







**A11. Quelle est ta nationalité ?**

- Britannique
- Française
- Allemande
- Grecque
- Italienne
- Espagnole
- Turque
- Autre

**A12. Si « autre », quelle est-elle ?**

**A13. A quel niveau de la scolarité es-tu?**

- École élémentaire
- Collège
- Lycée
- Je ne veux pas Répondre

**A14. Classe :**

- 1 - Grande section maternelle
- 2 - CP
- 3 - CE1
- 4 - CE2
- 5 - CM1
- 6 - CM2
- 7 - Sixième
- 8 - Cinquième
- 9 - Quatrième
- 10 - Troisième
- 11 - Seconde
- 12 - Première



**A15. Quel est le nom de ton établissement scolaire :**

**A16. Combien d'ordinateurs ta famille possède-t-elle ? (Compte les ordinateurs fixes ou portables et les tablettes mais pas les consoles de jeu) :**

Aucun

Un

Deux

Plus que 2

Je ne veux pas Répondre

**A17. Est-ce que ta famille a une voiture (ou une fourgonnette, un camion) ?**

Non

Oui, une

Oui, deux ou plus

Je ne veux pas Répondre

**A18. Dans ta maison/ appartement, as-tu ta propre chambre (une chambre pour toi tout seul) ?**

Oui

Non

**A19. Durant les douze derniers mois, combien de fois es-tu parti(e) en vacances avec ta famille ?**

Jamais

Une fois

Deux fois

Plus que deux fois

Je ne veux pas répondre



**A20. L'année dernière, combien de fois es-tu parti(e) en voyage en dehors de la France pour les vacances ?**

- Jamais
- Une fois
- Deux fois
- Plus que deux fois
- Je ne veux pas Répondre

**A21. Ta famille a-t-elle un lave-vaisselle à la maison ?**

- Oui
- Non

**A22. Combien y-a-t-il de salles de bains (une pièce avec une baignoire ou une douche) dans ta maison ?**

- Aucun
- Une
- Deux
- Plus que deux
- Je ne veux pas répondre

**A23. A quel point penses-tu que ta famille est aisée financièrement ?**

- Pas aisée du tout
- Très peu aisée
- Dans la moyenne
- Plutôt aisée
- Très aisée
- Je ne veux pas répondre



## Partie B: Section B

**Section B :** Une activité physique c'est n'importe quelle activité qui augmente les battements de ton cœur et fait parfois te sentir essoufflé(e). On peut pratiquer une activité physique en faisant du sport, en jouant avec des amis ou en allant à l'école en marchant. Quelques exemples d'activités physiques : courir, marcher vite, faire du roller, faire du vélo, danser, faire du skate, nager, faire du foot, du rugby du basket ou du ski.

**B1. Au cours des 7 derniers jours, combien de jours as-tu pratiqué une activité physique pour un total d'au moins 60 minutes (1 heure) par jour ?**

0 jour

1

2

3

4

5

6

7 jours

Je ne veux pas Répondre

**B2. Dans une semaine habituelle (normale), combien de jours fais-tu de l'activité physique pour un total d'au moins 60 minutes (1 heure) par jour ?**

0 jour

1

2

3

4

5

6

7 jours

Je ne veux pas Répondre



**B3. Écris s'il te plaît ci-dessous les sports/ activités physiques que tu pratiques cette année :**

**B4. En dehors des heures d'école (c'est-à-dire, pendant ton temps libre) : combien d'heures par semaine fais-tu habituellement de l'activité physique au point de transpirer ou d'être essoufflé(e) ?**

- Aucune
- Environ une demi-heure par semaine
- Environ 1 heure par semaine
- Environ 2 à 3 heures par semaine
- Environ 4 à 6 heures par semaine
- Environ 7 heures par semaine
- Je ne veux pas répondre

**B5. Combien de jours par semaine as-tu cours d'éducation physique (EPS) ?**

- 0 jour (jamais)
- 1 jour
- 2 jours
- 3 jours
- 4 jours
- 5 jours
- Je ne veux pas répondre



**B6. Combien de récréations et de moments d'étude libre (permanences) as-tu en général par jour ?**

0

1

2

3

4

Je ne veux pas répondre

**B7. La semaine dernière, combien de fois as-tu participé à des activités physiques en dehors de l'école ? Compte uniquement les entraînements et les cours organisés par un entraîneur, un moniteur ou un professeur dans un club ou une association.**

0

1

2

3

4

5 ou plus

Je ne veux pas répondre

**B8. Combien de jours par semaine fais-tu des activités physiques ou sportives organisées dans le cadre de ton établissement scolaire (comme l'UNSS), en dehors des cours d'EPS ?**

0 jour (jamais)

1 jour

2 jours

3 jours

4 jours

5 jours

Je ne veux pas Répondre



**B9.** Le questionnaire qui suit – intitulé « Profil d'Activité des Jeunes » – te posera des questions sur le temps durant lequel tu es actif(ve) physiquement (à la fois dans ton établissement scolaire et en dehors), ainsi que sur le temps que tu consacres à des activités sédentaires.

**Les activités physiques désignent toutes les activités qui nécessitent de beaucoup marcher, courir ou se déplacer. Cela englobe le vélo et la danse, ainsi que tous les sports ou les activités faites à l'extérieur qui nécessitent de beaucoup bouger.**

**Les activités sédentaires correspondent à des activités faites pendant ton temps libre, comme regarder la télévision ou jouer à des jeux vidéo, à des jeux informatiques ou à des consoles portables en position assise ou allongée . Par contre, cela n'inclut PAS le temps passé assis pendant que tu manges ou fais des devoirs.**

**La plupart des questions te demanderont de penser uniquement à ce que tu as fait durant les 7 derniers jours mais quelques questions te demanderont ce que tu fais de manière habituelle (dans une semaine normale). Il n'y a pas de « bonnes » ou de « mauvaises » réponses ; réponds en étant le plus honnête possible.**

**Niveaux d'activité physique à l'école. Ces questions portent sur les activités physiques que tu peux faire dans ton établissement scolaire. Cela comprend l'éducation physique, mais tu peux aussi être actif physiquement quand tu te rends à l'école (collège/ lycée), pendant les pauses ou au moment du repas. Réponds aux questions en pensant aux activités physiques que tu as pu faire dans ton établissement scolaire au cours des 7 derniers jours.**

**Activité Physique pour aller à l'école : Combien de jours es-tu allé(e) à l'école à pied ou en vélo ? (Si tu n'arrives pas à t'en souvenir, essaie d'évaluer à peu près)**

0 jour (jamais)

1 jour

2 jours

3 jours

4 -5 jours (presque tous les jours)

Je ne veux pas répondre



**B10. Activité Physique durant les cours d'éducation physique (EPS) :**  
**Durant les cours d'EPS, à quelle fréquence as-tu couru, bougé pour faire les activités et les exercices organisés par le professeur ? (Si tu n'as pas eu d'EPS, sélectionne la réponse "Je n'ai pas eu d'EPS")**

Je n'ai pas eu d'EPS

Je n'ai presque jamais couru et bougé

J'ai couru et bougé une petite partie du temps

J'ai couru et bougé la moitié du temps

J'ai couru et bougé une bonne partie du temps

J'ai couru et bougé presque tout le temps

Je ne veux pas répondre

**B11. Activité Physique durant les récréations et les moments d'études libres (permanences) :**  
**Durant les récréations et les moments d'étude libre (permanences), à quelle fréquence as-tu fait du sport, de la marche, de la course, ou des jeux actifs au niveau physique ? (Si tu n'as pas de récréations ou de moments d'études libres dans ton établissement, choisis "Je n'ai pas eu de récréations/ permanences (moments d'étude libre)").**

Je n'ai pas eu de récréations/ permanences (moments d'étude libre)

Presque jamais

Une petite partie du temps

La moitié du temps

Une bonne partie du temps

Presque tout le temps

Je ne veux pas répondre



**B12. Activité Physique durant la pause de midi : Durant la pause de midi, à quelle fréquence t'es-tu baladé(e) ou as-tu fait des jeux actifs au niveau physique ? (Si tu n'as pas eu de pause de midi dans ton établissement, choisis "Je n'ai pas eu de pause pour le repas de midi").**

Je n'ai pas eu de pause pour le repas de midi

Presque jamais

Une petite partie du temps

La moitié du temps

Une bonne partie du temps

Presque tout le temps

Je ne veux pas répondre

**B13. Activité Physique pour rentrer de l'école : Combien de jours es-tu parti(e) de l'école à pied ou en vélo ? (Si tu n'arrives pas à t'en souvenir, essaie d'évaluer à peu près)**

0 jour (jamais)

1 jour

2 jours

3 jours

4 -5 jours (presque tous les jours)

Je ne veux pas répondre



**B14. Niveaux d'activité physique à la maison**

**Niveaux d'activité physique - En dehors de l'école. Ces questions portent sur ton niveau général d'activité physique à différents moments (en dehors du temps scolaire). Cela inclut les activités physiques ou sportive organisées dans un club ou une association aussi bien que les jeux entre amis, la danse, ou les activités ménagères (balayer sa chambre, tondre la pelouse). Réponds aux questions en pensant aux activités physiques que tu as pu faire en dehors de l'école au cours des 7 derniers jours.**

**Activité Physique avant l'école : Combien de jours as-tu fait une activité physique qui a duré au moins 10 minutes avant d'aller à l'école (entre 6h et 8h) ? (Cela inclut les activités physiques faites à la maison MAIS PAS la marche ou le vélo pour aller à l'école).**

0 jour

1 jour

2 jours

3 jours

4 -5 jours

Je ne veux pas répondre

**B15. Activité Physique après l'école : Combien de jours as-tu fait une activité physique qui a duré au moins 10 minutes après l'école (entre 15h et 18h) ? (Cela peut inclure les jeux avec tes amis/ta famille, les entraînements en équipe ou les cours impliquant une activité physique mais PAS la marche ou le vélo pour revenir de l'école).**

0 jour

1 jour

2 jours

3 jours

4 -5 jours

Je ne veux pas répondre



**B16. Activité Physique les soirs de la semaine : Combien de soirées de la semaine (entre 18h et 22h) as-tu fait une activité physique qui a duré au moins 10 minutes? (Cela peut inclure les jeux avec tes amis/ta famille, les entraînements en équipe ou les cours impliquant une activité physique mais PAS la marche ou le vélo pour revenir de l'école).**

- 0 jour
- 1 jour
- 2 jours
- 3 jours
- 4 -5 jours
- Je ne veux pas répondre

**B17. Activité Physique le samedi : Combien d'activité physique as-tu fait samedi dernier ? (Cela peut être de l'exercice physique, des activités ménagères, des sorties en famille, du sport, de la danse ou des jeux. Si tu n'arrives pas à t'en souvenir, essaie d'évaluer à peu près).**

- Pas d'activité physique (0 minutes)
- Une petite quantité d'activité physique (1 à 30 minutes)
- Une petite à moyenne quantité d'activité physique (31 à 60 minutes)
- Une moyenne à grande quantité d'activité physique (1 à 2 heures)
- Une grande quantité d'activité physique (plus que 2 heures)
- Je ne veux pas répondre



**B18. Activité Physique le dimanche : Combien d'activité physique as-tu fait dimanche dernier ? (Cela peut être de l'exercice physique, des activités ménagères, des sorties en famille, du sport, de la danse ou des jeux. Si tu n'arrives pas à t'en souvenir, essaie d'évaluer à peu près).**

- Pas d'activité physique (0 minutes)
- Une petite quantité d'activité physique (1 à 30 minutes)
- Une petite à moyenne quantité d'activité physique (31 à 60 minutes)
- Une moyenne à grande quantité d'activité physique (1 à 2 heures)
- Une grande quantité d'activité physique (plus que 2 heures)
- Je ne veux pas répondre

**B19. Profil d'Activité des Jeunes / Habitudes concernant les comportements sédentaires**

**Ces questions concernent le temps passé à se reposer et assis. Tu es probablement assis quand tu manges, fais tes devoirs, ou quand tu joues d'un instrument de musique. Mais tu peux aussi passer du temps assis en regardant la télévision, en jouant à des jeux vidéo, en utilisant un ordinateur ou un téléphone ou un iPad, un iTouch, etc.). Réponds aux questions en pensant au temps que tu as passé assis(e) à faire ces activités au cours des 7 derniers jours.**

**Temps de télévision : Combien de temps as-tu passé à regarder la télévision en dehors des heures de classe ? (Cela inclut le temps passé à regarder des films ou du sport mais PAS le temps passé à jouer à des jeux vidéo).**

- Je n'ai pas regardé la télévision du tout
- J'ai regardé la télévision moins d'1 heure par jour
- J'ai regardé la télévision 1 à 2 heures par jour
- J'ai regardé la télévision 2 à 3 heures par jour
- J'ai regardé la télévision plus que 3 heures par jour
- Je ne veux pas répondre



**B20. Temps de jeux vidéo : Combien de temps as-tu passé à jouer à des jeux vidéo en dehors des heures de classe ? (Cela inclut les jeux sur Nitendo DS, Wii, Xbox, PlayStation, iTouch, iPad, ou jeux sur ton téléphone, mais cela n'inclut pas les jeux sur ordinateur).**

- Je n'ai pas fait de jeux vidéo du tout
- J'ai fait des jeux vidéo moins d'1 heure par jour
- J'ai fait des jeux vidéo 1 à 2 heures par jour
- J'ai fait des jeux vidéo 2 à 3 heures par jour
- J'ai fait des jeux vidéo plus que 3 heures par jour
- Je ne veux pas répondre

**B21. Temps d'ordinateur : Combien de temps as-tu passé à utiliser un ordinateur en dehors des heures de classe? (Cela n'inclut pas le temps passé à faire tes devoirs scolaires, mais cela inclut le temps passé sur Facebook (ou autre), ainsi que le temps passé à surfer sur Internet, à consulter ta messagerie instantanée, à jouer à des jeux vidéo en ligne ou à des jeux informatiques).**

- Je n'ai pas utilisé d'ordinateur du tout
- J'ai utilisé un ordinateur moins d'1 heure par jour
- J'ai utilisé un ordinateur 1 à 2 heures par jour
- J'ai utilisé un ordinateur 2 à 3 heures par jour
- J'ai utilisé un ordinateur plus que 3 heures par jour
- Je ne veux pas répondre





















Jamais    Rarement    Parfois    Très souvent    Tout le temps    Je ne veux pas Répondre

combien de fois as-tu fait des plans avec tes amis pour aller faire du sport/ des activités physiques ensemble (e.g., aller faire une promenade, du skateboard, du vélo, aller dans une salle de remise en forme) ?

.....  .....  .....  .....  .....

combien de fois des membres de ta famille ont-ils fait du sport/des activités physiques avec toi ?

.....  .....  .....  .....  .....

combien de fois des membres de ta famille t'ont-ils emmené à des endroits où tu pouvais faire de l'activité physique (par exemple, au gymnase, dans un stade, à la patinoire, en forêt) ?

.....  .....  .....  .....  .....

combien de fois des membres de ta famille sont-ils venus te voir faire du sport ou des activités physiques ?

.....  .....  .....  .....  .....

combien de fois tes parents t'ont-ils acheté du matériel qui t'encourageait à faire de l'activité physique (pas exemple, des vêtements ou des chaussures de sport, un vélo) ?

.....  .....  .....  .....  .....

## Partie M: Section M

Section M: As-tu déjà fait des plans concrets en ce qui concerne ton activité physique ? Entoure le chiffre qui te correspond le mieux.

Les phrases ci-dessous concernent les 3-4 dernières semaines et les plans que tu avais faits durant cette période.

### M1. Au cours des 3-4 dernières semaines

Jamais    Rarement    Parfois    Souvent    Très souvent    Je ne veux pas Répondre

J'avais prévu quand faire du sport/ de l'activité physique

.....  .....  .....  .....  .....

J'avais prévu à quelle fréquence faire du sport/ de l'activité physique

.....  .....  .....  .....  .....

J'avais prévu où faire du sport/ de l'activité physique

.....  .....  .....  .....  .....

J'avais prévu avec qui faire du sport/ de l'activité physique

.....  .....  .....  .....  .....

J'avais prévu comment faire du sport/ de l'activité physique

.....  .....  .....  .....  .....

## Partie N: Section N

Section N: Est-ce que tu surveilles ce que tu fais en ce qui concerne le sport/ l'activité physique ? Si oui, à quelle fréquence ? S'il te plaît entoure pour chaque phrase, la réponse qui te correspond le mieux.

### N1. Au cours des 3-4 dernières semaines...

Jamais    Rarement    Parfois    Souvent    Très souvent    Je ne veux pas Répondre

J'ai surveillé si je faisais suffisamment de sport/ d'activité physique.

.....  .....  .....  .....  .....



	Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Très souvent	Je ne veux pas Répondre
J'ai bien fait attention à faire du sport/ de l'activité physique durant mon temps libre au moins 3 fois par semaine, pendant 60 minutes à chaque fois.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai vérifié que je faisais régulièrement du sport/ de l'activité physique.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai vérifié si j'avais bien atteint les objectifs que je m'étais fixés concernant mon activité physique régulière.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Partie O: Section O

Section O: Ci-dessous sont écrites différentes phrases qui portent sur ta vie de tous les jours (toutes les choses que tu fais), et pas uniquement sur les cours d'EPS. S'il te plaît, indique jusqu'à quel point tu es d'accord ou pas d'accord avec chaque phrase ; pense bien à comment tu t'es senti(e) D'UNE MANIERE GENERALE durant les 3-4 dernières semaines.

### O1. Au cours du dernier mois...

	Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Neutre	D'accord	Tout à fait d'accord	Je ne veux pas Répondre
Je me suis senti(e) plein(ne) de vitalité.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'étais plein d'entrain (plein de dynamisme, d'envie).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'attendais avec impatience que chaque journée commence	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je me suis senti(e) presque toujours vif (vive) et éveillé(e).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai trouvé que j'avais beaucoup d'énergie.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Partie P: Section P

Section P: Ecris ci-dessous la raison LA PLUS IMPORTANTE qui t'empêche de faire régulièrement du sport ou de l'activité physique.

### P1. Ecris immédiatement la première raison qui te vient à l'esprit :





	JAMAIS !	Rarement	Parfois	Souvent	TOUJOURS !	Je ne veux pas Répondre
Je trouve qu'on met trop l'accent sur la compétition.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mes coéquipiers se moquent de moi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai des difficultés à faire des mouvements.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je n'aime pas le sport/ l'activité physique.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai peur de me faire mal.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je n'ai personne avec qui faire du sport/ de l'activité physique.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cela me prend du temps que je ne peux pas passer avec mes amis.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cela me met mal à l'aise.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Merci beaucoup de votre participation !**