

# PRÉSENTATION

## Résultats d'enquête

17.09.2024

# RAPPORT

Pratiques d'activités physiques et  
sportives chez les étudiants de  
l'enseignement supérieur

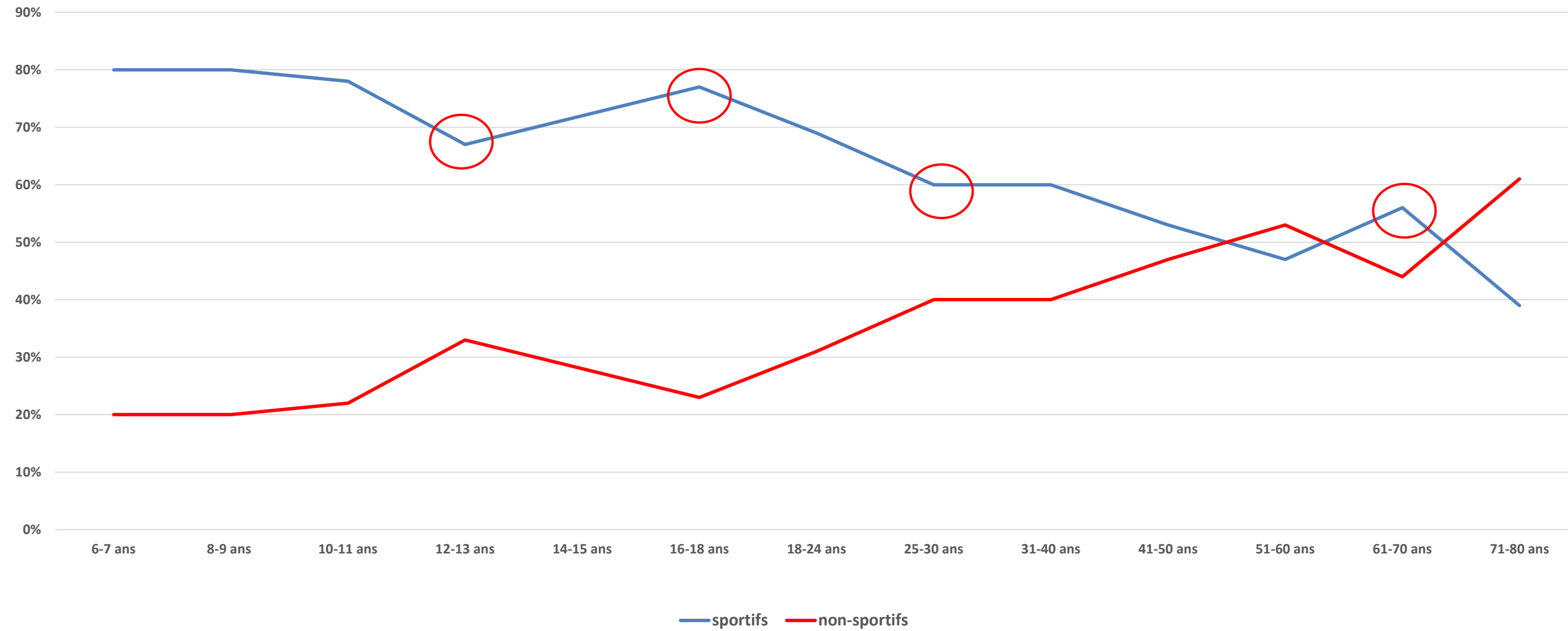
## UN PEU DE CONTEXTE

1. Enquête de santé Sciensano-HIS ( 2018) « les personnes titulaires d'un diplôme de l'enseignement supérieur étaient plus susceptibles de respecter les recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS)»
2. Etude sur les pratiques sportives (2019) « ce sont les étudiants et les personnes travaillant qui pratiquent plus de sport, [...] le passage aux études supérieures montre un grand décrochage sportif. La densification de la vie sociale, l'éloignement du cocon familial, le temps de travail alloué aux études sont autant d'éléments nouveaux qui peuvent perturber les habitudes dédiées à l'activité physique.»

Une étude menée en France par l'ONAPS



# Proportion de sportifs et non -sportifs



## Un questionnaire qui brasse large

- 📍 Pratique libre / auto-organisée
- 📍 Pratique encadrée ( Clubs fédérés, etc.)
- 📍 Pratique dans l'enseignement supérieur ( loisir +ASEUS)
- 📍 Pratique via les études
- 📍 Non-pratiquants



Un focus sur la sédentarité, sur les motivations et les freins



# MÉTHODOLOGIE

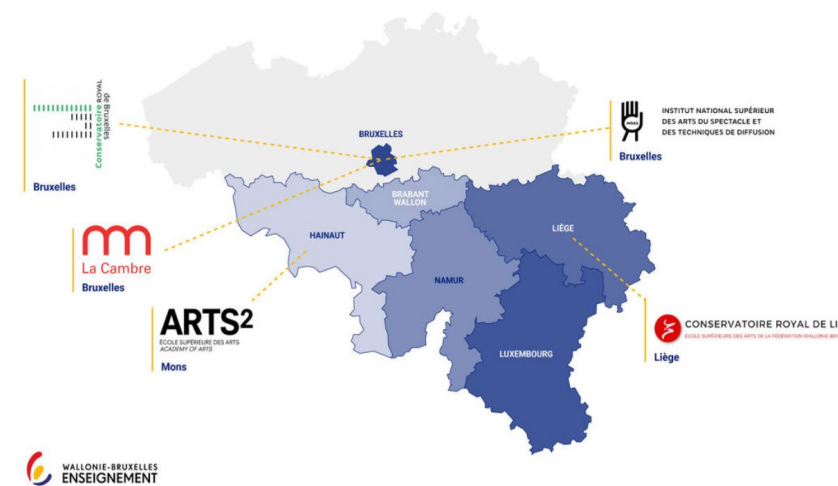
Collecte

**Alchemer**

8  
minutes  
Estimated Length



Limites



Communication

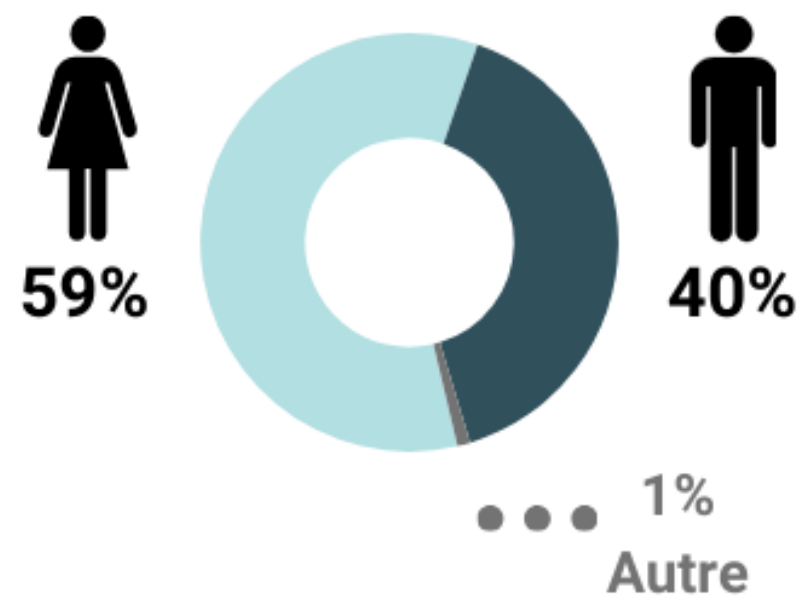
22.11.2023 ↔ 18 mars 2024



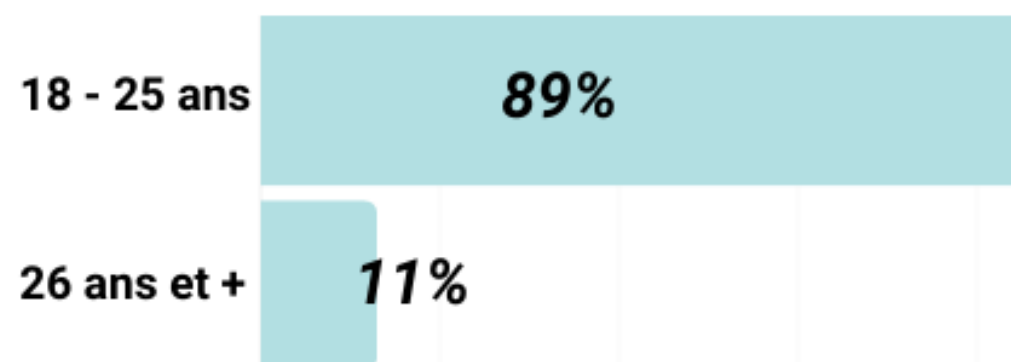
# DONNÉES CONCERNANT L'ÉCHANTILLON

6.683 étudiants ont répondu à l'enquête

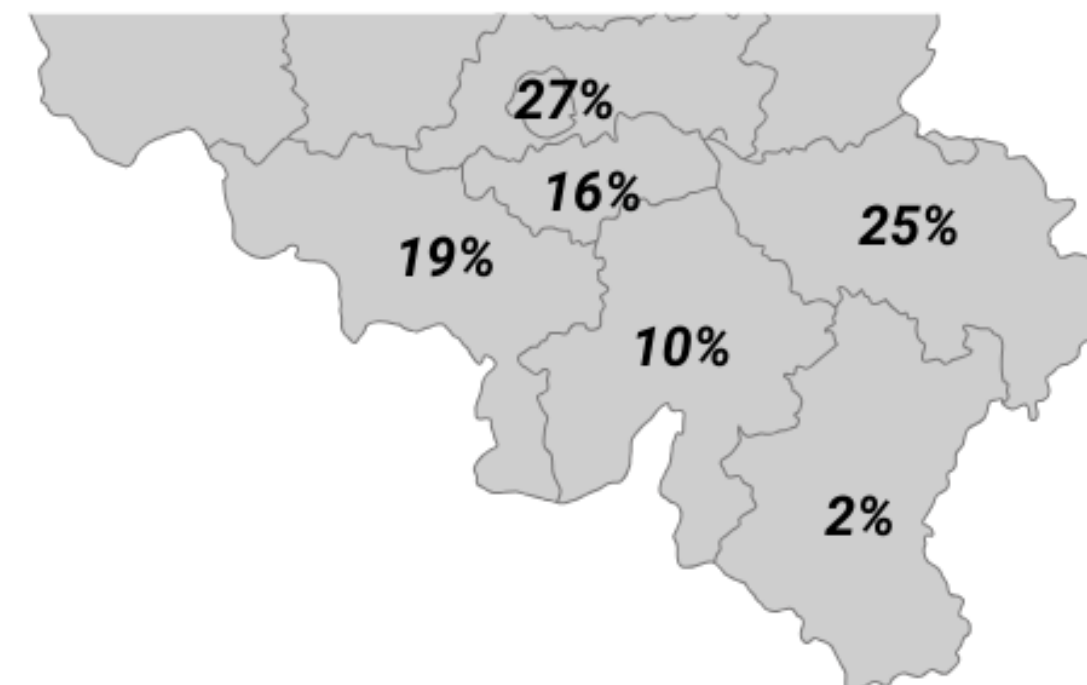
## SEXE



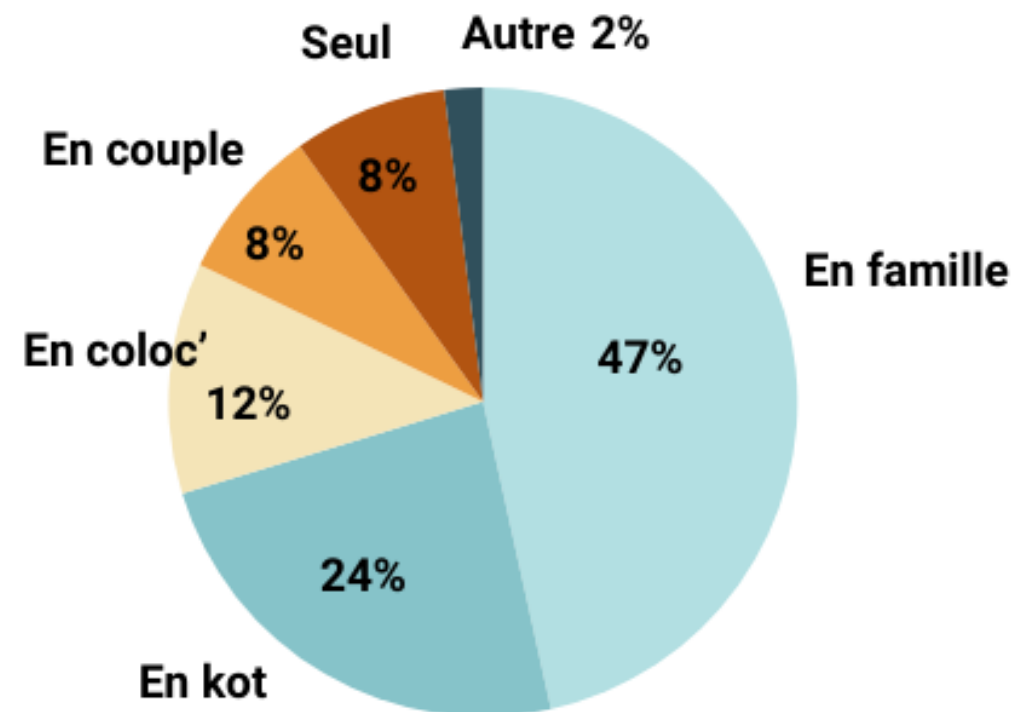
## ÂGE



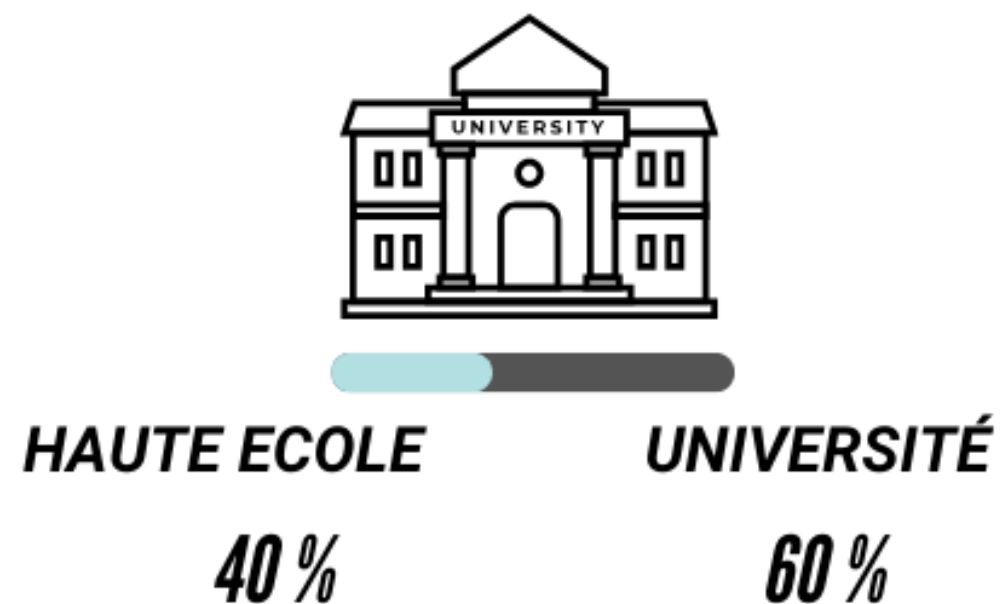
## ZONES GEOGRAPHIQUES D'ETUDE



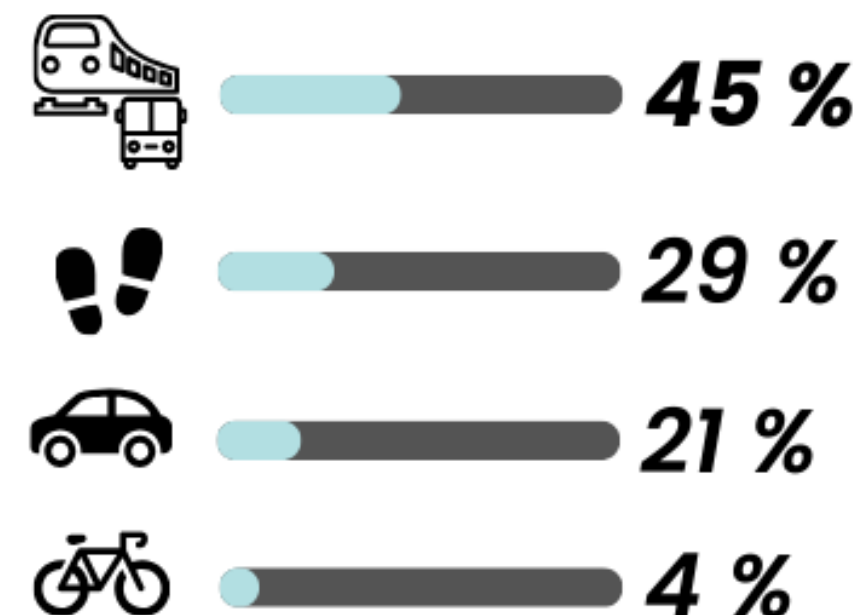
## HABITATION



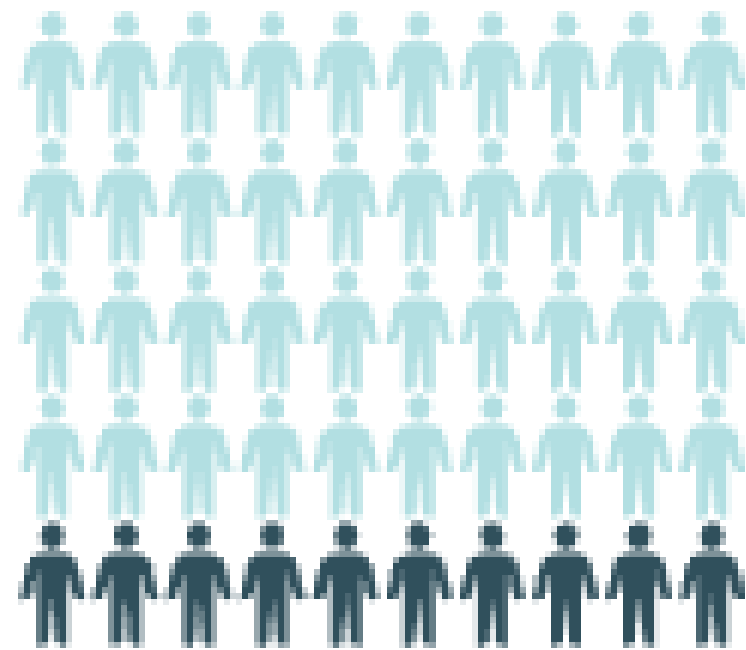
## LIEU D'ETUDE



## COMMENT VOUS RENDEZ-VOUS AU COURS?



## RÉSULTATS GÉNÉRAUX



**80% DES ÉTUDIANTS DÉCLARENT PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ET/OU SPORTIVE**

1. Dans le cadre d'une pratique libre **73%**
2. Dans le cadre d'une pratique encadrée **36%**
3. Au sein de l'enseignement supérieur (loisirs / ASEUS / études) **35%**

### Comportements sédentaires



En moyenne, étudiants déclarent passer **8h par jour** pendant les jours de cours et **7h par jour** pendant les jours de repos



les étudiants ont indiqué passer en moyenne **6,45h par jour** devant un écran

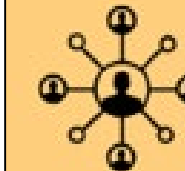
### Perception de soi



**77,7%** déclarent bien se sentir dans leur corps



**72,6%** considèrent avoir une bonne condition physique



**78,0%** sont satisfaits de leur relations sociales



**59,1%** disent avoir une bonne concentration



**71,5%** indiquent avoir une alimentation équilibrée

### En revanche

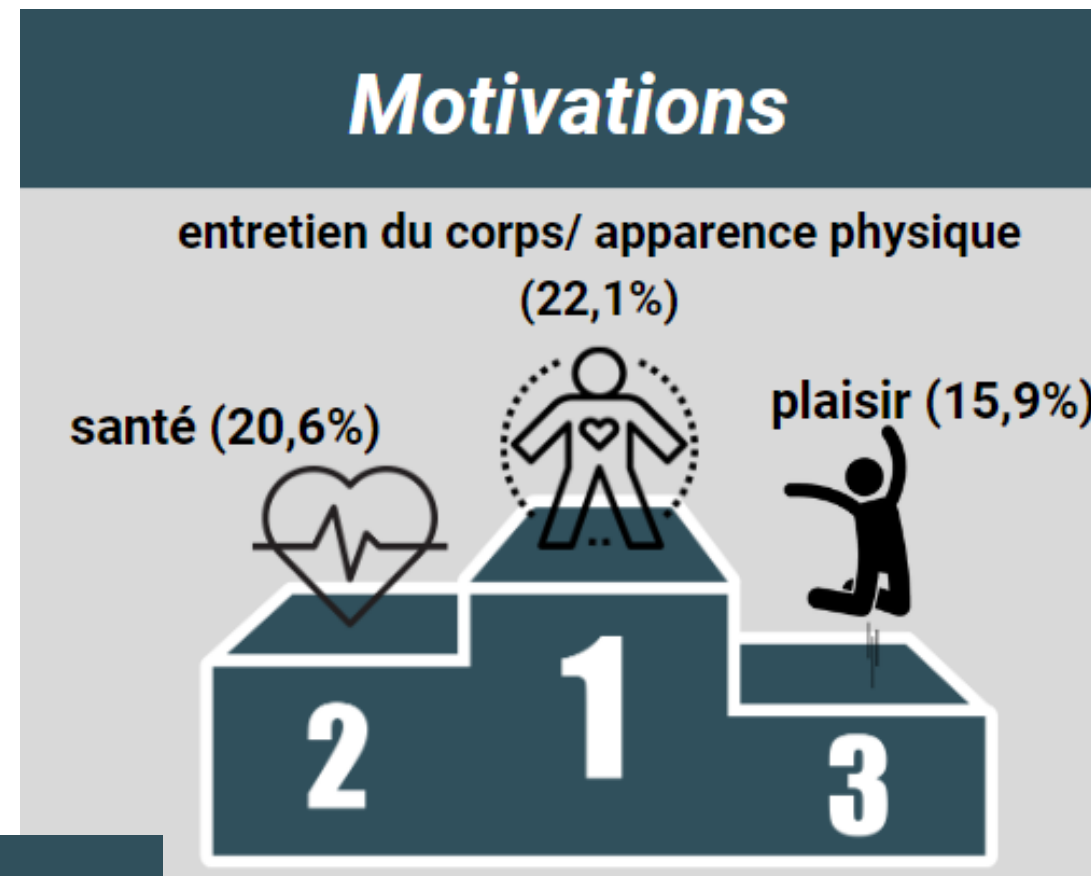


**Plus de la moitié** déclare mal dormir (**53,0%**)

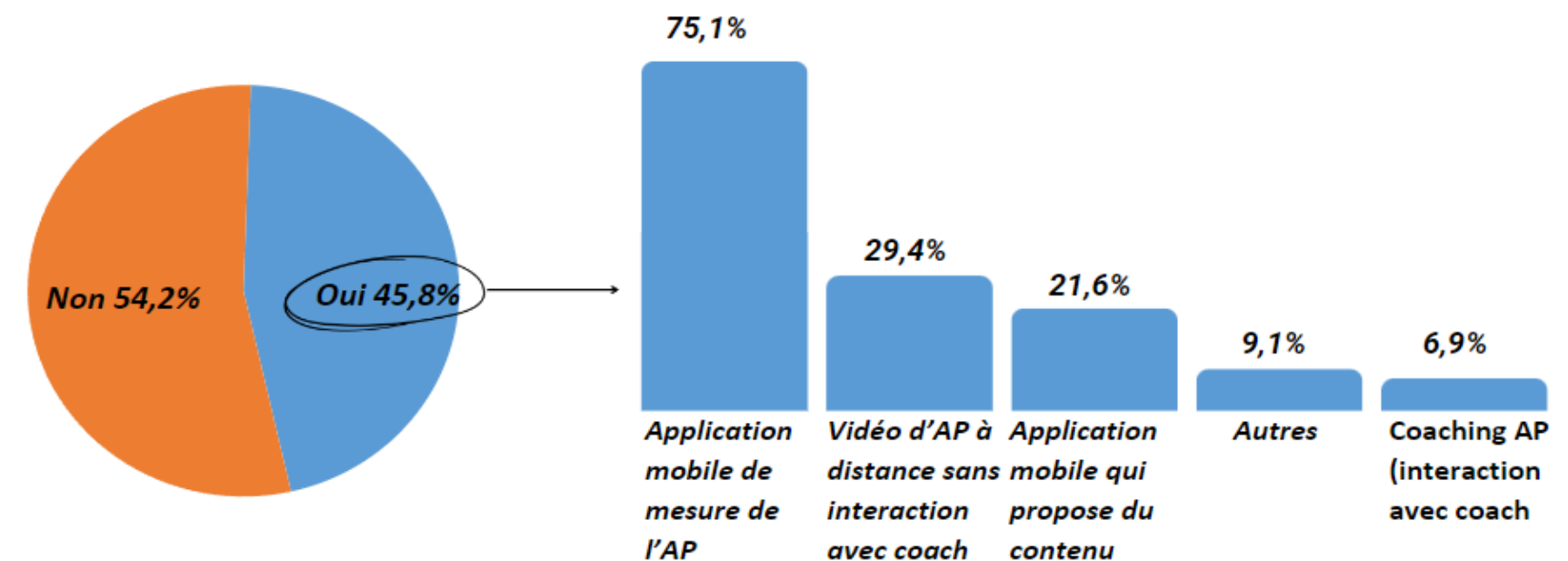


**Plus de la moitié** déclare être stressée (**63,5%**)

## RÉSULTATS GÉNÉRAUX



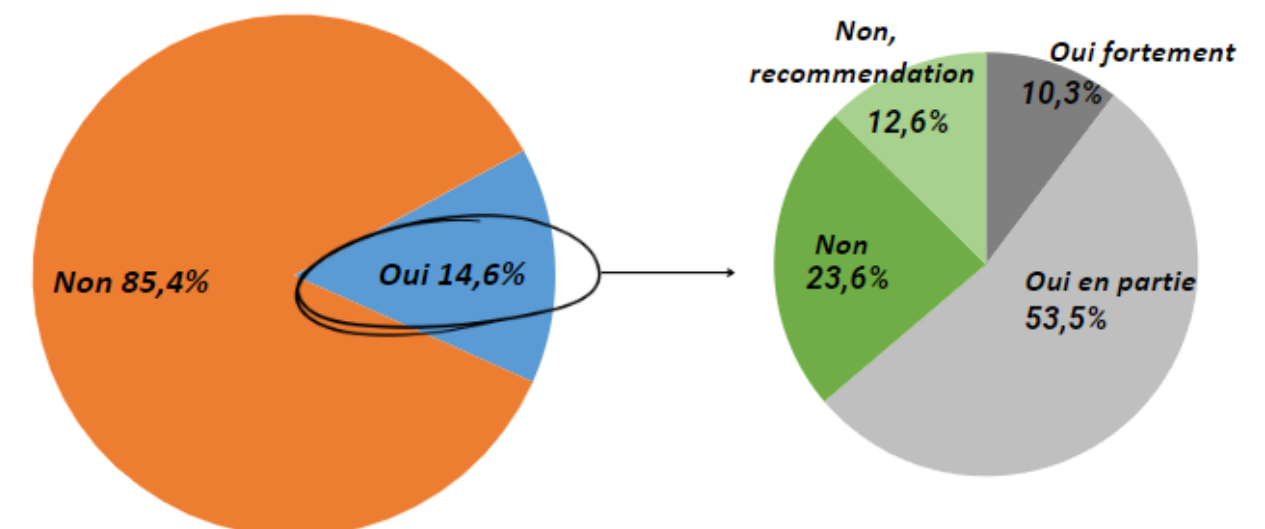
### Utilisation d'un ou plusieurs outils numérique



### Freins à la pratiques

1. Manque de temps (47,4%)
2. Manque de motivation/la fatigue (17,0%)
3. Les horaires des activités/lieux de pratique proposés ne vous conviennent pas (8,5%).

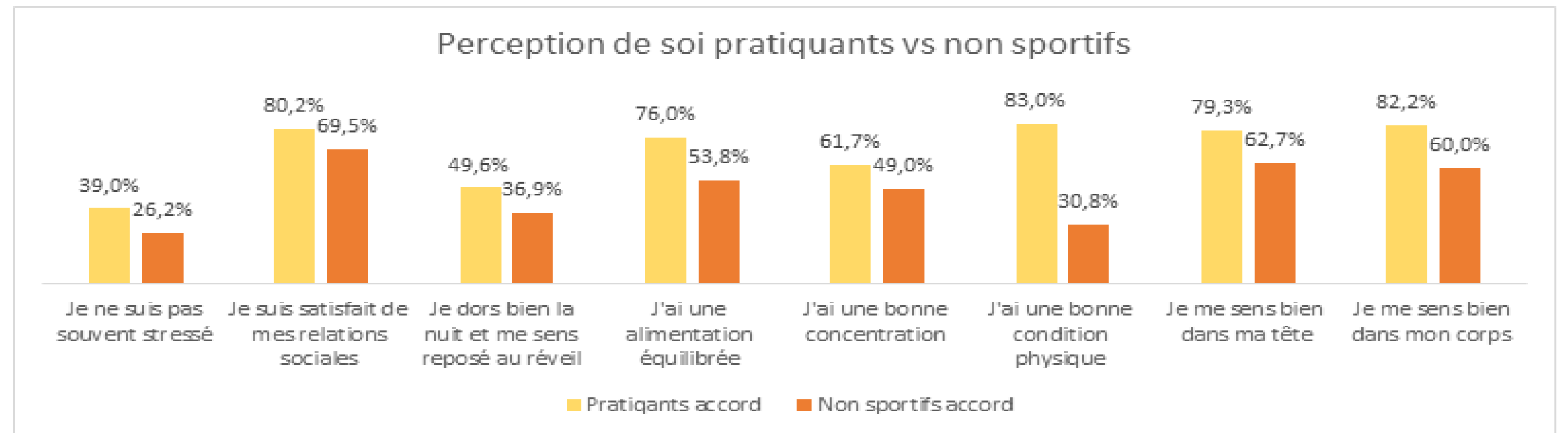
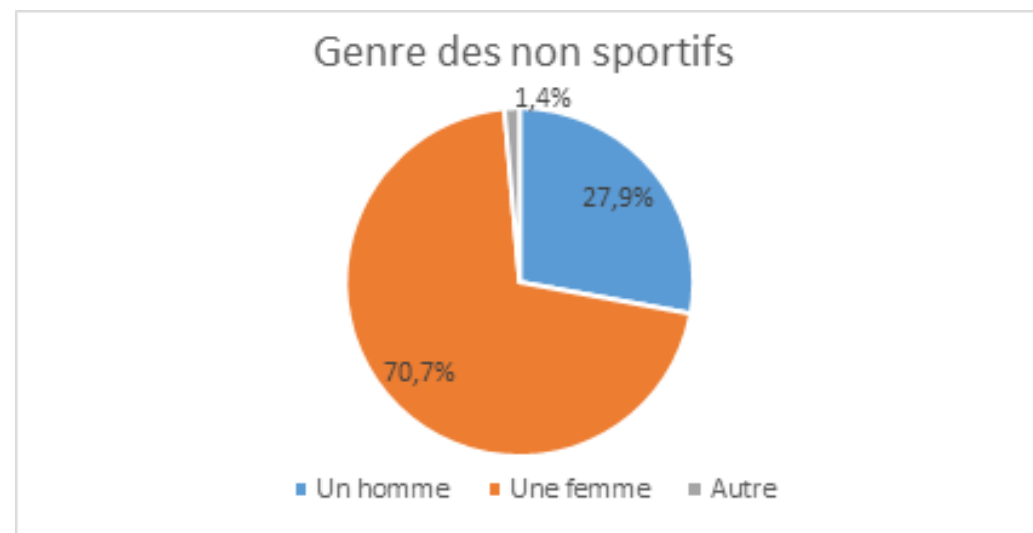
### Limite dans la pratique sportive en cas de problème de santé durable



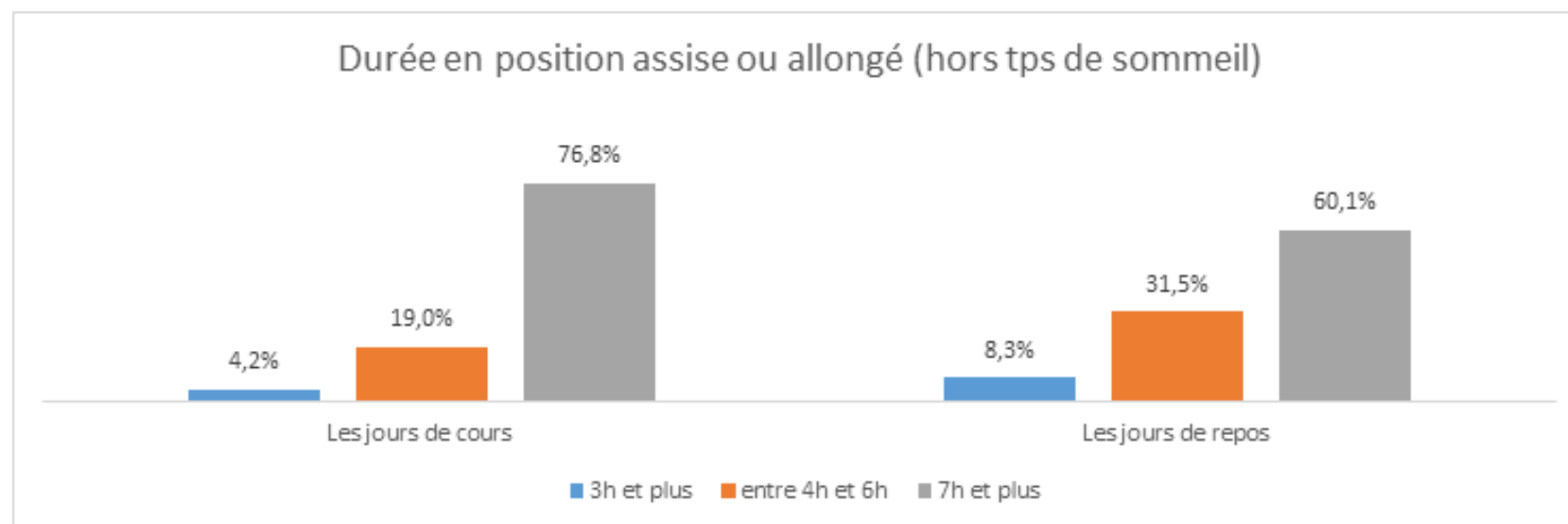


# PROFIL SPÉCIFIQUE : NON-SPORTIFS

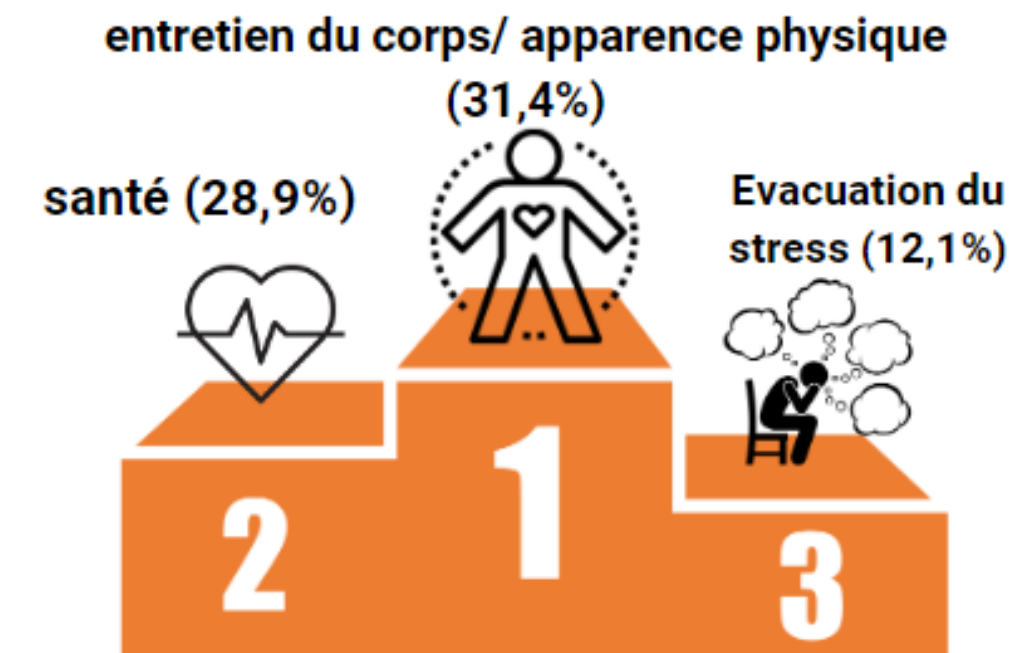
## Profil



## Sédentarité

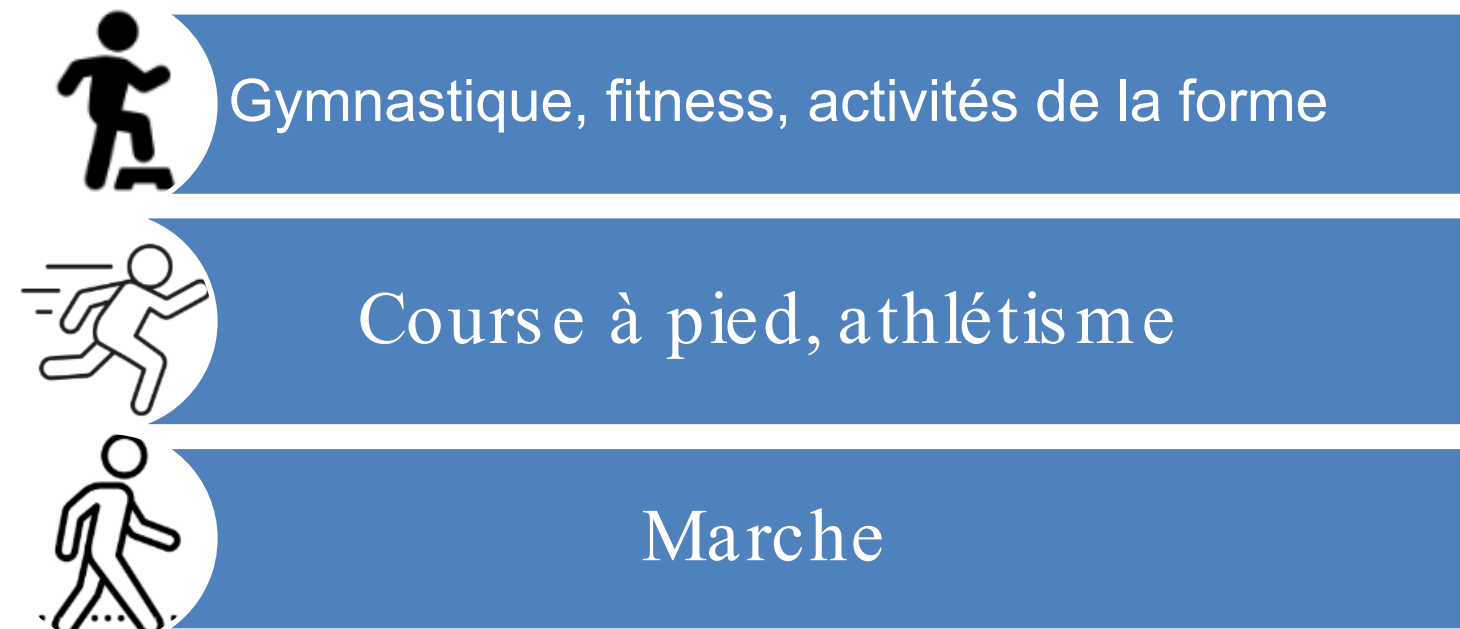


## Motivations

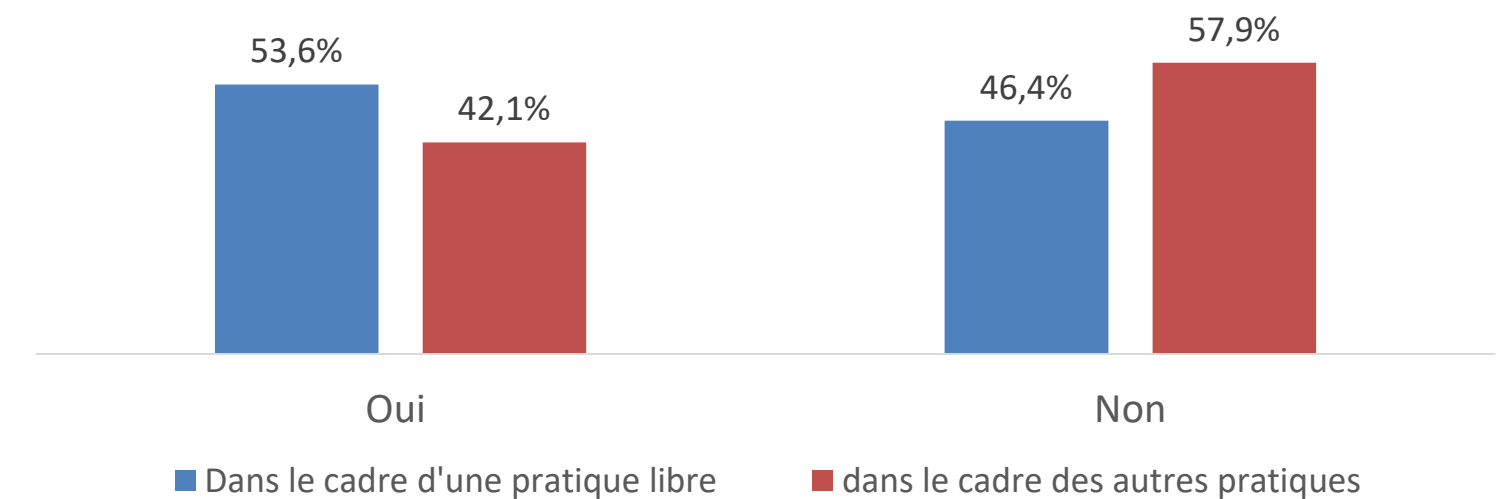


## PROFIL SPÉCIFIQUE : PRATIQUE LIBRE

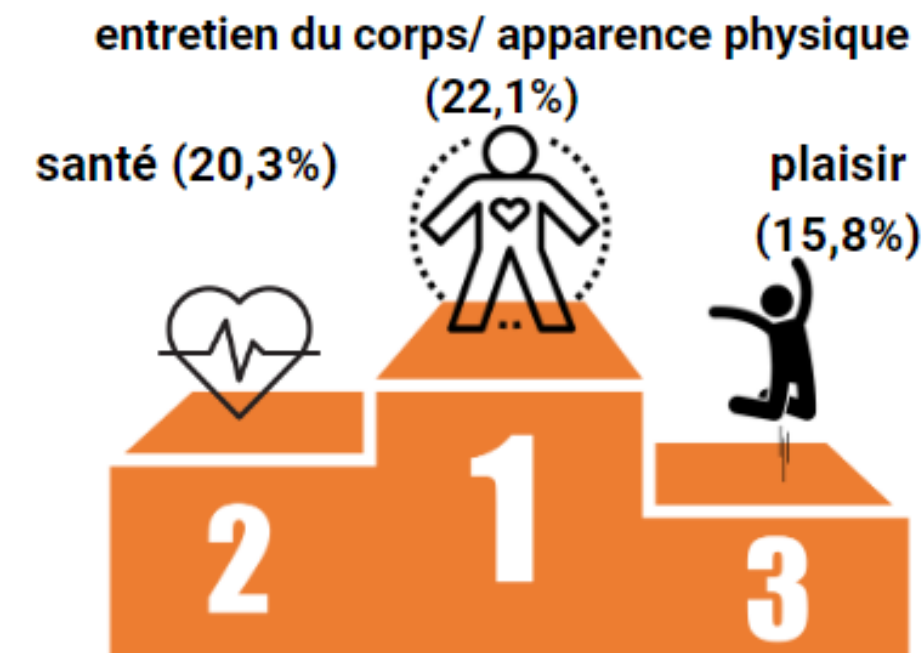
### Types d'activité en pratique libre



### Utilisation d'applications numériques

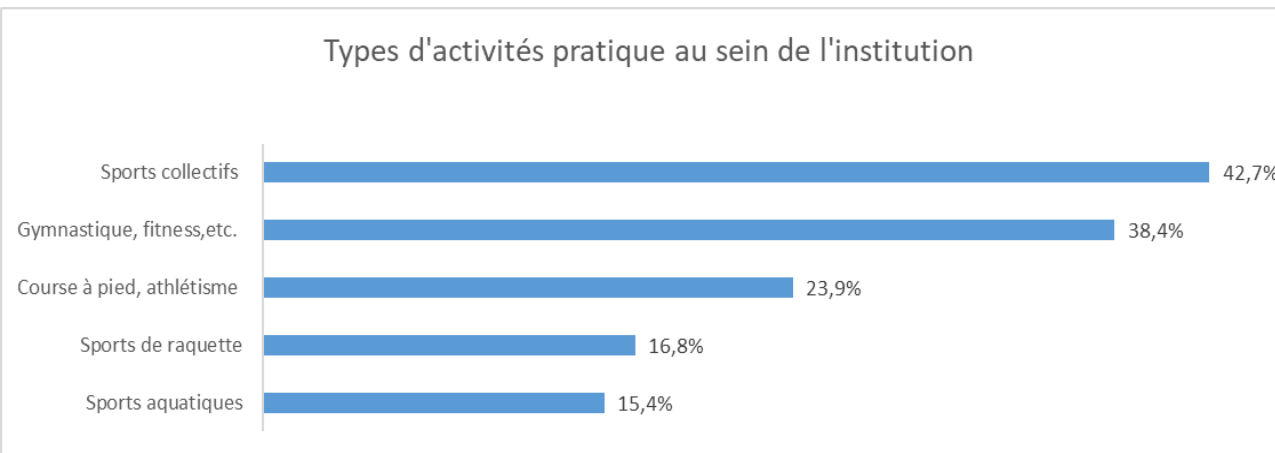


### Pratiquants libres

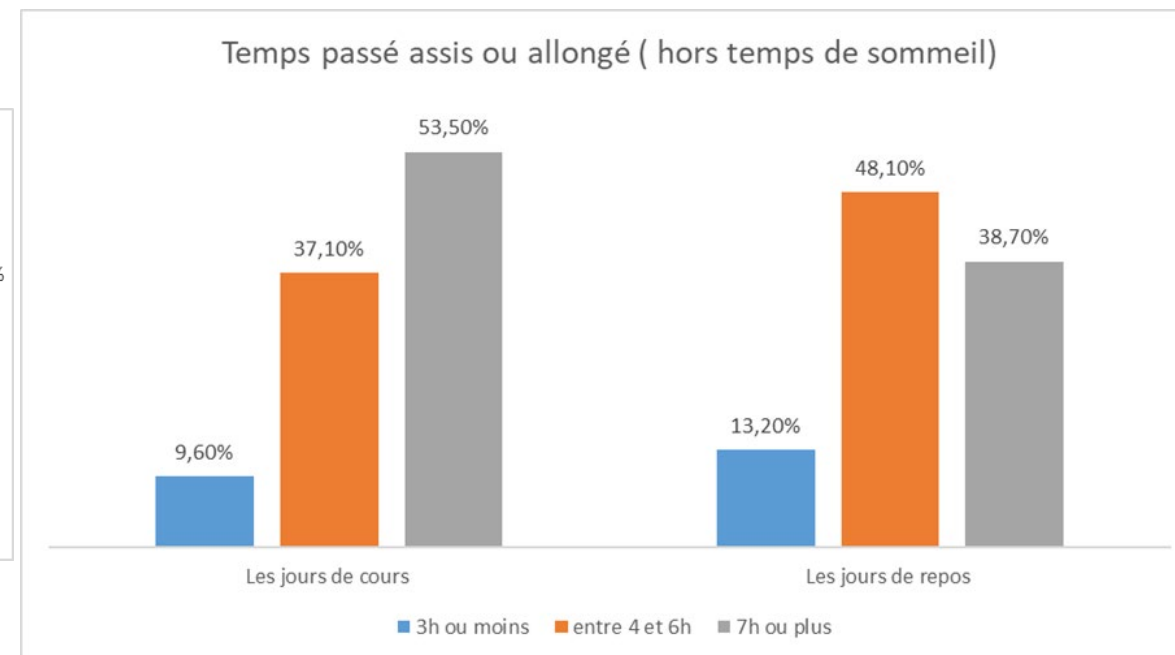


# PROFILS SPÉCIFIQUES

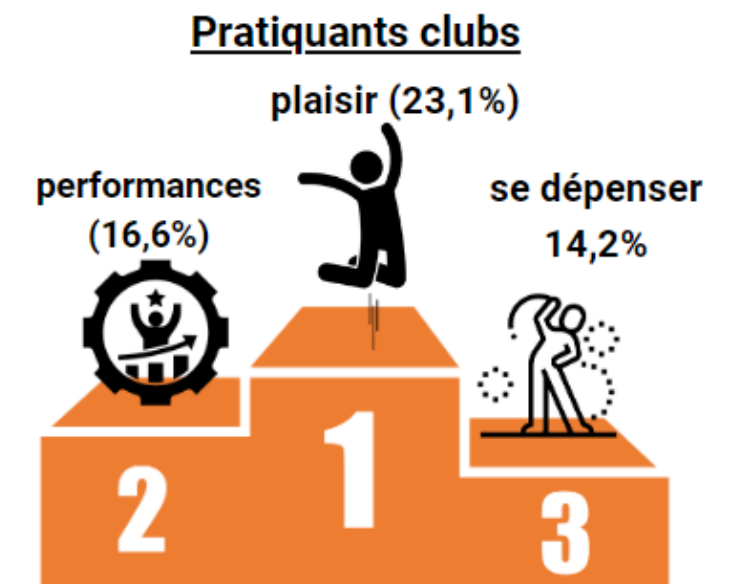
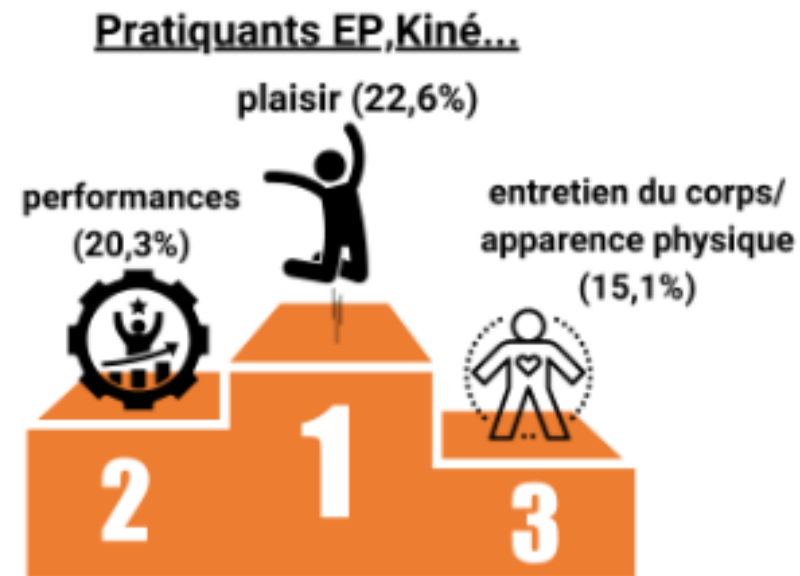
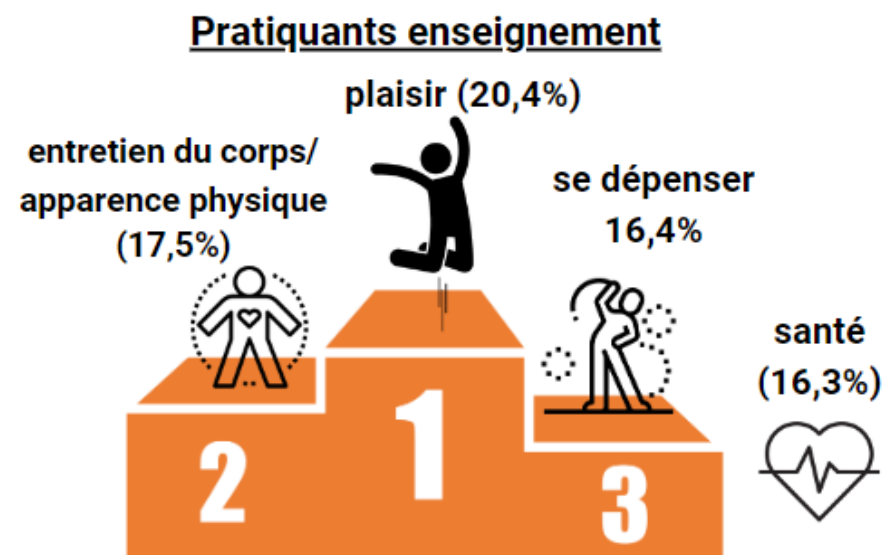
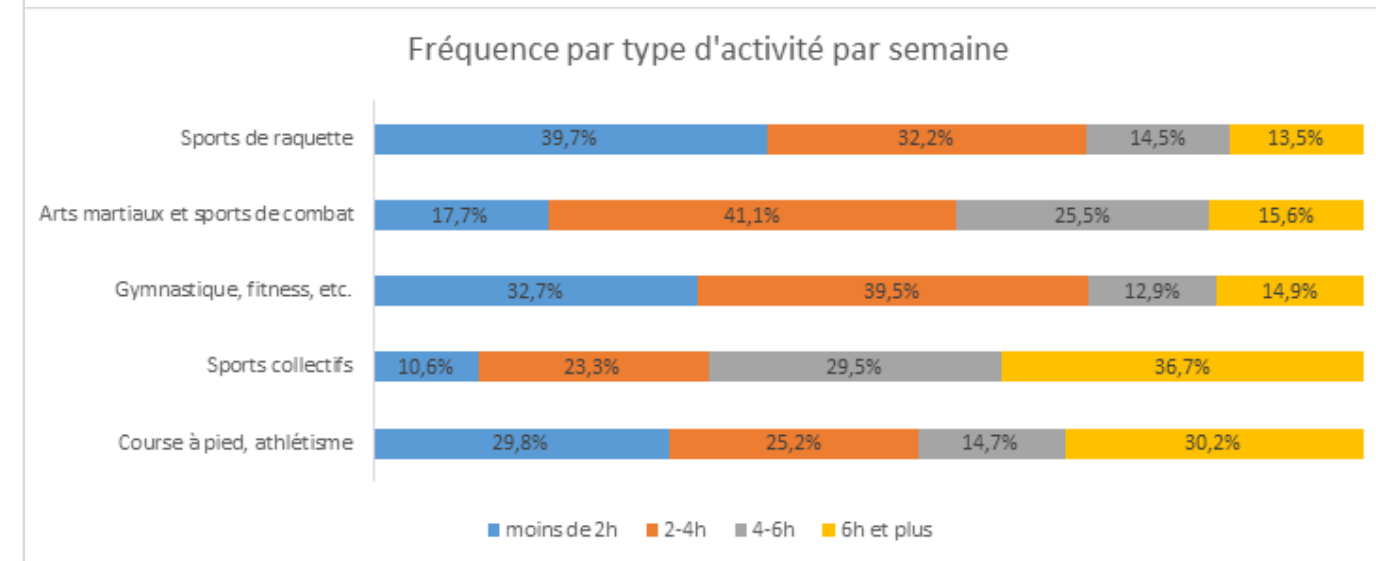
## Pratiquants via les institutions



## Pratiquants via les études



## Pratiquants clubs



# CONCLUSION

Une problématique : la sédentarité



Des solutions





MERCI!

Le rapport sera bientôt disponible sur : [sport-adepts.be](http://sport-adepts.be)

[christel.jaumouille@cfwb.be](mailto:christel.jaumouille@cfwb.be)

[basile.ryelandt@cfwb.be](mailto:basile.ryelandt@cfwb.be)