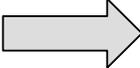
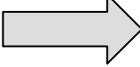


## Évaluation de l'activité physique et de la sédentarité

**Tableau 1. Évaluation de l'activité physique ou sportive (APS) et de la sédentarité**

Facteurs à évaluer	Exemple de questions à poser (enfant/parents)
<b>Les pratiques physiques et sportives antérieures et leur contexte psychologique et social</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Représentation des APS</li> <li>• Plaisir ressenti</li> <li>• Sentiment de compétence</li> <li>• Relation aux autres (stigmatisation)</li> <li>• Image du corps</li> <li>• Intolérance à l'échec</li> </ul>	<p style="text-align: center;"></p> <p><i>Quelles activités sportives as-tu déjà pratiquées ?</i>  <i>Quelles sont les activités que tu as appréciées ?</i>  <i>Quelles sont les raisons qui ont fait que tu as arrêté cette activité ?</i>  <i>Lorsque tu pratiques, es-tu gêné par quelque chose ?</i>  <i>Est-ce qu'il arrive que l'on se moque de toi ?</i>  <i>As-tu des difficultés pour t'intégrer dans un groupe ?</i></p>
<b>Les habitudes de vie acquises et les goûts actuels pour les APS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conditions d'inactivité physique et de sédentarité                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- équipements multimédia et audiovisuel</li> <li>- lieu et durée d'utilisation</li> </ul> </li> <li>• Conditions de la pratique physique                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- encadrée (scolaire, association sportive)</li> <li>- non structurée (loisir, jeu)</li> <li>- en autonomie (déplacement à pied/vélo)</li> </ul> </li> </ul>	<p style="text-align: center;"></p> <p><i>Combien de temps passes-tu devant les écrans le week-end ?/les jours d'école ?</i>  <i>Y a-t-il une TV/un ordinateur dans ta chambre ?</i>  <i>Qu'est-ce que tu aimes dans ce jeu vidéo ?</i>  <i>Quelles activités sportives pratiques-tu en dehors de l'école ? (nature, fréquence, durée, intensité)</i>  <i>Comment te rends-tu à l'école ? Que fais-tu en rentrant ?</i>  <i>As-tu d'autres loisirs ? (musique, théâtre...)</i></p>
<b>L'environnement dans lequel vit l'enfant et les possibilités qui lui sont offertes</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contexte familial</li> <li>• Niveau socio-économique</li> <li>• Réseaux sociaux</li> <li>• Environnement géographique</li> <li>• Tissu associatif local</li> </ul>	<p style="text-align: center;"></p> <p><i>Y a-t-il des pratiques physiques communes dans ta famille ?</i>  <i>As-tu accès à des loisirs actifs ? (parc, vélo, rollers...)</i>  <i>Quelle est la distance domicile-école ?</i>  <i>Qui peut te soutenir dans ton projet sportif ?</i>  <i>Penses-tu qu'il faille limiter le temps d'écran à la maison ?</i></p>