

Numéro d'identification : _____

INSTRUCTIONS

S'il te plait réponds à toutes les questions aussi honnêtement et soigneusement que possible. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, marque vraiment ce que tu ressens. Si quelque chose n'est pas clair pour toi, demande de l'aide en levant la main, le responsable viendra t'aider. Nous sommes intéressés par les activités physiques et sportives que tu peux pratiquer durant les cours d'éducation physique (EPS) et pendant ton temps libre ; en particulier, ce que tu penses de ces activités et ce que tu ressens quand tu les pratiques en EPS ou durant ton temps libre.

Section A:

1. Ecris ta date de naissance ici : ____ / ____ / ____

Par exemple, si tu es né(e) le 15 décembre 2002, écris s'il te plait : « 15/décembre/2002 »

2. Quel âge as-tu ? (S'il te plait, écris ton âge en année _____ ans.

3. Es-tu un garçon ou une fille ? Garçon Fille Autre Réponse

4. Dans quel pays vis-tu aujourd'hui ? _____

5. Dans quelle ville habites-tu aujourd'hui ? _____

6. Dans quel pays es-tu né(e) ? (S'il te plait, coche une case)

- Angleterre/ Royaume Uni
- France
- Allemagne
- Grèce
- Italie
- Espagne
- Turquie
- Autre

7. Si « autre », dans quel pays est-ce ? _____

8. Si « autre », depuis combien d'années vis-tu dans le pays où tu résides aujourd'hui ? _____

9. Quelle est ta nationalité ? (S'il te plait, coche une case)

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

10. Si « autre », quelle est-elle ? _____

11. A quel niveau de la scolarité es-tu ? (S'il te plait, coche une case) École élémentaire Collège Lycée

12. Dans quelle classe es-tu ? (S'il te plait, coche une case)

- CP
- CE1
- CE2
- CM1
- CM2
- Sixième
- Cinquième
- Quatrième
- Troisième
- Seconde
- Première
- Terminale

13. Quel est le nom de ton établissement scolaire : _____

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.

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

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

S'il te plaît écris ci-dessous les sports/ activités physiques que tu pratiques cette année :

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

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

Section C: S'il te plaît indique si tu as l'intention de faire du sport et de l'activité physique pendant ton temps libre, **au moins 3 fois par semaine, pendant 60 minutes chaque fois**, durant **le prochain mois**. Réponds pour cela aux 3 questions suivantes :

Le mois prochain...	Très improbable		Assez probable			Très probable	
1. Je suis déterminé(e) à faire du sport/ de l'activité physique au moins 3 fois par semaine, pendant 60 minutes à chaque fois.	1	2	3	4	5	6	7
2. J'ai l'intention de faire du sport/ de l'activité physique au moins 3 fois par semaine, pendant 60 minutes à chaque fois.	1	2	3	4	5	6	7
3. Je prévois de faire du sport/ de l'activité physique au moins 3 fois par semaine, pendant 60 minutes à chaque fois.	1	2	3	4	5	6	7

Section D: 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 plait entoure pour chaque phrase, la réponse qui te correspond le mieux.

<i>Au cours des 3-4 dernières semaines...</i>	Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Très souvent
1. J'ai surveillé si je faisais suffisamment de sport/ d'activité physique.	1	2	3	4	5
2. 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.	1	2	3	4	5
3. J'ai vérifié que je faisais régulièrement du sport/ de l'activité physique.	1	2	3	4	5
4. J'ai vérifié si j'avais bien atteint les objectifs que je m'étais fixés concernant mon activité physique régulière.	1	2	3	4	5

Section E: Ecris ci-dessous LA RAISON LA PLUS IMPORTANTE qui T'EMPECHE de faire REGULIEREMENT DU SPORT OU DE L'ACTIVITE PHYSIQUE.

*Ecris immédiatement la première raison qui te vient à l'esprit :

.....

MERCI BEAUCOUP DE VOTRE PARTICIPATION !