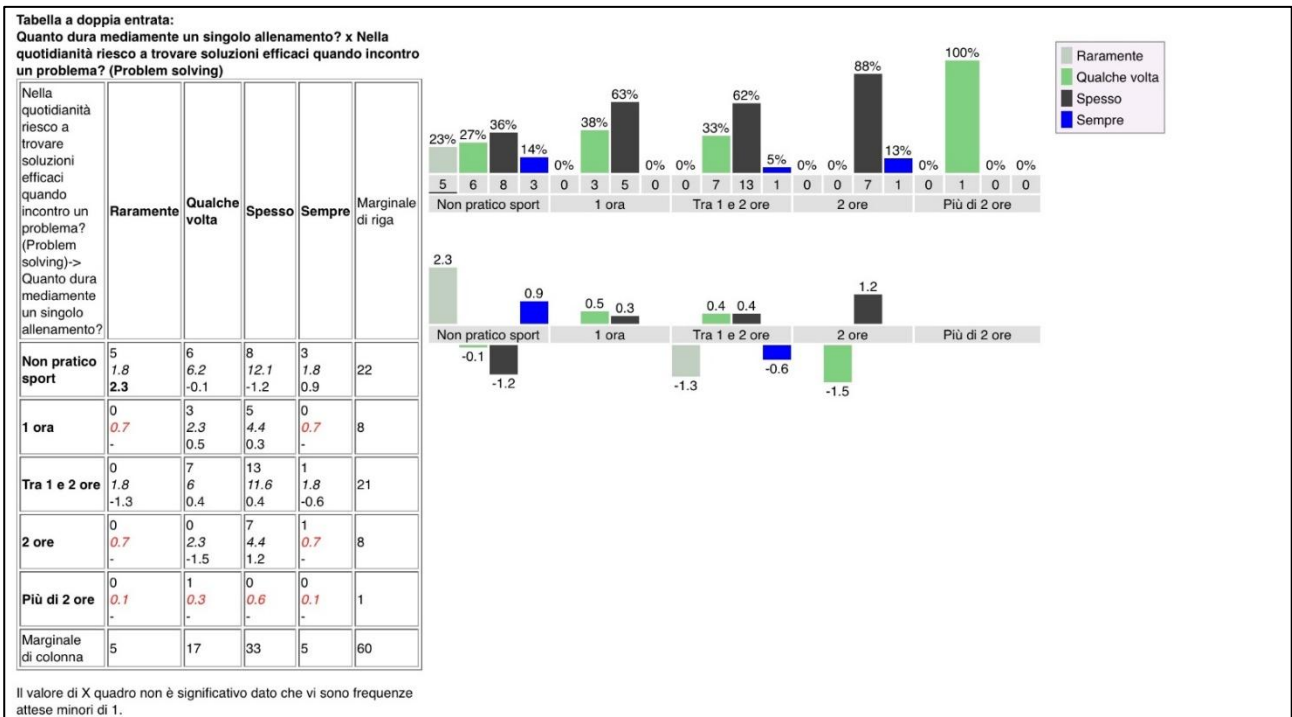
V4 x V13

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Durata media di un singolo allenamento” ed “Empatia”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



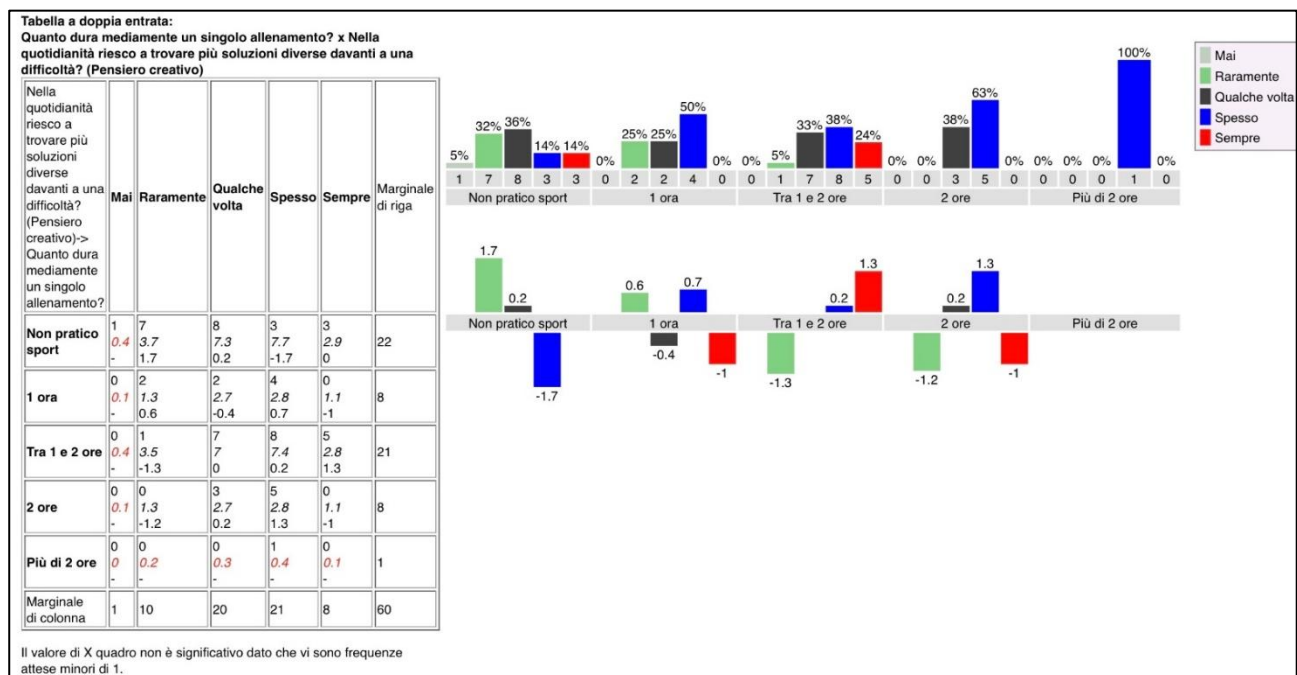
V4 x V14

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Durata media di un singolo allenamento” e “Decision making”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



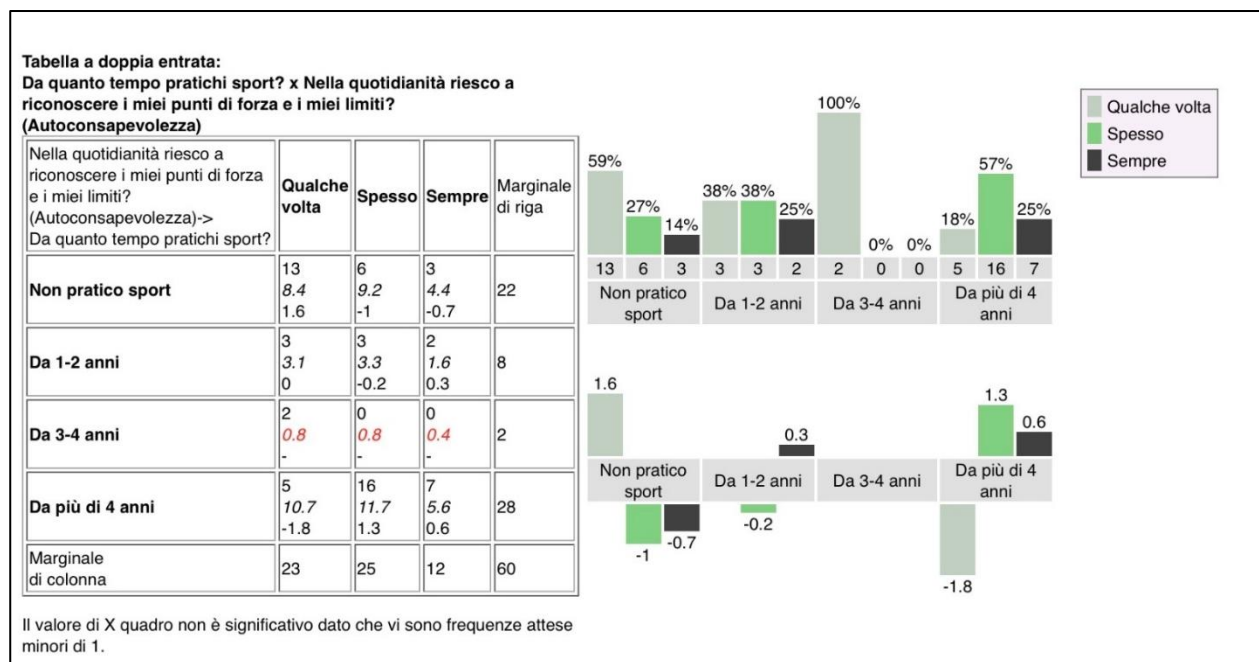
V4 x V15

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Durata media di un singolo allenamento” e “Problem solving”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



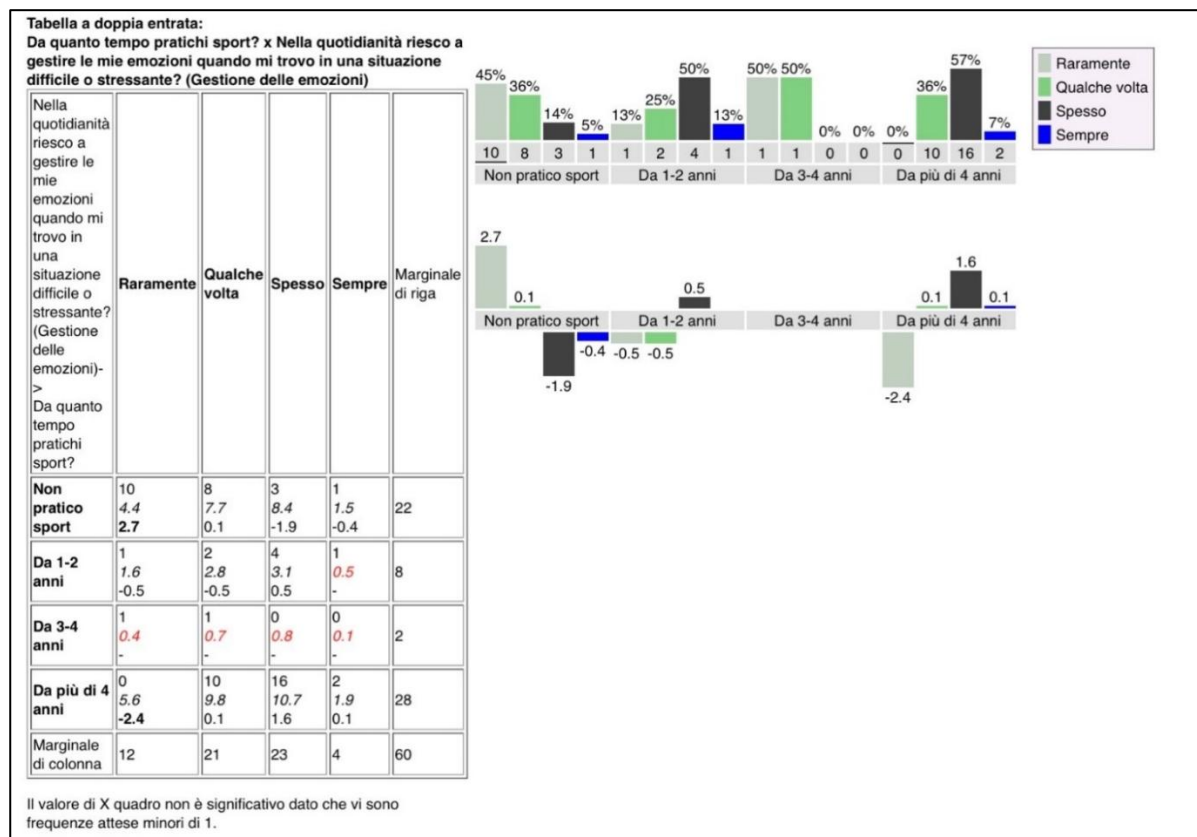
V4 x V16

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Durata media di un singolo allenamento” e “Pensiero creativo”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



V5 x V8

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Anni di pratica sportiva” e “Autoconsapevolezza”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



V5 x v9

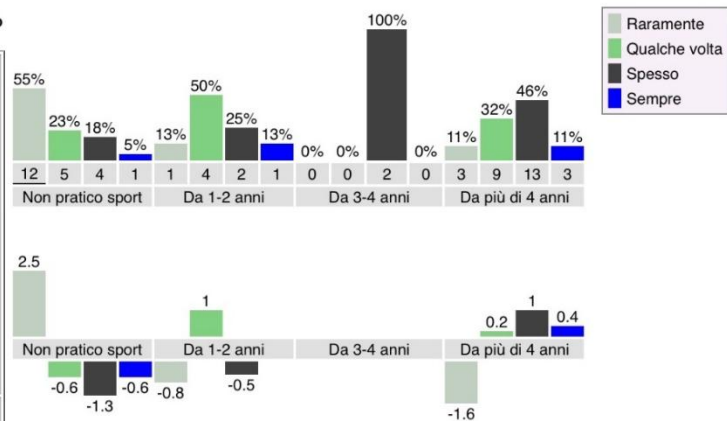
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Anni di pratica sportiva” e “Gestione delle emozioni”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Da quanto tempo pratici sport? x Nella quotidianità riesco a rimanere tranquillo/a e concentrato/a anche quando sono sotto pressione? (Gestione dello stress)

Nella quotidianità riesco a rimanere tranquillo/a e concentrato/a anche quando sono sotto pressione? (Gestione dello stress)->	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Da quanto tempo pratici sport?					
Non pratico sport	12 5.9 2.5	5 6.6 -0.6	4 7.7 -1.3	1 1.8 -0.6	22
Da 1-2 anni	1 2.1 -0.8	4 2.4 1	2 2.8 -0.5	1 0.7 -	8
Da 3-4 anni	0 0.5 -	0 0.6 -	2 0.7 -	0 0.2 -	2
Da più di 4 anni	3 7.5 -1.6	9 8.4 0.2	13 9.8 1	3 2.3 0.4	28
Marginale di colonna	16	18	21	5	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V5 x v10

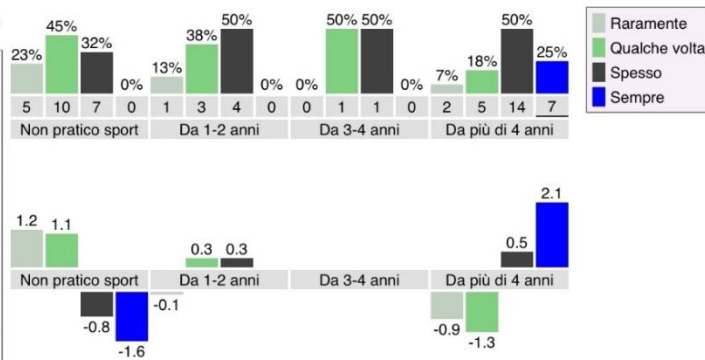
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Anni di pratica sportiva” e “Gestione dello stress”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Da quanto tempo pratici sport? x Nella quotidianità riesco a esprimere chiaramente e in modo comprensibile le mie opinioni e i miei bisogni? (Comunicazione efficace)

Nella quotidianità riesco a esprimere chiaramente e in modo comprensibile le mie opinioni e i miei bisogni? (Comunicazione efficace)-> Da quanto tempo pratici sport?	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	5 2.9 1.2	10 7 1.1	7 9.5 -0.8	0 2.6 -1.6	22
Da 1-2 anni	1 1.1 -0.1	3 2.5 0.3	4 3.5 0.3	0 0.9 -	8
Da 3-4 anni	0 0.3 -	1 0.6 -	1 0.9 -	0 0.2 -	2
Da più di 4 anni	2 3.7 -0.9	5 8.9 -1.3	14 12.1 0.5	7 3.3 2.1	28
Marginale di colonna	8	19	26	7	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V5 x V11

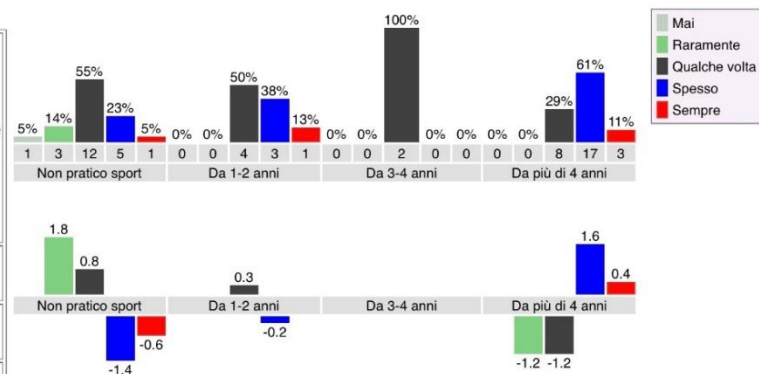
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “anni di pratica sportiva” e “Comunicazione efficace”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Da quanto tempo pratici sport? x Nella quotidianità partecipo attivamente alle attività di gruppo? (Relazioni interpersonali)

Nella quotidianità partecipo attivamente alle attività di gruppo? (Relazioni interpersonali)-> Da quanto tempo pratici sport?	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	1 0.4 -	3 1.1 1.8	12 9.5 0.8	5 9.2 -1.4	1 1.8 -0.6	22
Da 1-2 anni	0 0.1 -	0 0.4 -	4 3.5 0.3	3 3.3 -0.2	1 0.7 -	8
Da 3-4 anni	0 0 -	0 0.1 -	2 0.9 -	0 0.8 -	0 0.2 -	2
Da più di 4 anni	0 0.5 -	0 1.4 -1.2	8 12.1 -1.2	17 11.7 1.6	3 2.3 0.4	28
Marginale di colonna	1	3	26	25	5	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V5 x V12

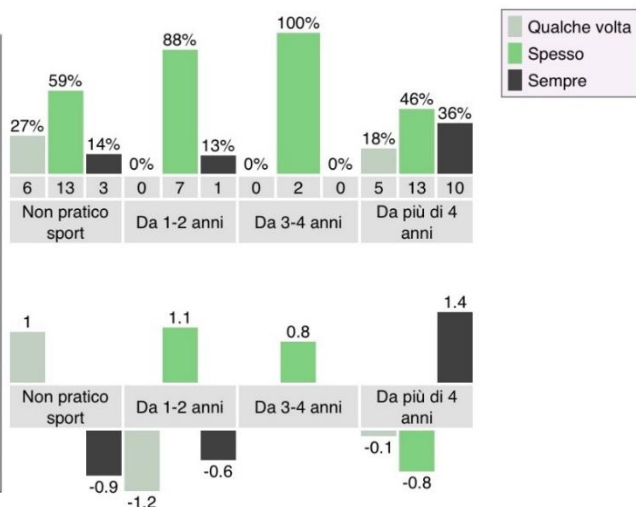
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “anni di pratica sportiva” e “Relazioni interpersonali”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Da quanto tempo pratici sport? x Nella quotidianità riesco a capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà? (Empatia)

Nella quotidianità riesco a capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà? (Empatia)-> Da quanto tempo pratici sport?	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	6 4 1	13 12.8 0	3 5.1 -0.9	22
Da 1-2 anni	0 1.5 -1.2	7 4.7 1.1	1 1.9 -0.6	8
Da 3-4 anni	0 0.4 -	2 1.2 0.8	0 0.5 -	2
Da più di 4 anni	5 5.1 -0.1	13 16.3 -0.8	10 6.5 1.4	28
Marginale di colonna	11	35	14	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V5 x V13

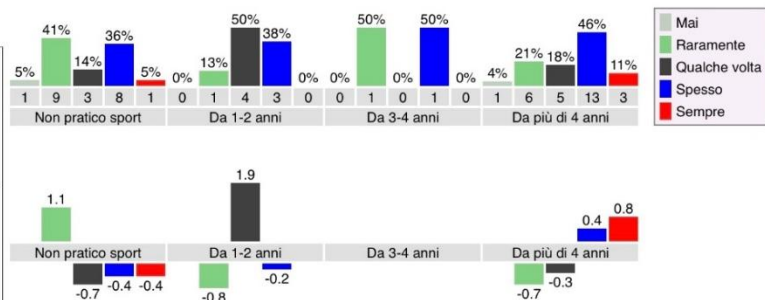
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Anni di pratica sportiva” e “Empatia”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Da quanto tempo pratici sport? x Nella quotidianità riesco a prendere decisioni quando devo scegliere tra più possibilità? (Decision making)

Nella quotidianità riesco a prendere decisioni quando devo scegliere tra più possibilità? (Decision making)-> Da quanto tempo pratici sport?	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	1 0.7 -	9 6.2 1.1	3 4.4 -0.7	8 9.2 -0.4	1 1.5 -0.4	22
Da 1-2 anni	0 0.3 -	1 2.3 -0.8	4 1.6 1.9	3 3.3 -0.2	0 0.5 -	8
Da 3-4 anni	0 0.1 -	1 0.6 -	0 0.4 -	1 0.8 -	0 0.1 -	2
Da più di 4 anni	1 0.9 -	6 7.9 -0.7	5 5.6 -0.3	13 11.7 0.4	3 1.9 0.8	28
Marginale di colonna	2	17	12	25	4	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V5 x V14

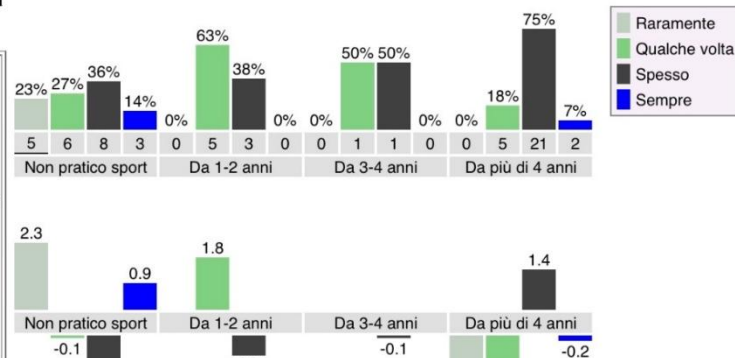
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “anni di pratica sportiva” e “Decision making”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Da quanto tempo pratici sport? x Nella quotidianità riesco a trovare soluzioni efficaci quando incontro un problema? (Problem solving)

Nella quotidianità riesco a trovare soluzioni efficaci quando incontro un problema? (Problem solving)-> Da quanto tempo pratici sport?	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	5 1.8 2.3	6 6.2 -0.1	8 12.1 -1.2	3 1.8 0.9	22
Da 1-2 anni	0 0.7 -	5 2.3 1.8	3 4.4 -0.7	0 0.7 -	8
Da 3-4 anni	0 0.2 -	1 0.6 -	1 1.1 -0.1	0 0.2 -	2
Da più di 4 anni	0 2.3 -1.5	5 7.9 -1	21 15.4 1.4	2 2.3 -0.2	28
Marginale di colonna	5	17	33	5	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V5 x V15

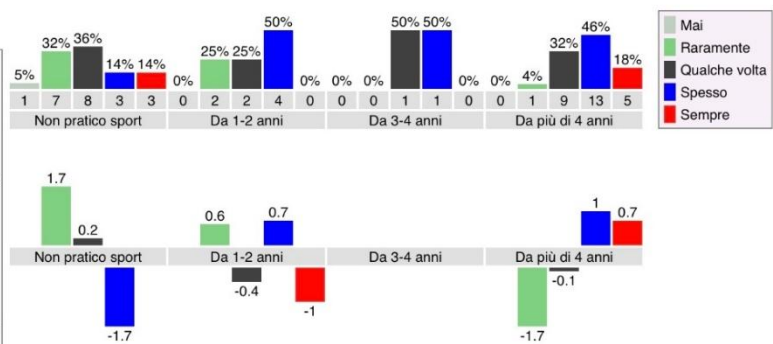
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “anni di pratica sportiva” e “Problem solving”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Da quanto tempo pratici sport? x Nella quotidianità riesco a trovare più soluzioni diverse davanti a una difficoltà? (Pensiero creativo)

Nella quotidianità riesco a trovare più soluzioni diverse davanti a una difficoltà? (Pensiero creativo)-> Da quanto tempo pratici sport?	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	1 0.4 -	7 3.7 1.7	8 7.3 0.2	3 7.7 -1.7	3 2.9 0	22
Da 1-2 anni	0 0.1 -	2 1.3 0.6	2 2.7 -0.4	4 2.8 0.7	0 1.1 -1	8
Da 3-4 anni	0 0 -	0 0.3 -	1 0.7 -	1 0.7 -	0 0.3 -	2
Da più di 4 anni	0 0.5 -	1 4.7 -1.7	9 9.3 -0.1	13 9.8 1	5 3.7 0.7	28
Marginale di colonna	1	10	20	21	8	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V5 x V16

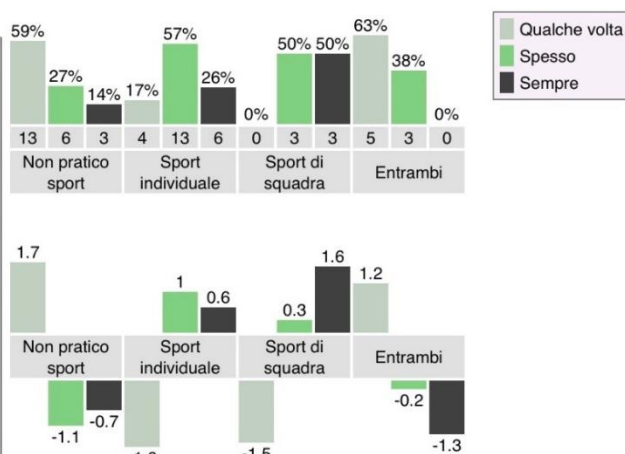
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “anni di pratica sportiva” e “Pensiero creativo”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Che tipo di sport pratici? x Nella quotidianità riesco a riconoscere i miei punti di forza e i miei limiti? (Autoconsapevolezza)

Nella quotidianità riesco a riconoscere i miei punti di forza e i miei limiti? (Autoconsapevolezza)-> Che tipo di sport pratici?	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	13 8.2 1.7	6 9.3 -1.1	3 4.5 -0.7	22
Sport individuale	4 8.6 -1.6	13 9.7 1	6 4.7 0.6	23
Sport di squadra	0 2.2 -1.5	3 2.5 0.3	3 1.2 1.6	6
Entrambi	5 3 1.2	3 3.4 -0.2	0 1.6 -1.3	8
Marginale di colonna	22	25	12	59

X quadro = 16.33. Significatività = **0.012**
V di Cramer = 0.37



V6 x V8

Nella tabella a doppia entrata delle variabili “Tipologia sport” e “Autoconsapevolezza” vi è una significatività di 0.012. Questo valore risulta inferiore a 0.05 e per questo tra le due variabili vi è una relazione statisticamente significativa.

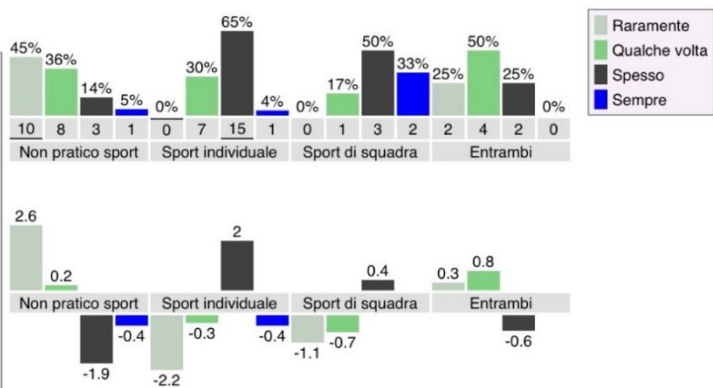
L'intensità di tale associazione, valutata tramite la V di Cramer, risulta pari a 0.37, il valore è dunque interpretabile come un'associazione di intensità moderata. Ciò significa che tra le variabili esiste un'associazione apprezzabile, ma non particolarmente forte.

Tabella a doppia entrata:

Che tipo di sport pratici? x Nella quotidianità riesco a gestire le mie emozioni quando mi trovo in una situazione difficile o stressante? (Gestione delle emozioni)

Nella quotidianità riesco a gestire le mie emozioni quando mi trovo in una situazione difficile o stressante? (Gestione delle emozioni)-> Che tipo di sport pratici?	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	10 4.5 2.6	8 7.5 0.2	3 8.6 -1.9	1 1.5 -0.4	22
Sport individuale	0 4.7 -2.2	7 7.8 -0.3	15 9 2	1 1.6 -0.4	23
Sport di squadra	0 1.2 -1.1	1 2 -0.7	3 2.3 0.4	2 0.4 -	6
Entrambi	2 1.6 0.3	4 2.7 0.8	2 3.1 -0.6	0 0.5 -	8
Marginale di colonna	12	20	23	4	59

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V6 x V9

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Tipologia sport” e “Gestione delle emozioni”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Che tipo di sport pratici? x Nella quotidianità riesco a rimanere tranquillo/a e concentrato/a anche quando sono sotto pressione? (Gestione dello stress)

Nella quotidianità riesco a rimanere tranquillo/a e concentrato/a anche quando sono sotto pressione? (Gestione dello stress)-> Che tipo di sport pratici?	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	12 6 2.5	5 6.7 -0.7	4 7.5 -1.3	1 1.9 -0.6	22
Sport individuale	2 6.2 -1.7	9 7 0.7	10 7.8 0.8	2 1.9 0	23
Sport di squadra	0 1.6 -1.3	2 1.8 0.1	2 2 0	2 0.5 -	6
Entrambi	2 2.2 -0.1	2 2.4 -0.3	4 2.7 0.8	0 0.7 -	8
Marginale di colonna	16	18	20	5	59

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V6 x V10

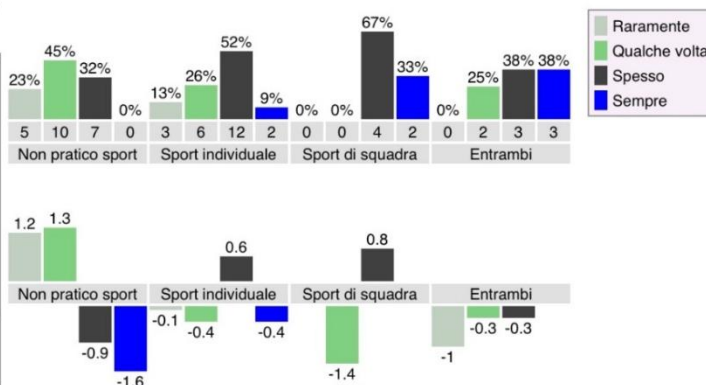
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Tipologia sport” e “Gestione dello stress”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Che tipo di sport pratici? x Nella quotidianità riesco a esprimere chiaramente e in modo comprensibile le mie opinioni e i miei bisogni? (Comunicazione efficace)

Nella quotidianità riesco a esprimere chiaramente e in modo comprensibile le mie opinioni e i miei bisogni? (Comunicazione efficace)-> Che tipo di sport pratici?	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	5 3 1.2	10 6.7 1.3	7 9.7 -0.9	0 2.6 -1.6	22
Sport individuale	3 3.1 -0.1	6 7 -0.4	12 10.1 0.6	2 2.7 -0.4	23
Sport di squadra	0 0.8 -	0 1.8 -1.4	4 2.6 0.8	2 0.7 -	6
Entrambi	0 1.1 -1	2 2.4 -0.3	3 3.5 -0.3	3 0.9 -	8
Marginale di colonna	8	18	26	7	59

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V6 x V11

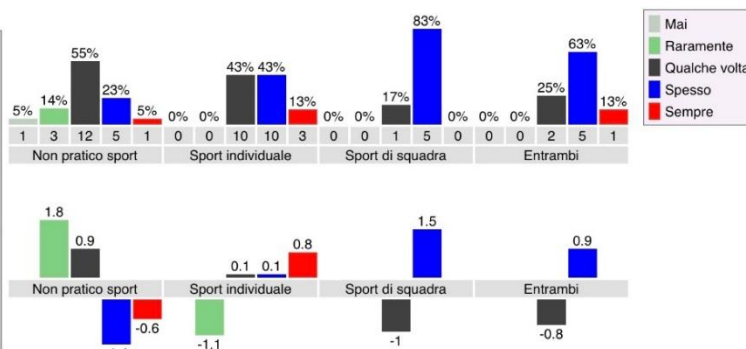
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Tipologia sport” e “Comunicazione efficace”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Che tipo di sport pratici? x Nella quotidianità partecipo attivamente alle attività di gruppo? (Relazioni interpersonali)

Nella quotidianità partecipo attivamente alle attività di gruppo? (Relazioni interpersonali)-> Che tipo di sport pratici?	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	1 0.4 -	3 1.1 1.8	12 9.3 0.9	5 9.3 -1.4	1 1.9 -0.6	22
Sport individuale	0 0.4 -	0 1.2 -1.1	10 9.7 0.1	10 9.7 0.1	3 1.9 0.8	23
Sport di squadra	0 0.1 -	0 0.3 -	1 2.5 -1	5 2.5 1.5	0 0.5 -	6
Entrambi	0 0.1 -	0 0.4 -	2 3.4 -0.8	5 3.4 0.9	1 0.7 -	8
Marginale di colonna	1	3	25	25	5	59

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V6 x V12

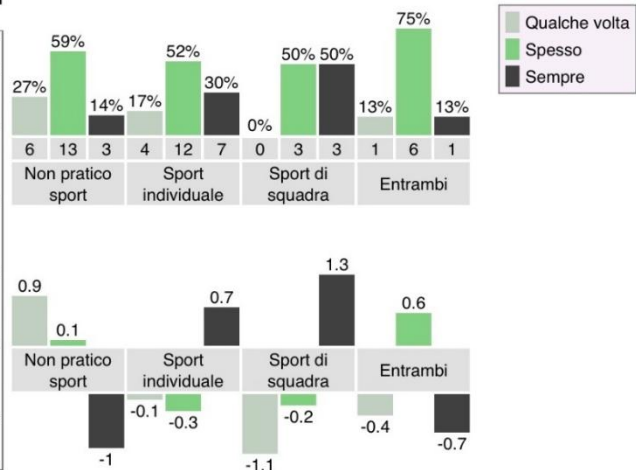
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Tipologia sport” e “Relazioni interpersonali”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

Che tipo di sport pratici? x Nella quotidianità riesco a capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà? (Empatia)

Nella quotidianità riesco a capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà? (Empatia)-> Che tipo di sport pratici?	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	6 4.1 0.9	13 12.7 0.1	3 5.2 -1	22
Sport individuale	4 4.3 -0.1	12 13.3 -0.3	7 5.5 0.7	23
Sport di squadra	0 1.1 -1.1	3 3.5 -0.2	3 1.4 1.3	6
Entrambi	1 1.5 -0.4	6 4.6 0.6	1 1.9 -0.7	8
Marginale di colonna	11	34	14	59

X quadro = 6.34. Significatività = 0.387
V di Cramer = 0.23



V6 x V13

Nella tabella a doppia entrata delle variabili “Tipologia sport” e “Empatia” vi è una significatività di 0.387. Questo valore essendo maggiore di 0.05 mostra che non emerge una relazione statisticamente significativa tra il tipo di sport praticato e la capacità di comprendere come si sentono gli altri nelle situazioni di difficoltà.

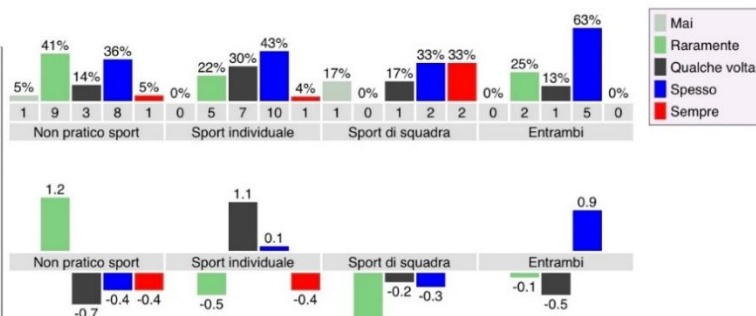
La V di Cramer ha valore 0.23 e indicherebbe un’associazione di intensità debole, ma in assenza di significatività statistica, tale valore non può essere interpretato come evidenza di una relazione tra le due variabili.

Tabella a doppia entrata:

Che tipo di sport pratici? x Nella quotidianità riesco a prendere decisioni quando devo scegliere tra più possibilità? (Decision making)

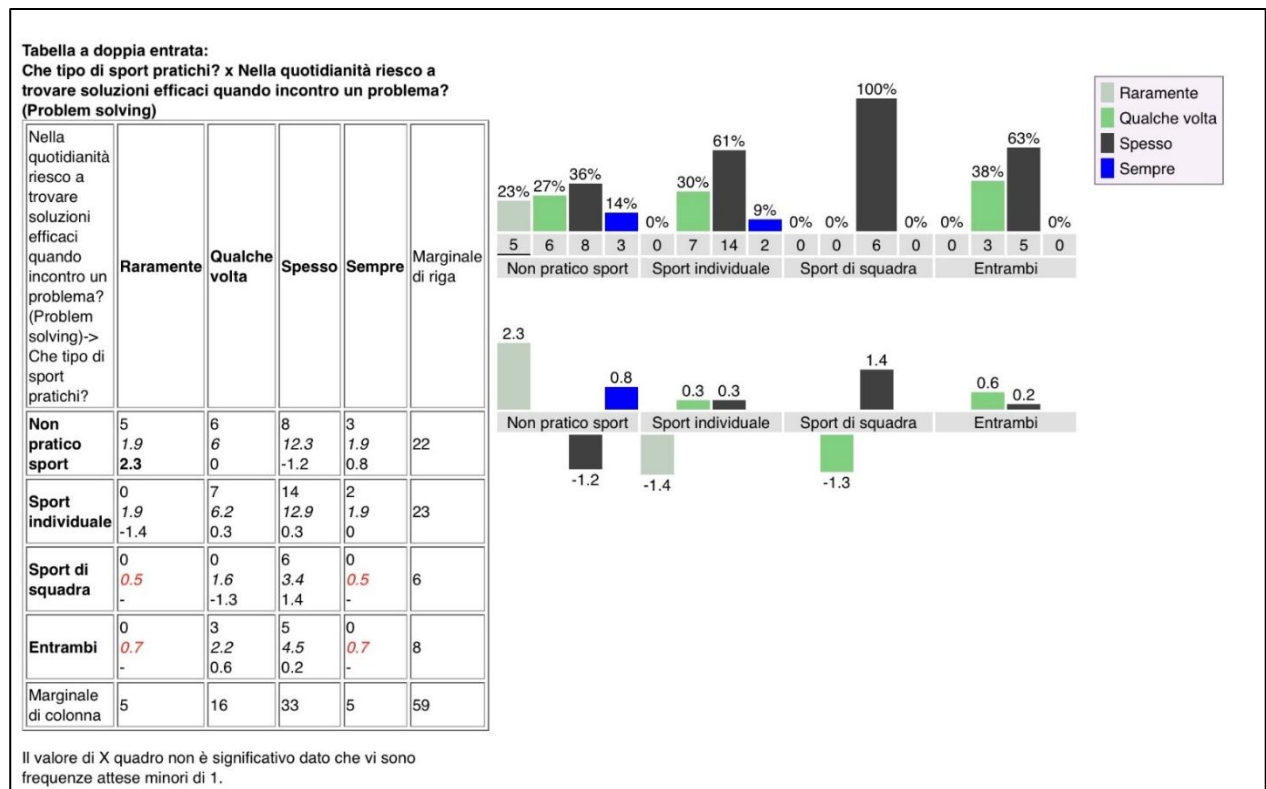
Nella quotidianità riesco a prendere decisioni quando devo scegliere tra più possibilità? (Decision making)-> Che tipo di sport pratici?	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	1 0.7 -0.7	9 6 1.2	3 4.5 -0.7	8 9.3 -0.4	1 1.5 -0.4	22
Sport individuale	0 0.8 -0.5	5 6.2 -0.5	7 4.7 1.1	10 9.7 0.1	1 1.6 -0.4	23
Sport di squadra	1 0.2 -1.3	0 1.6 -1.3	1 1.2 -0.2	2 2.5 -0.3	2 0.4 -0.3	6
Entrambi	0 0.3 -0.1	2 2.2 -0.1	1 1.6 -0.5	5 3.4 0.9	0 0.5 -0.5	8
Marginale di colonna	2	16	12	25	4	59

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



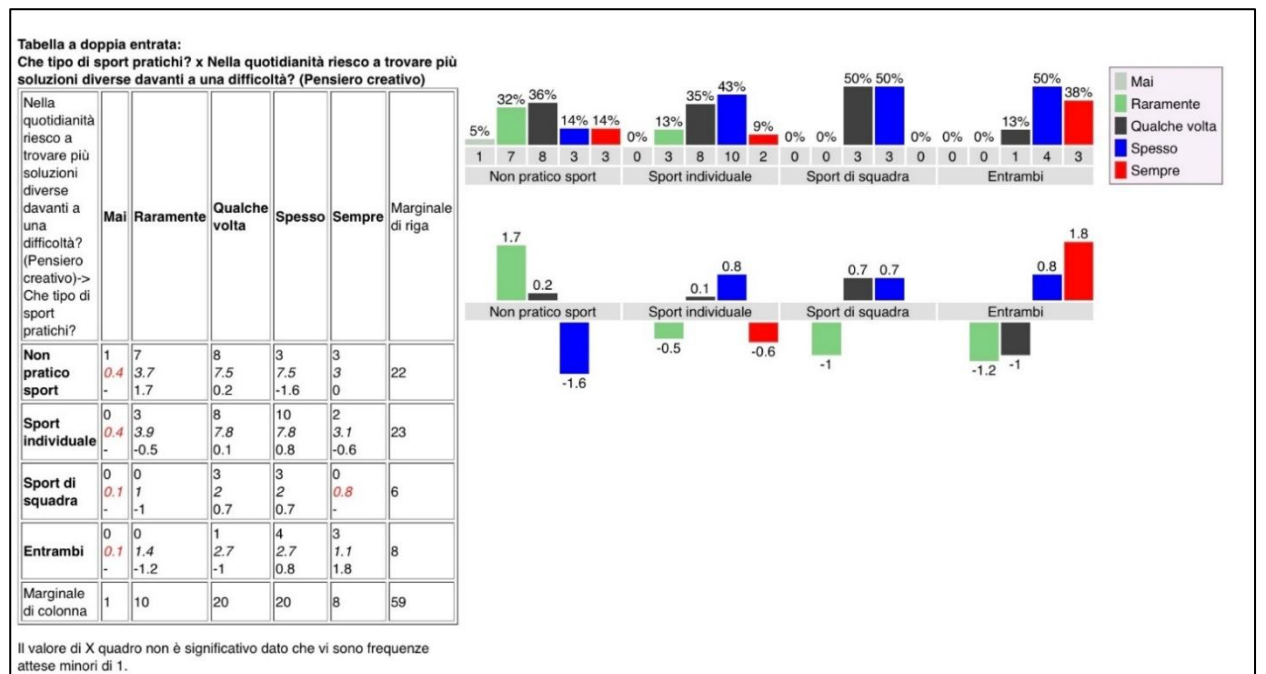
V6 x V14

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Tipologia sport” e “Decision making”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



V6 x V15

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Tipologia sport” e “Problem solving”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



V6 x V16

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Tipologia sport” e “Pensiero creativo”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

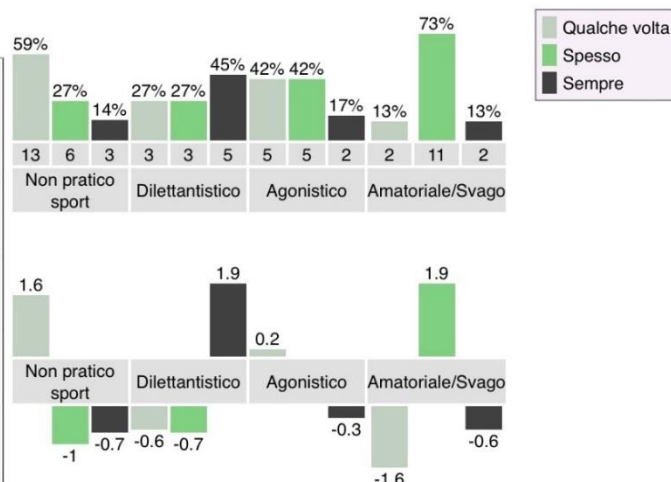
A che livello pratici sport? x Nella quotidianità riesco a riconoscere i miei punti di forza e i miei limiti?

(Autoconsapevolezza)

Nella quotidianità riesco a riconoscere i miei punti di forza e i miei limiti? (Autoconsapevolezza)-> A che livello pratici sport?	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	13 8.4 1.6	6 9.2 -1	3 4.4 -0.7	22
Dilettantistico	3 4.2 -0.6	3 4.6 -0.7	5 2.2 1.9	11
Agonistico	5 4.6 0.2	5 5 0	2 2.4 -0.3	12
Amatoriale/Svago	2 5.8 -1.6	11 6.3 1.9	2 3 -0.6	15
Marginale di colonna	23	25	12	60

X quadro = 14.96. Significatività = **0.021**

V di Cramer = 0.35



V7 x V8

Nella tabella a doppia entrata delle variabili “Livello pratica sportiva” e “Autoconsapevolezza” vi è una significatività di 0.021. Questo valore risulta inferiore a 0.05 e per questo tra le due variabili vi è una relazione statisticamente significativa.

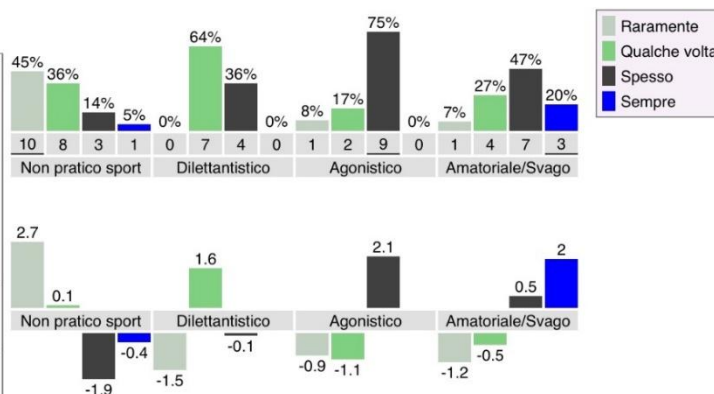
L'intensità di tale associazione, valutata tramite la V di Cramer, risulta pari a 0.35, il valore è dunque interpretabile come un'associazione di intensità moderata. Ciò significa che tra le variabili esiste un'associazione apprezzabile, ma non particolarmente forte.

Tabella a doppia entrata:

A che livello pratici sport? x Nella quotidianità riesco a gestire le mie emozioni quando mi trovo in una situazione difficile o stressante? (Gestione delle emozioni)

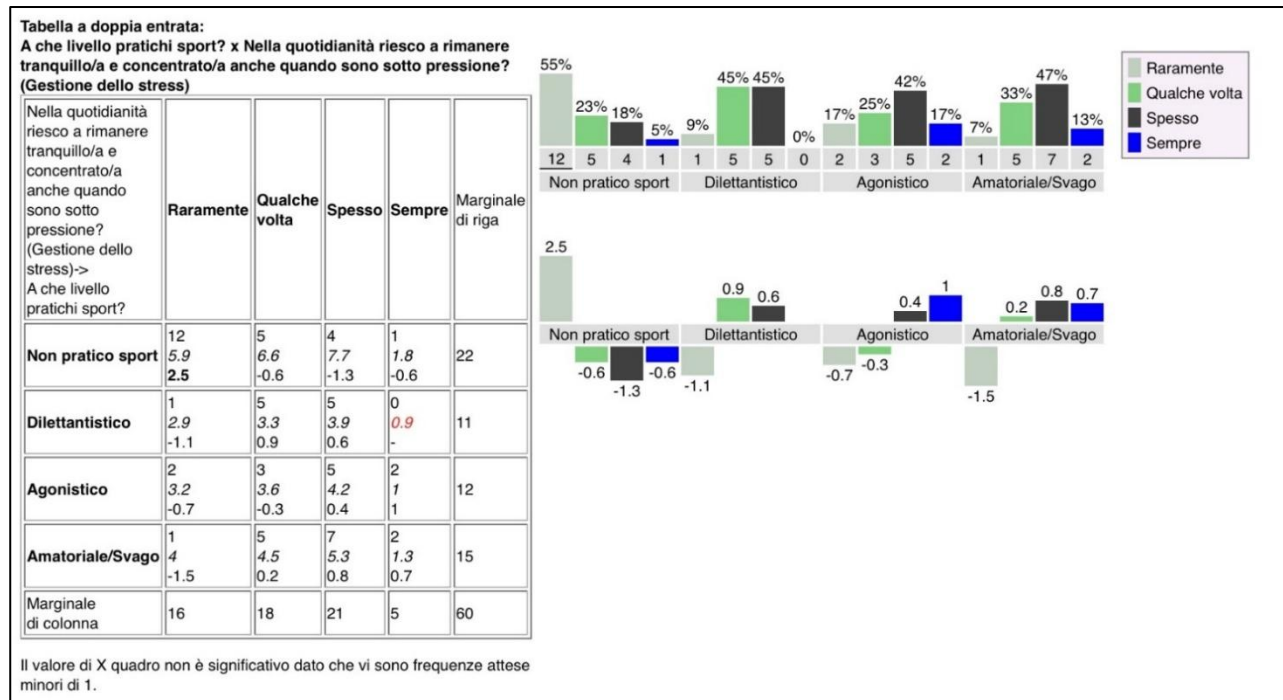
Nella quotidianità riesco a gestire le mie emozioni quando mi trovo in una situazione difficile o stressante? (Gestione delle emozioni)-> A che livello pratici sport?	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	10 4.4 2.7	8 7.7 0.1	3 8.4 -1.9	1 1.5 -0.4	22
Dilettantistico	0 2.2 -1.5	7 3.9 1.6	4 4.2 -0.1	0 0.7 -	11
Agonistico	1 2.4 -0.9	2 4.2 -1.1	9 4.6 2.1	0 0.8 -	12
Amatoriale/Svago	1 3 -1.2	4 5.3 -0.5	7 5.8 0.5	3 1 2	15
Marginale di colonna	12	21	23	4	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



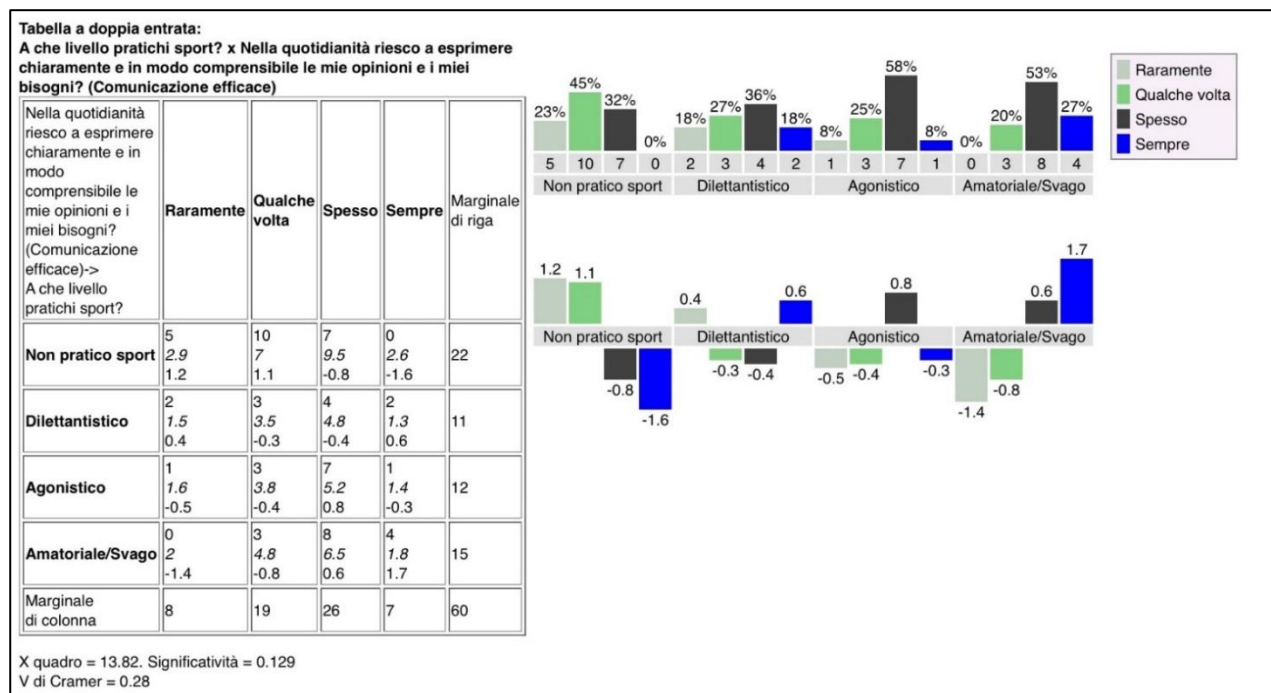
V7 x V9

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Livello pratica sportiva” e “Gestione delle emozioni”. L'analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



V7 x V10

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Livello pratica sportiva” e “Gestione delle emozioni”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



V7 x V11

Nella tabella a doppia entrata delle variabili “Livello pratica sportiva” e “Comunicazione efficace” vi è una significatività di 0.129. Questo valore essendo maggiore di 0.05 mostra che non emerge una relazione statisticamente significativa tra il livello dello sport praticato e la capacità di esprimere chiaramente e in modo comprensibile le proprie opinioni e i propri bisogni.

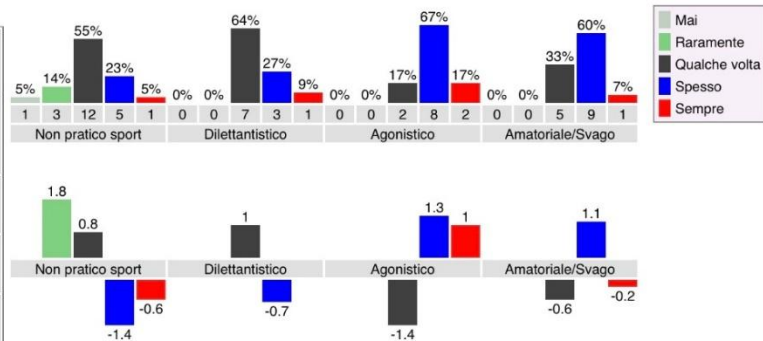
La V di Cramer ha valore 0.238 e indicherebbe un’associazione di intensità debole, ma in assenza di significatività statistica, tale valore non può essere interpretato come evidenza di una relazione tra le due variabili.

Tabella a doppia entrata:

A che livello pratici sport? x Nella quotidianità partecipo attivamente alle attività di gruppo? (Relazioni interpersonali)

Nella quotidianità partecipo attivamente alle attività di gruppo? (Relazioni interpersonali)-> A che livello pratici sport?	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	1 0.4 -	3 1.1 1.8	12 9.5 0.8	5 9.2 -1.4	1 1.8 -0.6	22
Dilettantistico	0 0.2 -	0 0.6 -	7 4.8 1	3 4.6 -0.7	1 0.9 -	11
Agonistico	0 0.2 -	0 0.6 -	2 5.2 -1.4	8 5 1.3	2 1 1	12
Amatoriale/Svago	0 0.3 -	0 0.8 -	5 6.5 -0.6	9 6.3 1.1	1 1.3 -0.2	15
Marginale di colonna	1	3	26	25	5	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V7 x V12

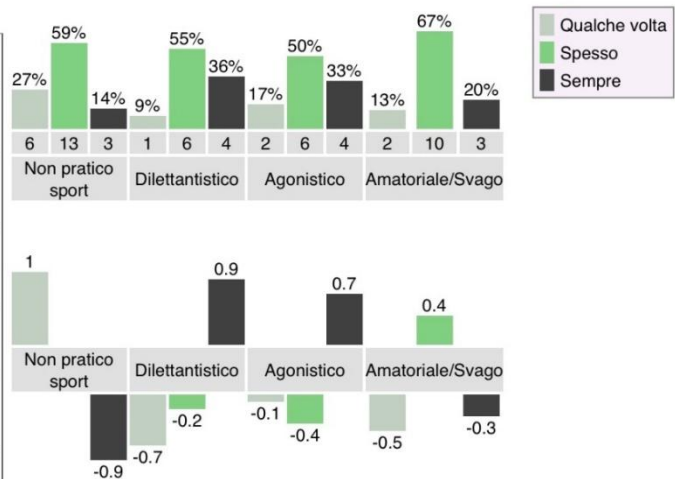
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Livello pratica sportiva” e “Relazioni interpersonali”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

A che livello pratici sport? x Nella quotidianità riesco a capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà? (Empatia)

Nella quotidianità riesco a capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà? (Empatia)-> A che livello pratici sport?	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
Non pratico sport	6 4 1	13 12.8 0	3 5.1 -0.9	22
Dilettantistico	1 2 -0.7	6 6.4 -0.2	4 2.6 0.9	11
Agonistico	2 2.2 -0.1	6 7 -0.4	4 2.8 0.7	12
Amatoriale/Svago	2 2.8 -0.5	10 8.8 0.4	3 3.5 -0.3	15
Marginale di colonna	11	35	14	60

X quadro = 4.32. Significatività = 0.634
V di Cramer = 0.19



V7 x V13

Nella tabella a doppia entrata delle variabili “Livello pratica sportiva” e “Empatia” vi è una significatività di 0.634. Questo valore essendo nettamente superiore di 0.05 mostra che non emerge una relazione statisticamente significativa tra il livello dello sport praticato e la capacità di capire come si sentono gli altri quando sono in difficoltà.

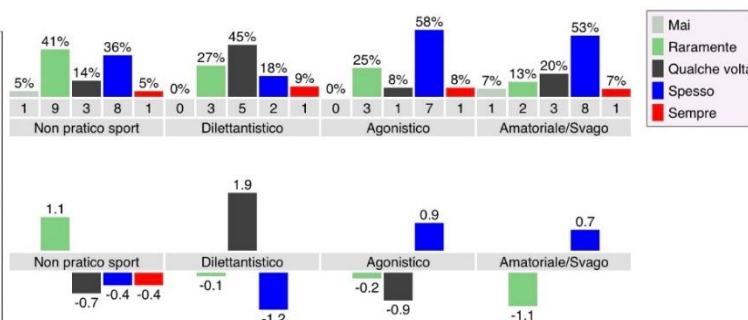
La V di Cramer ha valore 0.19 e indicherebbe un’associazione di intensità debole, ma in assenza di significatività statistica, tale valore non può essere interpretato come evidenza di una relazione tra le due variabili.

Tabella a doppia entrata:

A che livello pratici sport? x Nella quotidianità riesco a prendere decisioni quando devo scegliere tra più possibilità? (Decision making)

Nella quotidianità riesco a prendere decisioni quando devo scegliere tra più possibilità? (Decision making)->	Mai	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
A che livello pratici sport?						
Non pratico sport	1 0.7	9 6.2	3 4.4	8 9.2	1 1.5	22
Dilettantistico	0 0.4	3 3.1	5 2.2	2 4.6	1 0.7	11
Agonistico	0 0.4	3 3.4	1 2.4	7 5	1 0.8	12
Amatoriale/Svago	1 0.5	2 4.3	3 -1.1	8 6.3	1 0	15
Marginale di colonna	2	17	12	25	4	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V7 x V14

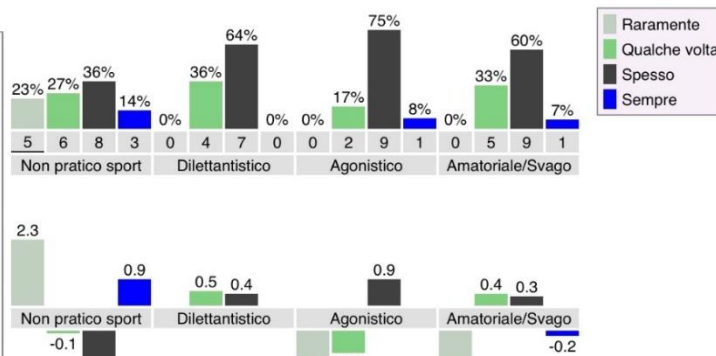
La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Livello pratica sportiva” e “Decision making”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

Tabella a doppia entrata:

A che livello pratici sport? x Nella quotidianità riesco a trovare soluzioni efficaci quando incontro un problema? (Problem solving)

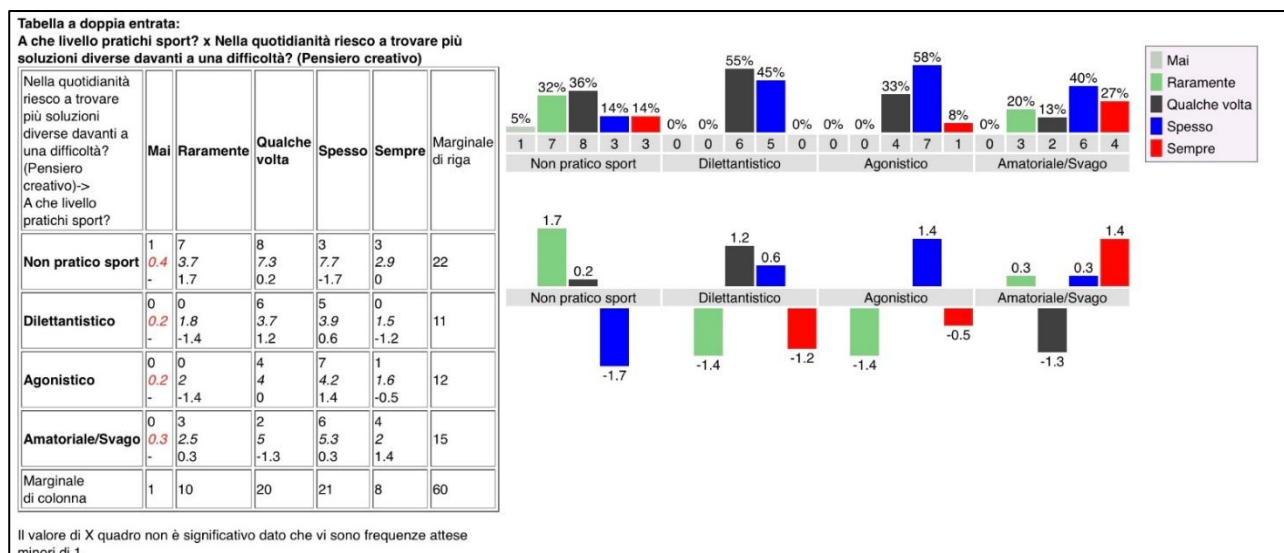
Nella quotidianità riesco a trovare soluzioni efficaci quando incontro un problema? (Problem solving)->	Raramente	Qualche volta	Spesso	Sempre	Marginale di riga
A che livello pratici sport?					
Non pratico sport	5 1.8	6 6.2	8 12.1	3 1.8	22
Dilettantistico	0 0.9	4 3.1	7 6.1	0 0.9	11
Agonistico	0 1	2 3.4	9 6.6	1 1	12
Amatoriale/Svago	0 1.3	5 4.3	9 8.3	1 1.3	15
Marginale di colonna	5	17	33	5	60

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1.



V7 x V15

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Livello pratica sportiva” e “Problem solving”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.



V7 x V16

La tabella a doppia entrata mostra la relazione tra “Livello pratica sportiva” e “Problem solving”. L’analisi è principalmente descrittiva e non permette di stabilire se esiste una relazione significativa tra le variabili. Alcune celle presentano infatti frequenze attese inferiori a 1, per cui il valore di x quadro ottenuto non è attendibile.

3. Interpretazione dei risultati

L’analisi bivariata ha mostrato alcune relazione statisticamente significative, ma anche numerose relazioni non significative o non verificabili.

In particolare, sono emerse due relazioni statisticamente significative, la prima tra le variabili V6 e V8, relative a tipologia di sport e autoconsapevolezza e la seconda tra le variabili V7 e V8, relative a livello di pratica sportiva e autoconsapevolezza.

In entrambi i casi la significatività, risultando inferiore al valore di 0,005 (rispettivamente 0,012 e 0,021), ha indicato, grazie anche ai valori della V di Cramer (0,37 e 0,35), due associazioni di intensità moderata.

Questi risultati hanno fornito un parziale sostegno all’ipotesi, in particolare per la dimensione dell’autoconsapevolezza. In altre parole, nel campione analizzato il tipo e il livello di pratica sportiva risultano associati alla capacità di riconoscere i propri punti di forza e i propri limiti.

Per altre tre relazioni, invece, non è emersa significatività statistica. Infatti, le variabili V6 V13 tipologia di sport ed empatia, le variabili V7 V11 livello di pratica sportiva e comunicazione efficace e le variabili V7 V13 livello di pratica sportiva ed empatia, con significatività rispettivamente di 0,387, 0,129 e 0,634 hanno superato la soglia di 0,05.

In questi casi, i valori della V di Cramer non possono essere considerati una prova di relazione proprio perché i rispettivi livelli di significatività sono superiori a 0,05.

Inoltre, la maggior parte degli incroci, soprattutto quelli riguardanti frequenza, durata e anzianità della pratica sportiva, è stata definita principalmente descrittiva, perché alcune celle presentano frequenze attese inferiori a 1 e di conseguenza, il valore di x quadro non è considerato attendibile e non consente di stabilire se la relazione sia effettivamente significativa.

Per concludere, l’ipotesi di ricerca è stata corroborata solo parzialmente dai dati e non è quindi possibile affermare che sia stata confermata in modo complessivo.

Infatti, i risultati offrono un sostegno parziale all’ipotesi iniziale, limitatamente alla dimensione dell’autoconsapevolezza, ma non consentono di generalizzare la relazione tra pratica sportiva e livello complessivo delle life skills.

10.CAPITOLO 10: autoriflessione sull'esperienza compiuta

L'esperienza di ricerca ci ha permesso di comprendere concretamente le diverse fasi di un'indagine empirica. Abbiamo così imparato a trasformare un interesse personale, nel nostro caso lo sport, in variabili osservabili, arrivando infine a comprendere che non è sufficiente osservare una possibile relazione tra due variabili, ma è necessario verificarne la significatività e l'attendibilità.

Tra i punti di forza del nostro lavoro abbiamo riconosciuto la scelta del tema, per noi rilevante nella quotidianità e soprattutto dal punto di vista educativo. Altri elementi positivi possono essere l'inclusione nel campione di soggetti che praticano sport e che non lo praticano, l'utilizzo di un questionario anonimo e strutturato, preceduto da un pretest e l'interpretazione dei risultati in maniera molto attenta e prudente. Tutto ciò anche grazie all'utilizzo dei software QGen e JsStat, che hanno agevolato il lavoro in termini di tempi di esecuzione e comprensione.

Al termine della ricerca abbiamo individuato come principale punto di debolezza la presenza di frequenze attese troppo basse in numerosi incroci dell'analisi bivariata, rendendo non attendibile il calcolo delle relazioni tra variabili.

Per questo, per una nuova indagine, sarebbe opportuno coinvolgere un campione più numeroso, così da distribuire meglio le risposte nelle diverse celle delle tabelle e utilizzare categorie di risposta più semplici e meglio distribuite, unendo quelle dal significato simile, aumentando così il numero di risposte per ogni categoria e riducendo il rischio di celle quasi vuote.

Per rilevare le life skills in modo più accurato, potremmo inoltre impiegare più domande per ciascuna competenza, così da costruire punteggi complessivi relativi all'area emotiva, relazionale e cognitiva. Nel complesso, consideriamo il nostro lavoro una positiva esperienza di crescita, che ci ha permesso di applicare concretamente il metodo della ricerca empirica, attraverso il confronto, la collaborazione e la valorizzazione delle nostre idee.