



Enquête sur l'activité physique et sportive des enfants et des adolescents

Mars 2020

Magalie Gérard, Directrice adjointe du Département Politique – Opinion

Gaspard Lancrey-Javal, Directeur d'études au Département Politique – Opinion

Sommaire

Méthodologie d'enquête

P.3

Perceptions, représentations et attitudes à l'égard de l'APS

P.5

Comportements et pratiques actuelles

P.7

Motivations, leviers et influences de l'APS

P.14

Déplacements au quotidien

P.24



Méthodologie d'enquête



Enquête réalisée **en ligne** du **26 février** au **2 mars 2020**.



Échantillon de **1 039** enfants âgés de 6 à 18 ans et représentatifs de cette population, après autorisation préalable d'au moins l'un de leurs parents.



Méthode des quotas et redressement appliqués aux variables suivantes : **catégorie socioprofessionnelle et région des parents, ainsi que sexe et âge des enfants**.



Aide à la lecture des résultats détaillés :

- Les chiffres présentés sont exprimés en pourcentage.
- Les chiffres en vert sont ceux qui apparaissent significativement au-dessus de la moyenne, ceux en rouge sont ceux qui apparaissent significativement en-dessous de la moyenne.

Intervalle de confiance

L'intervalle de confiance (parfois appelé « marge d'erreur ») permet de déterminer la confiance qui peut être attribuée à une valeur, en prenant en compte la valeur observée et la taille de l'échantillon. Si le calcul de l'intervalle de confiance concerne les sondages réalisés avec la méthode aléatoire, il est communément admis qu'il est proche pour les sondages réalisés avec la méthode des quotas.

Taille de l'échantillon	5% ou 95%	10% ou 90%	20% ou 80%	30% ou 70%	40% ou 60%	50%
100 interviews	4,4	6,0	8,0	9,2	9,8	10
200 interviews	3,1	4,3	5,7	6,5	6,9	7,1
300 interviews	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
400 interviews	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
500 interviews	2,0	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
600 interviews	1,8	2,4	3,3	3,8	4,0	4,1
800 interviews	1,5	2,1	2,8	3,2	3,4	3,5
1 000 interviews	1,4	1,8	2,5	2,9	3,0	3,1
2 000 interviews	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,3
3 000 interviews	0,8	1,1	1,5	1,7	1,8	1,8
4 000 interviews	0,7	0,9	1,3	1,5	1,6	1,6
6 000 interviews	0,6	0,8	1,1	1,3	1,4	1,4

Perceptions, représentations et attitudes à l'égard de l'APS



Des enfants et des jeunes unanimes sur les bénéfices physiques et psychologiques liés au fait de faire du sport. Des convictions qui perdurent à l'entrée dans l'adolescence.

Pour toi, faire du sport... ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans, en % de réponses « Oui » -

		Garçon	Fille	Primaire	Collège	Après collège
Ça permet de se défouler	92	92%	92%	94%	92%	91%
Ça permet d'être en forme	90	91%	90%	92%	90%	89%
C'est bien d'encourager les enfants à faire de l'exercice	88	87%	88%	92%	87%	84%
C'est bien d'en faire même lorsqu'on est vieux	82	80%	84%	85%	81%	80%
Ça permet de rencontrer de nouveaux amis	79	83%	74%	83%	77%	76%
Ça permet de donner confiance en soi	78	81%	75%	77%	78%	79%
C'est important pour bien grandir	76	78%	74%	80%	76%	73%
C'est bien d'en faire tous les jours	59	61%	56%	61%	55%	59%
C'est décourageant car il faut beaucoup en faire pour avoir un bon niveau	42	41%	44%	46%	39%	41%

Comportements et pratiques actuelles



Les activités sédentaires occupent une large place dans la semaine, et notamment le temps consacré aux écrans, près du double de celui alloué à une activité physique ou sportive

Dans une semaine normale, combien de temps passes-tu à... ?

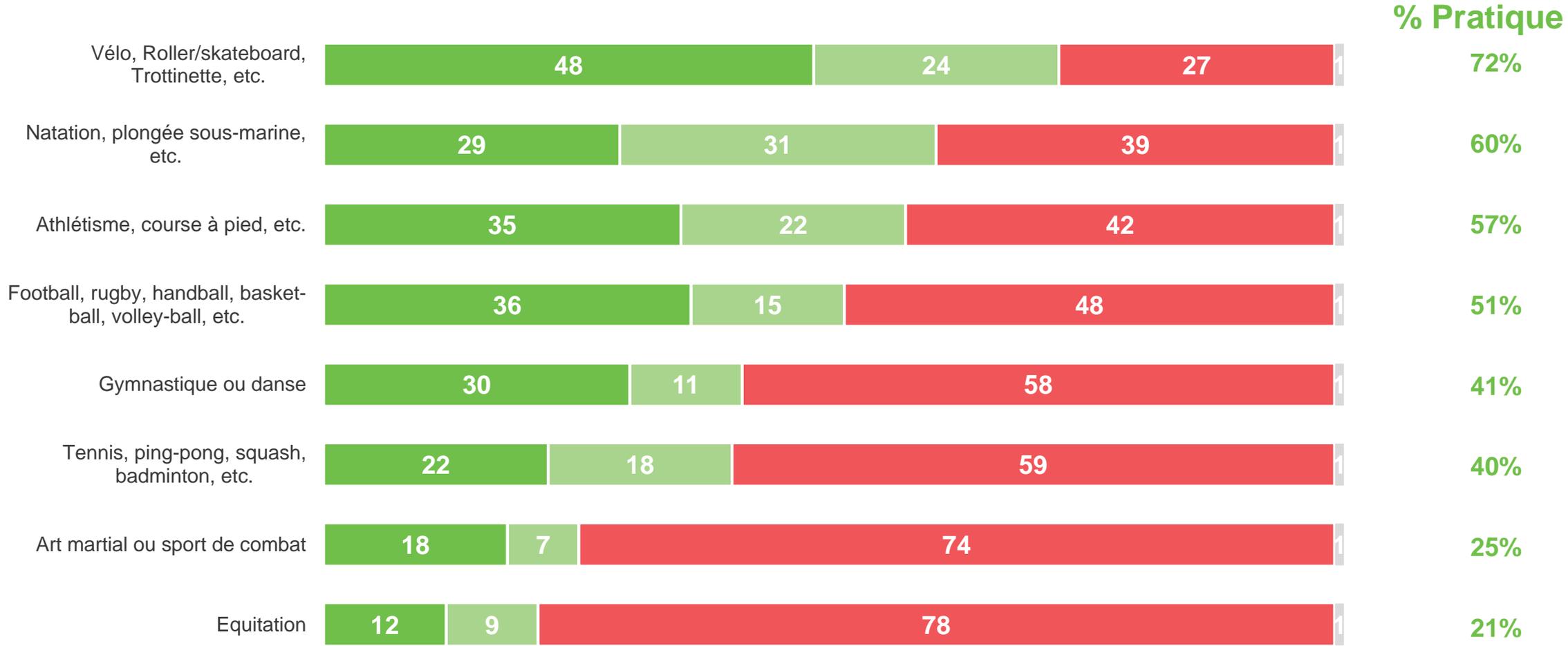
- Aux enfants de 6 à 18 ans, en **nombre moyen d'heures par semaine** -

		Garçon	Fille	Primaire	Collège	Après collège
Regarder la télévision	6,7	6,5	6,9	6,6	7,2	6,5
Naviguer sur Internet (pour regarder des vidéos, lire des articles, etc.)	5,2	5,1	5,2	2,8	5,3	7,3
Jouer à des jeux vidéo	4,7	6,0	3,3	3,5	5,2	5,4
Discuter avec tes amis sur les réseaux sociaux ou par SMS, email, etc.	3,7	3,3	4,0	1,0	4,1	5,8
Faire du sport	3,5	3,7	3,3	3,0	3,7	3,9
Marcher ou faire du vélo (par exemple pour aller à l'école)	2,6	2,7	2,5	2,2	2,8	2,7
Lire des livres, des BD	2,3	2,0	2,6	2,6	2,3	2,1
Participer aux activités de la maison	1,9	1,8	2,1	1,6	2,2	2,1
Bricoler ou jardiner (seul ou avec tes parents)	0,7	0,7	0,7	0,7	0,6	0,7

En dehors de l'école, les sports les plus pratiqués sont également ceux qui sont les plus accessibles: vélo, roller, natation, course à pied et sports de ballon

En dehors de l'école, fais-tu ... ?

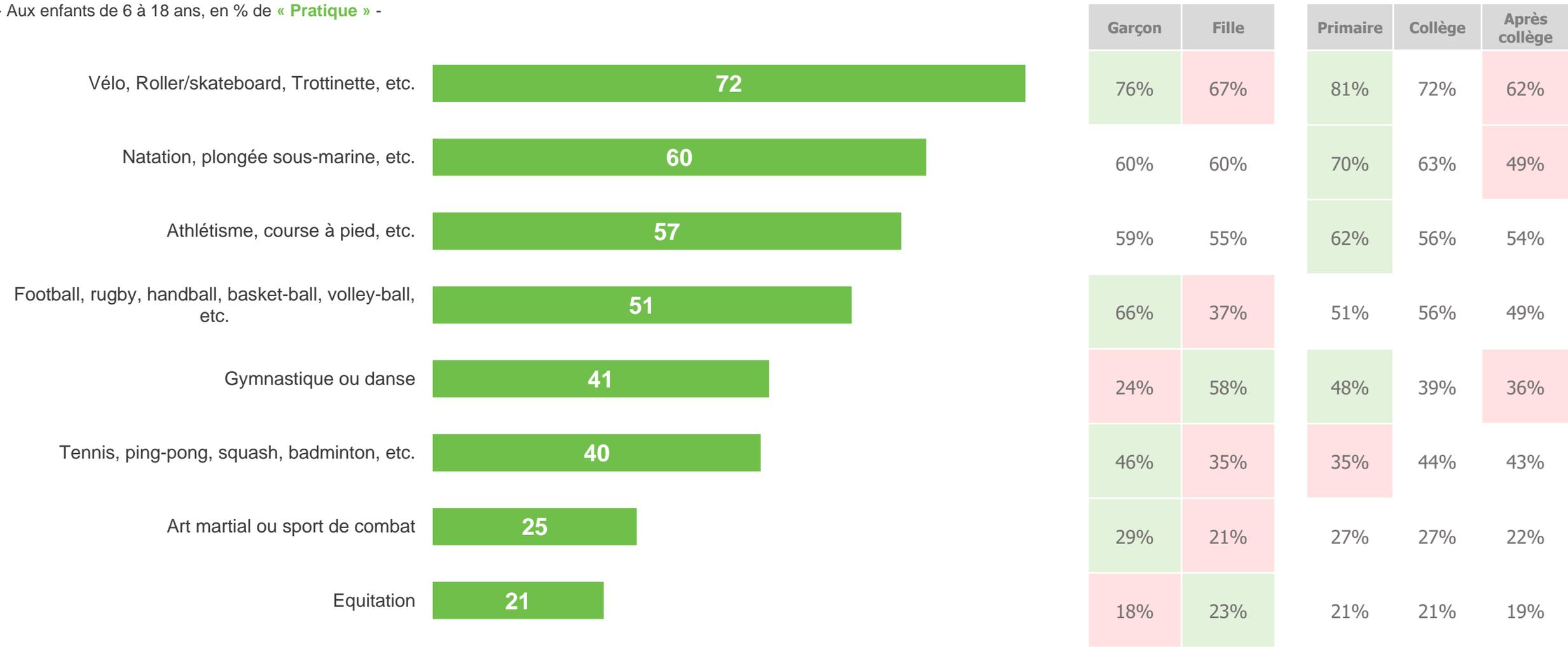
- Aux enfants de 6 à 18 ans, en % -



Des pratiques sportives qui se révèlent très genrées, même si le vélo, la natation, l'athlétisme, les arts martiaux et l'équitation s'avèrent plus consensuels.

En dehors de l'école, fais-tu ... ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans, en % de « Pratique » -

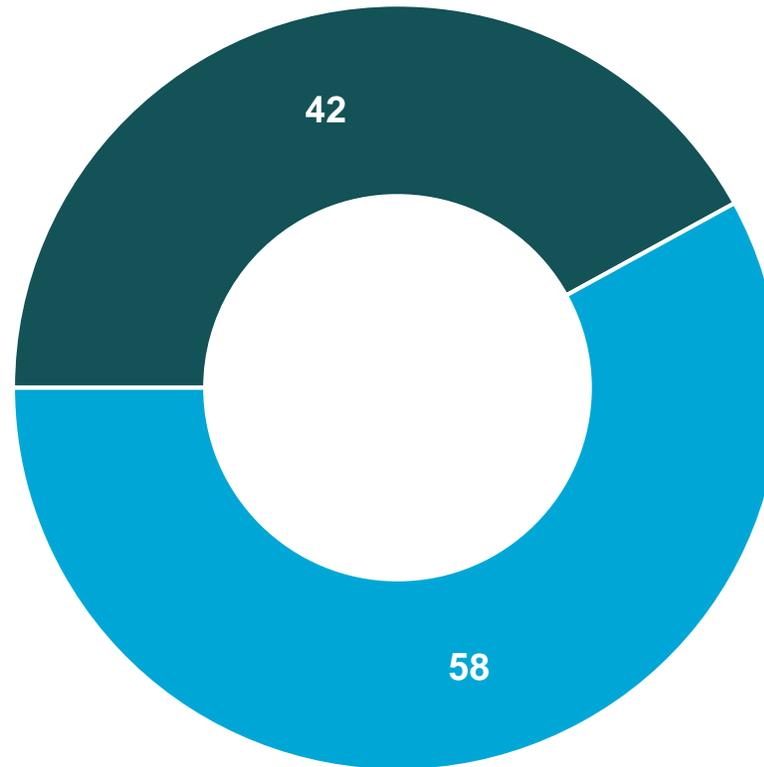


La volonté de persévérer s'acquiert en grandissant. Si les plus jeunes déclarent changer d'activité régulièrement, les plus âgés inscrivent davantage les pratiques choisies dans la durée.

En général, tu aimes plutôt ... ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans, en %

Primaire : 51%
Collège : 39%
Après collège : 35 %



Primaire : 49%
Collège : 60 %
Après collège : 65 %

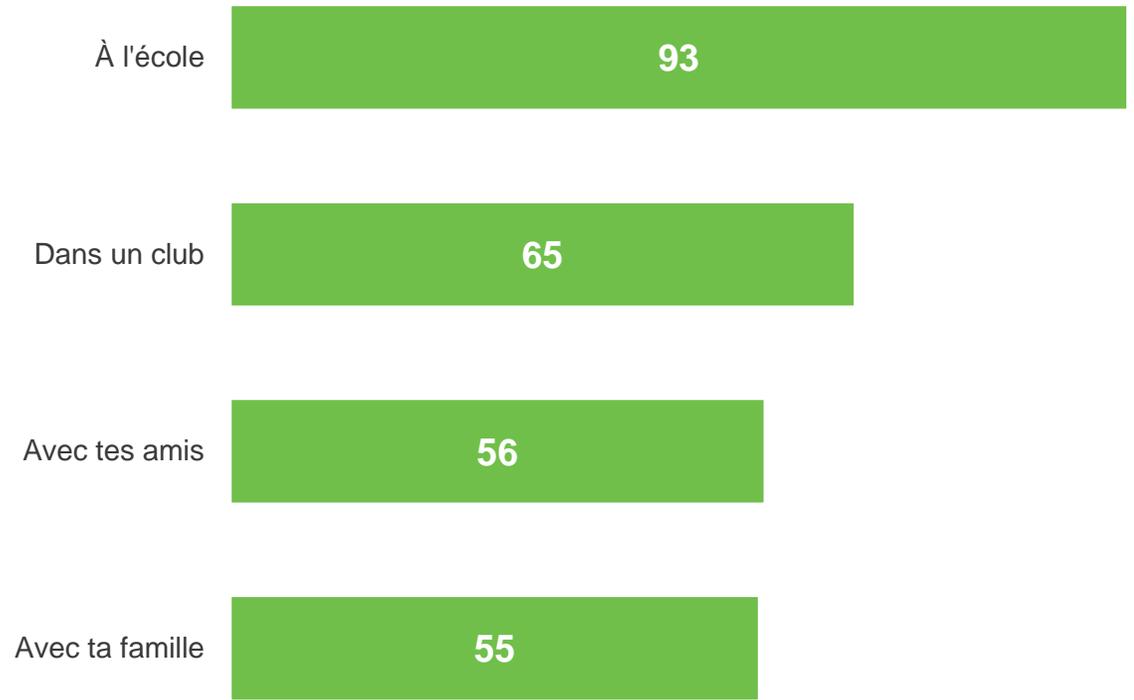
- Essayer de nouveaux sports, changer d'activité ou de club souvent
- Te concentrer sur la même activité pendant plusieurs années pour t'améliorer

Si quasiment tous les jeunes font du sport à l'école, les pratiques ont lieu également à l'extérieur : 2/3 d'entre eux pratiquent également au sein d'un club. Pour le reste, les activités se pratiquent pour un jeune sur deux en famille et davantage avec les amis en grandissant.

Le sport, tu en fais ... ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans, en % de réponses « Oui » -

88%
des enfants entre 6 et 18 ans déclarent faire du sport en dehors de l'école



	Garçon	Fille	Primaire	Collège	Après collège
À l'école	93%	93%	96%	98%	87%
Dans un club	66%	63%	73%	62%	58%
Avec tes amis	65%	46%	49%	57%	61%
Avec ta famille	57%	53%	63%	56%	47%

Une large majorité de jeunes pratiquent régulièrement une activité sportive en dehors de l'école, voire plusieurs pour près d'un sur deux

En dehors de l'école, combien de sports pratiques-tu régulièrement, c'est-à-dire au moins une fois par semaine ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans faisant du sport en dehors de l'école, en % -

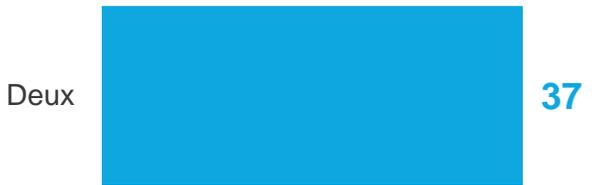
Primaire	Collège	Après collège
----------	---------	---------------



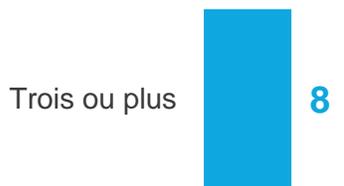
56% 54% 55%

45%

des enfants de 6 à 18 ans qui font du sport en dehors de l'école pratiquent régulièrement plusieurs types de sport



37% 39% 37%



7% 7% 8%

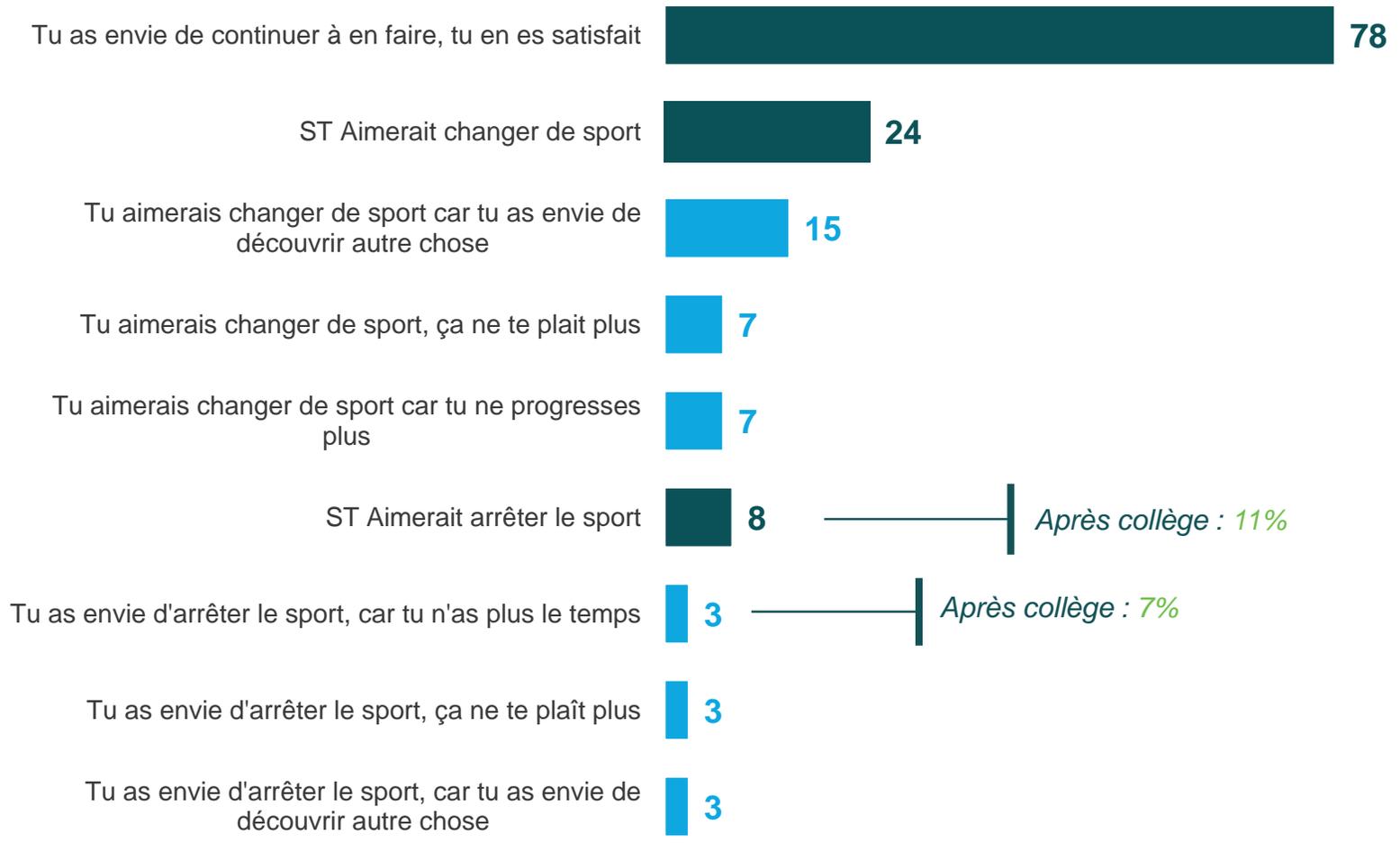
Motivations, leviers et influences de l'APS



La satisfaction liée à la pratique d'un sport en dehors de l'école est élevée. Si le besoin de découvrir d'autres activités ou les remises en questions existent chez près d'un quart des jeunes, seuls 8% d'entre eux souhaiteraient arrêter complètement le sport.

À propos de ce(s) sport(s) en dehors de l'école, est-ce que... ? (plusieurs réponses possibles)

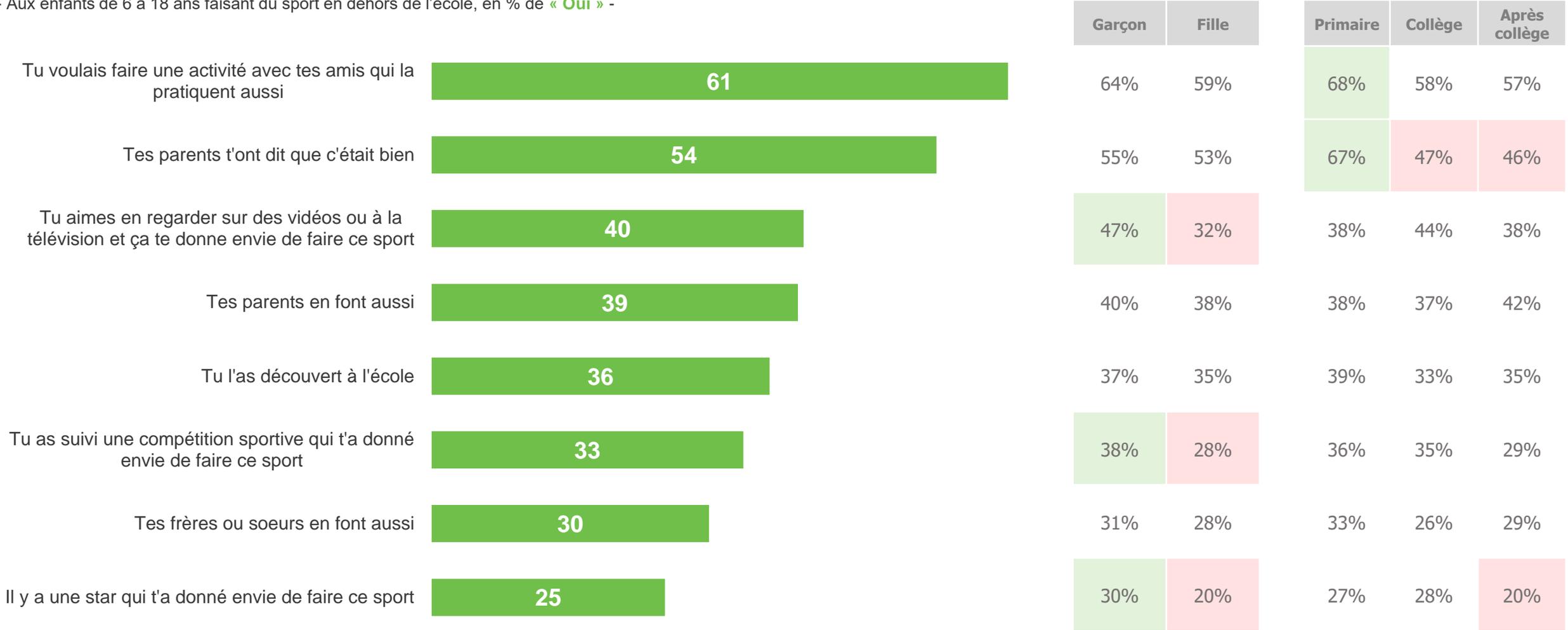
- Aux enfants de 6 à 18 ans faisant du sport en dehors de l'école, en % -



Si l'influence des parents sur le choix des sports en dehors de l'école est réelle quel que soit l'âge des jeunes, le souhait de partager une activité physique avec les amis s'avère déterminant.

Ce(s) sport(s) que tu fais en dehors de l'école, tu les as choisis parce que... ?

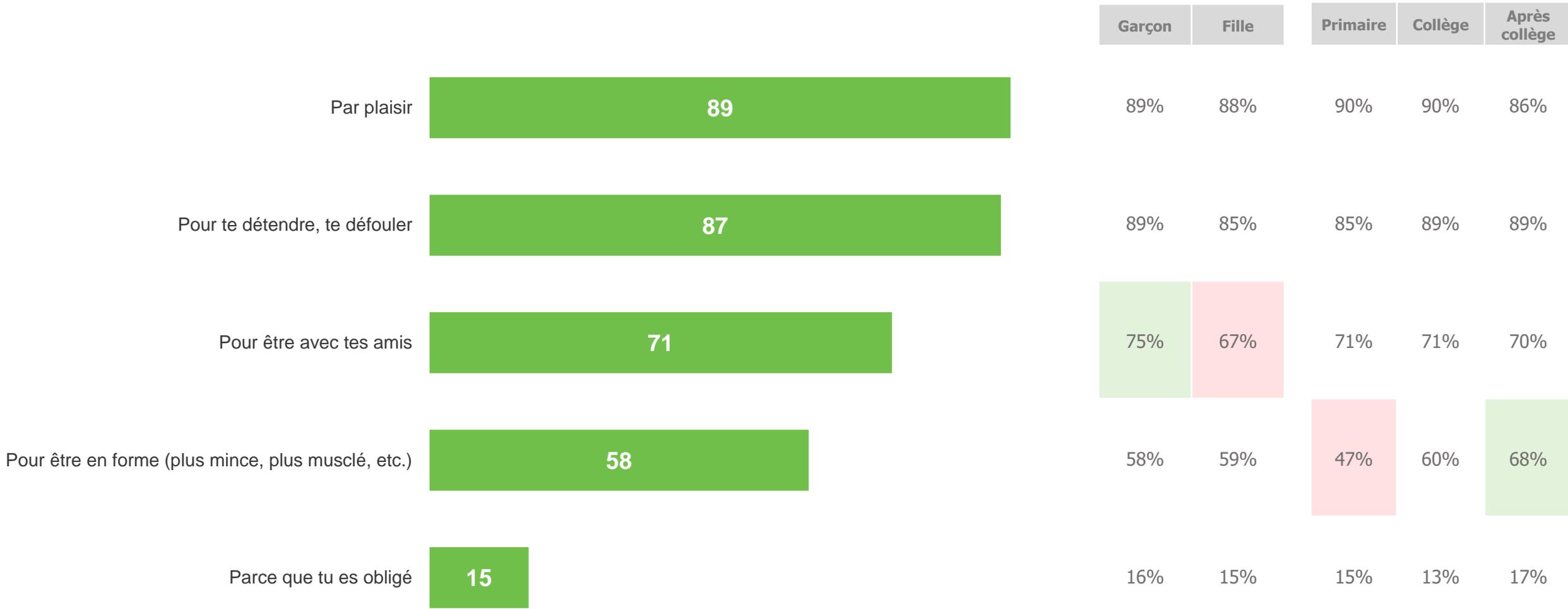
- Aux enfants de 6 à 18 ans faisant du sport en dehors de l'école, en % de « Oui » -



Le sport pratiqué en dehors de l'école procure pour bon nombre d'entre eux plaisir et détente. La dimension de sociabilité est également présente, notamment pour les garçons. Enfin, à mesure qu'ils avancent dans les études, le souhait d'être en forme fait également partie des objectifs recherchés.

Tu dirais que tu fais du sport en dehors de l'école... ?

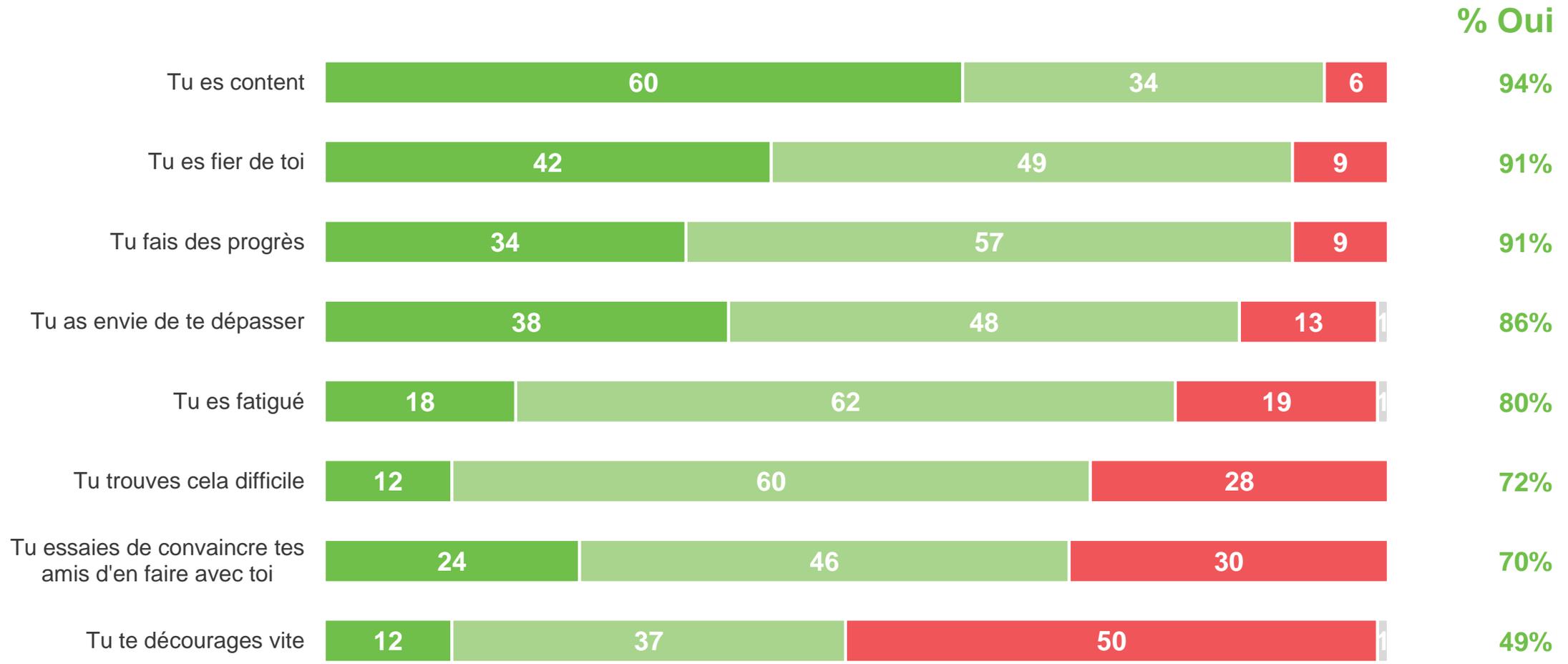
- Aux enfants de 6 à 18 ans faisant du sport en dehors de l'école, en % de « Oui » -



Pratiquer un sport procure satisfaction, fierté et envie de se dépasser. Si le sentiment de difficulté voire de découragement n'est pas absent, il ne semble pas entamer les bénéfices positifs qui en découle.

Quand tu fais du sport, est-ce que... ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans faisant du sport, en % -



■ Oui, très souvent ■ Oui, parfois ■ Non, jamais ■ Sans réponse

Au final, un bilan positif partagé par l'ensemble des jeunes, quel que soit leur niveau scolaire

Quand tu fais du sport, est-ce que... ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans faisant du sport, en % de « Oui » -

		Garçon	Fille	Primaire	Collège	Après collège
Tu es content	94	94%	94%	97%	91%	94%
Tu es fier de toi	91	92%	90%	94%	88%	90%
Tu fais des progrès	91	92%	90%	90%	90%	91%
Tu as envie de te dépasser	86	88%	85%	86%	84%	88%
Tu es fatigué	80	81%	81%	84%	82%	77%
Tu trouves cela difficile	72	70%	74%	74%	72%	70%
Tu essaies de convaincre tes amis d'en faire avec toi	70	74%	66%	73%	67%	70%
Tu te décourages vite	49	47%	52%	50%	49%	49%

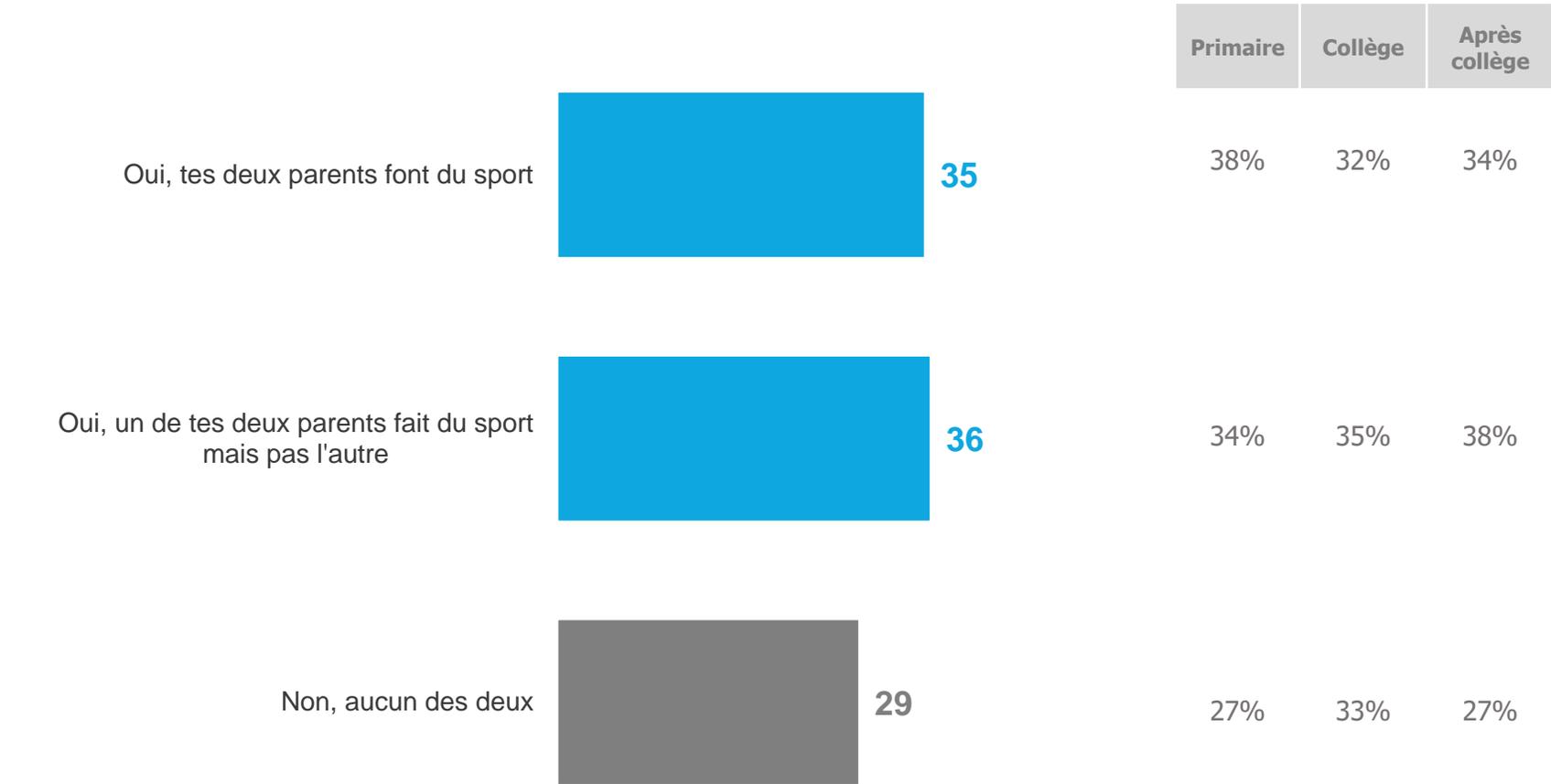
Plus de deux tiers des jeunes ont un voire leurs deux parents qui font du sport.

Tes parents font-ils du sport ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans, en % -

71%
des enfants de 6 à 18 ans ont au moins un parent qui fait du sport

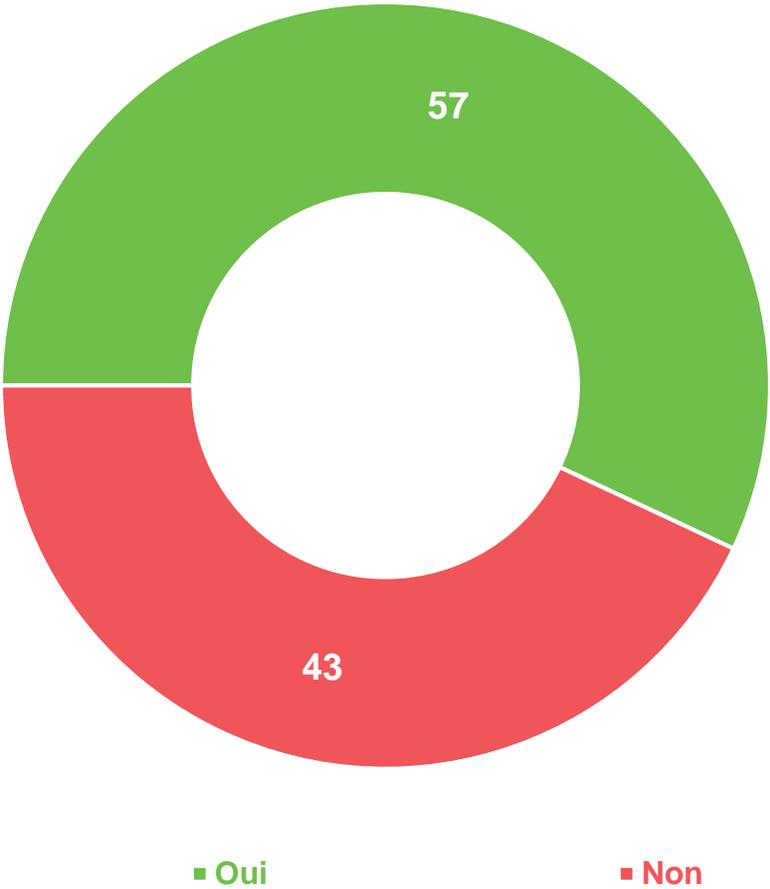
65%
des enfants de 6 à 18 ans ont au moins un parent qui ne fait pas de sport



Plus de la moitié des enfants ne pratiquant pas aujourd'hui de sport en dehors de l'école déclarent en avoir déjà fait par le passé

As-tu déjà fait du sport en dehors de l'école ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans ne faisant pas de sport ailleurs qu'à l'école, en % -



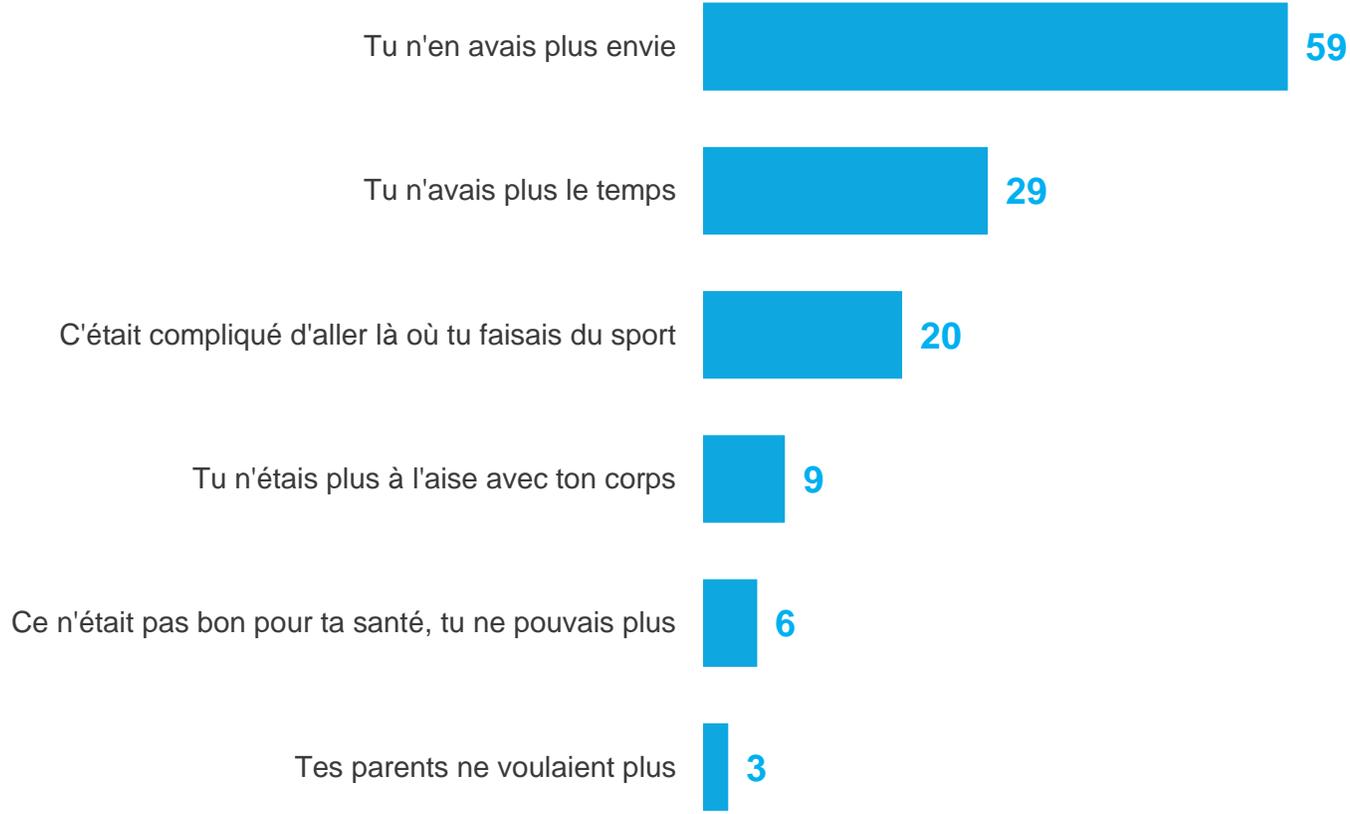
La principale raison mise en avant pour justifier l'arrêt du sport en dehors de l'école tient au manque d'envie. Dans une moindre mesure, le manque de temps est également évoqué.

Pourquoi as-tu arrêté de faire du sport en dehors de l'école ? (plusieurs réponses possibles)

- Aux enfants de 6 à 18 ans ayant arrêté de faire du sport ailleurs qu'à l'école, en % -

83%
des enfants de 6 à 18 ans citent au moins une raison choisie d'avoir arrêté la pratique du sport en dehors de l'école

26%
des enfants de 6 à 18 ans citent au moins une raison subie d'avoir arrêté la pratique du sport en dehors de l'école



Si le manque d'envie constitue la première raison avancée pour justifier de n'avoir jamais fait de sport en dehors de l'école, l'accessibilité (financière ou géographique) émerge également comme un obstacle non négligeable

Pourquoi n'as-tu jamais fait de sport en dehors de l'école ? (plusieurs réponses possibles)

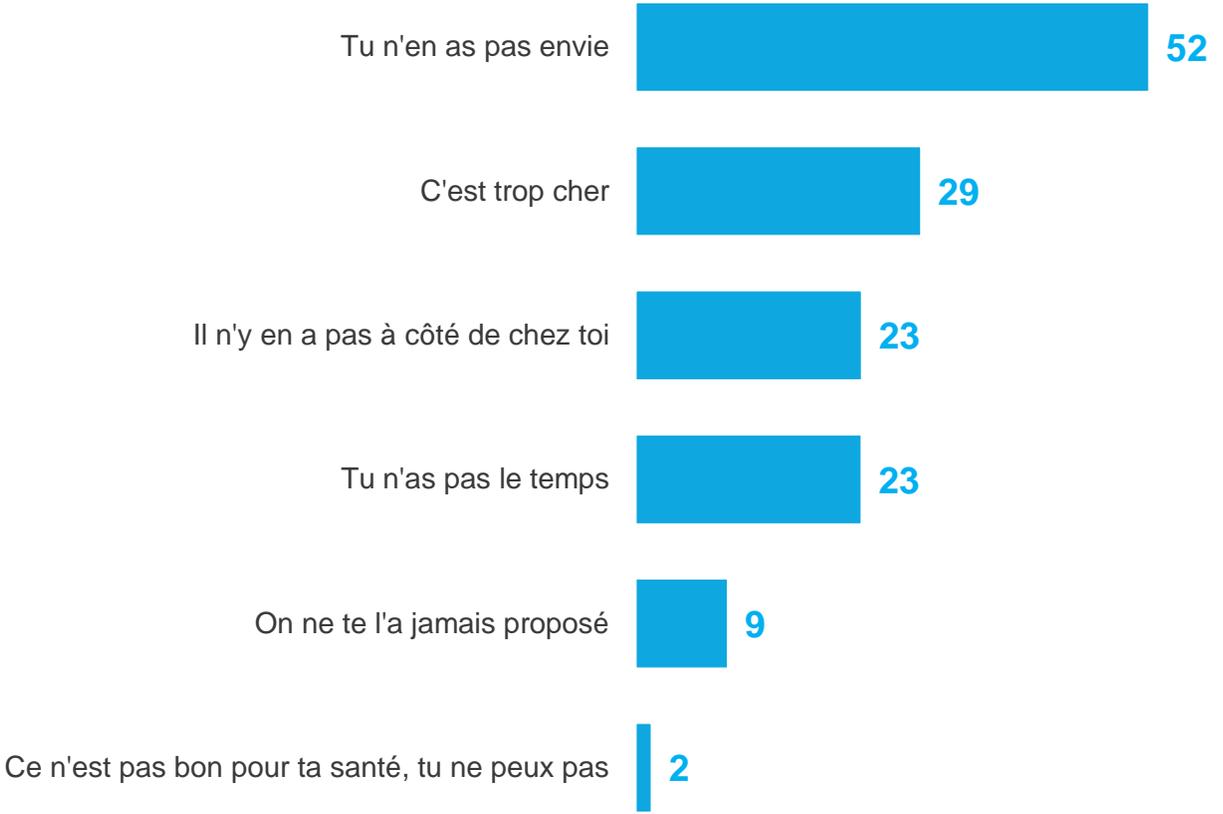
- Aux enfants de 6 à 18 ans n'ayant jamais fait de sport ailleurs qu'à l'école, en % -

69%

des enfants de 6 à 18 ans citent au moins une raison choisie de ne pas pratiquer de sport en dehors de l'école

50%

des enfants de 6 à 18 ans citent au moins une raison subie de ne pas pratiquer de sport en dehors de l'école



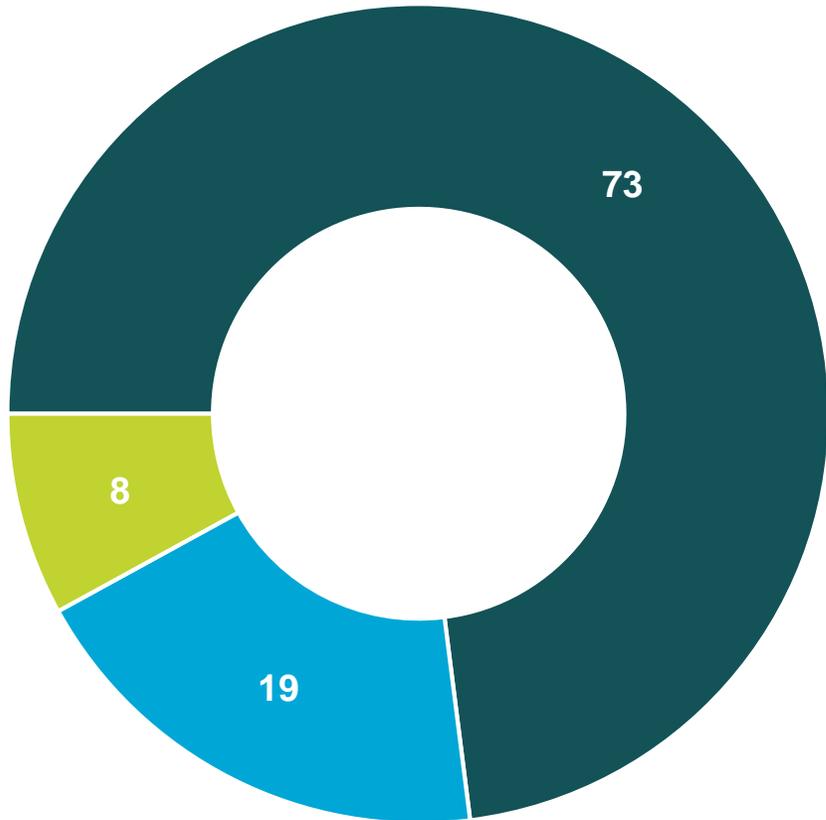
Déplacements au quotidien



Les transports individuels et motorisés dominent largement les modes de déplacement privilégiés par les parents des jeunes interrogés. 19% privilégient la marche ou le vélo

La plupart du temps tes parents se déplacent... ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans, en %



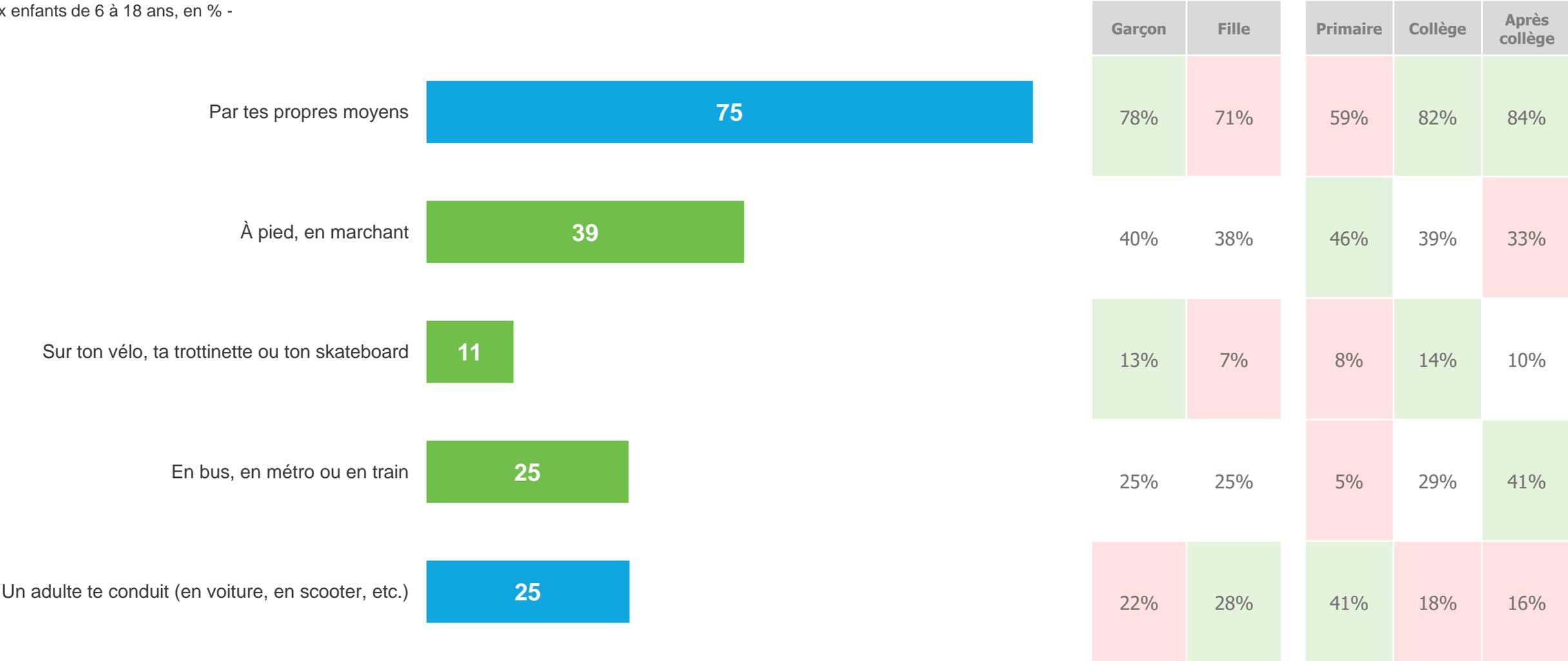
Garçon : 70%
Fille : 76%

- En voiture, en scooter, à moto ou en camionnette
- À pied ou à vélo
- En bus, en métro ou en train

A mesure qu'ils gagnent en autonomie, les jeunes se rendent à l'école seuls en marchant ou en utilisant les transports en commun. Avant le collège, l'accompagnement des adultes est naturellement plus fréquent

Le plus souvent, comment vas-tu à l'école ?

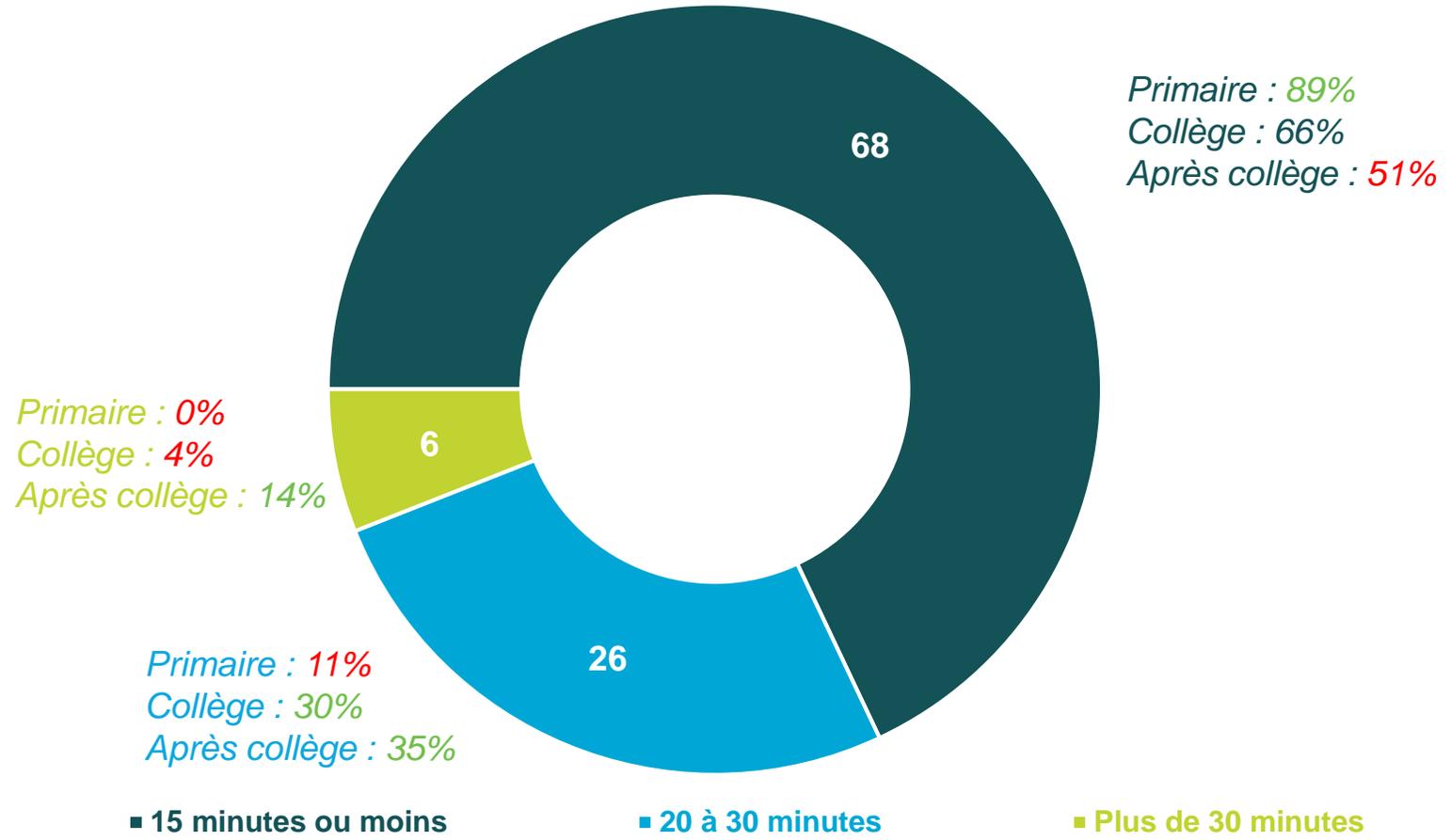
- Aux enfants de 6 à 18 ans, en % -



Le temps pour aller à l'école augmente avec l'âge de l'enfant : quand près de 9 enfants de primaire sur 10 mettent 15 minutes ou moins pour se rendre dans leur établissement, cette proportion chute à 51% chez les lycéens, l'autre moitié déclarant un temps de trajet supérieur à 20 minutes

Combien de temps mets-tu pour aller à l'école ?

- Aux enfants de 6 à 18 ans, en % -



Merci de noter que toute **diffusion de ces résultats** doit être accompagnée des éléments techniques suivants : le **nom de l'institut**, le **nom du commanditaire de l'étude**, la **méthode d'enquête**, les **dates de réalisation** et la **taille de l'échantillon**.

Suivez l'actualité de Harris Interactive sur :



www.harris-interactive.com



[Facebook](#)



[Twitter](#)



[LinkedIn](#)
