

Participez à notre questionnaire sur la sédentarité, l'utilisation des écrans et l'EPS sur la cité scolaire de Mortain !

La classe de 1ère ST2S te propose un questionnaire afin de vérifier si la sédentarité est une préoccupation de santé au sein de la cité scolaire.

Ce questionnaire est totalement anonyme, nous te remercions de bien vouloir remplir ce questionnaire avec le plus d'honnêteté possible.

Merci de cocher la réponse

Ton identité :

1- Tu es :

- Une fille
- Un garçon
- Autre

2- Quel âge as-tu ?

- Moins de 16 ans
- Entre 16 et 18 ans
- Plus de 18 ans

3- Si tu es lycéen, es-tu interne ?

- Oui
- Non

L'exposition aux écrans

4- As-tu ? *Plusieurs réponses possibles*

	Oui	Non
Un téléphone portable		
Une tablette		
Un ordinateur		
Une TV		
Une console de jeux vidéo		

5- Combien de temps par jour passes-tu en moyenne sur les écrans ?

- Moins de 2 heures
- Entre 2 et 4 heures
- Plus de 4 heures

6- Utilises-tu les écrans avant de dormir ?

- Oui
- Non

7- Que penses-tu de ton exposition aux écrans ?

- Excessive
- Modérée
- Faible
- Inexistante

Comportement sédentaire

8- En moyenne, combien de temps dans une journée restes-tu assis ?

- Moins de 2 heures
- De 2 à 4 heures
- De 5 à 6 heures
- Plus de 6 heures

9- Combien de fois pratiques-tu une activité sportive dans la semaine ?

- Jamais
- De 1 à 2 fois
- De 3 fois à 4 fois
- Plus de 4 fois

10- Quelle est la durée moyenne de chaque séance ?

- Moins de 45 mn
- De 45 mn à 1h30
- De 1h30 à 2h30
- Plus de 2h30

11- Pour des trajets courts, favorises-tu ?

- La marche ou le vélo
- La voiture ou le bus

12- Combien d'heures d'EPS (UNSS et section escalade comprises) as-tu par semaine ?

- Moins de 2 heures
- 2 ou 3 heures
- 4 heures
- Plus de 4 heures

13- Penses-tu qu'il y a assez d'heures d'EPS dans la semaine ?

- Oui
- Non