Loisirs intramuros ReLANCER
Trousse d'outils à l'intention des responsables

Pour les jeunes par les jeunes : une approche axée sur l'activité physique et les programmes sportifs

PHE·EPS Canada

relancer verbe

recommencer quelque chose : rafraîchir, prendre un nouveau départ ou créer une nouvelle version

Dictionnaire Merriam-Webster

Table des matières

01 Introduction

04 ReLANCER : une approche en 9 étapes

28 Conclusion

29 Références

30 Annexes

- 30 Annexe A - Exemple de sondage préprogramme
- 33 Annexe B - Exemple de questions d'entrevue préprogramme
- 34 Annexe C - Exemple d'invitation aux éventuels participants
- 35 Annexe D - Exemple de lettre aux parents/tuteurs
- 36 Annexe E - Exemple d'horaire de programme Design Studio
- 38 Annexe F - Exemple de sondage post-programme
- 41 Annexe G - Exemple de questions d'entrevue post-programme

Remerciements

Fondé en 1933, Éducation physique et santé Canada (EPS Canada) est un organisme national sans but lucratif dont la vision consiste à garantir que tous les enfants et les jeunes du Canada mènent une vie saine et active sur le plan physique. EPS Canada est pleinement engagé à améliorer la qualité de vie de tous les enfants et les jeunes en favorisant des initiatives qui encouragent leur participation accrue à l'activité physique.

EPS Canada tient à souligner la gracieuse participation des nombreux individus, groupes et organismes qui ont participé au développement de cette initiative.

Équipe de projet
Tricia Zakaria, Directrice des programmes et éducation, EPS Canada
Kelsey Fahie, Adjointe aux programmes, EPS Canada
Fei Wu, Coordonnatrice des communications et événements, EPS Canada

Réviseure
Kathleen Whitfield Fletcher, Words Write

Canada

EPS CANADA TIENT À SOULIGNER LE GÉNÉREUX APPUI FINANCIER DU GOUVERNEMENT DU CANADA PAR L'INTERMÉDIAIRE DU MINISTÈRE DU PATRIMOINE CANADIEN (SPORT CANADA).

PHE·EPS Canada

2451 prom. Riverside, Ottawa, ON, K1H 7X7
Téléphone : (613) 523-1348
info@eps-canada.ca | www.eps-canada.ca

Loisirs intramuros ReLANCER. Pour les jeunes par les jeunes : une approche axée sur l'activité physique et les programmes sportifs.
ISBN : 978-1-927818-67-1

©2019 Éducation physique et santé Canada. Tous droits réservés. Aucune partie de ce programme ne peut être reproduite, stockée dans un système de recherche documentaire ou transmise sous quelque forme que ce soit ou par quelque moyen que ce soit, notamment par voie électronique ou mécanique, sans l'autorisation écrite préalable d'EPS Canada.

Introduction

La *Trousse d'outils* sur les loisirs intramuros ReLANCER à *l'intention des responsables* propose aux responsables une nouvelle façon d'offrir des programmes axés sur le sport et sur l'activité physique—en engageant la participation des jeunes dans le processus de planification, de conception et de mise en œuvre.

Les bienfaits de l'activité physique régulière au niveau du développement et de la santé des enfants et des jeunes sont bien documentés. Les enfants et les jeunes qui sont régulièrement actifs physiquement ont aussi plus tendance à maintenir cette bonne habitude à l'âge adulte (Castelli et Beighle, 2007) et sont aussi moins vulnérables à de nombreux effets de santé néfastes (Young et coll., 2007). Par contre, nombre d'études ont conclu que la participation des jeunes à l'activité physique est en déclin et que moins de 40 % des enfants de 3 à 17 ans satisfont aux recommandations de 60 minutes quotidiennes d'activité physique modérée à vigoureuse (APMV) (ParticipACTION, 2018).

Les taux d'activité physique diminuent également à mesure que les enfants vieillissent et chutent radicalement à l'adolescence (Statistique Canada, 2019), les filles (Owen et coll., 2017) et les enfants de milieu à faible statut économique (FSE) (Dudley et coll., 2017) étaient moins actifs en raison de nombreux obstacles à la participation. Puisque l'activité physique en milieu scolaire constitue une importante occasion de contrer ces obstacles, EPS Canada a mis au point l'approche des Loisirs intramuros ReLANCER pour encourager les jeunes dont le taux de participation au sport et à l'activité physique est faible comparativement

à celui de leurs pairs.

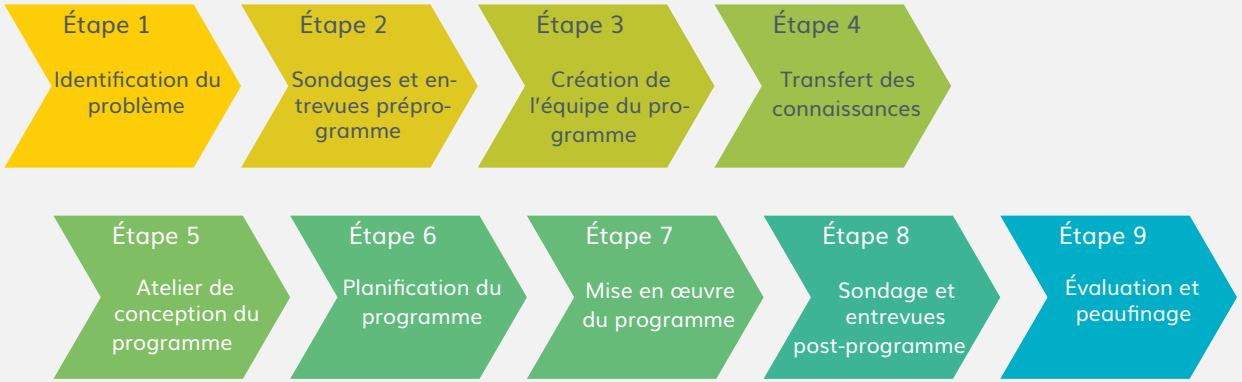
L'approche ReLANCER est fondée sur un modèle *pour les jeunes par les jeunes*. Les étudiants préadolescents et adolescents se réunissent pour concevoir ensemble et mettre en œuvre un programme qui répond aux besoins et intérêts uniques d'élèves qui ne participent pas aux activités physiques offertes à l'école. Dans presque tous les contextes, l'engagement des participants au niveau de la planification et de la mise en œuvre du travail est essentiel à la réussite. L'engagement des participants à l'étape d'élaboration peut leur permettre de vivre des expériences d'activité physique hautement valables (Enright et O'Sullivan, 2010). De plus, les pratiques d'engagement des jeunes reconnaissent le droit des enfants et des jeunes de participer aux décisions qui ont des répercussions sur eux et les nombreuses habilités et forces qu'ils investissent. Elles positionnent les jeunes comme de précieux intervenants dans la création de politiques, de programmes et d'environnements efficaces (Consortium conjoint sur la santé en milieu scolaire pancanadien, 2018).

Les Loisirs intramuros ReLANCER reconnaissent la puissance de l'engagement des jeunes et son aptitude à accroitre les taux de participation. L'engagement des jeunes se définit par la participation soutenue et significative d'un jeune à une activité axée sur quelque chose d'extérieur à soi (CCSMS, 2018). Ancrée dans les principes d'équité, d'inclusion et de droit au jeu, l'approche appuie toutes les écoles et tous les groupes d'étudiants.

1st Time
Play

ReLANCER : une approche en 9 étapes

ReLANCER est une approche axée sur l'engagement des jeunes qui propose 9 étapes pour concevoir, planifier et instaurer un programme, Chacune des 9 étapes décrites ci-dessous et dans les pages subséquentes fournit plus de détails sur chacune.



Avant de vous lancer dans l'approche des loisirs intramuros ReLANCER, assurez-vous de respecter le protocole établi en obtenant l'autorisation de la direction de votre école.

Songez à planifier l'approche ReLANCER de manière à ce qu'elle se fasse au cours de l'année d'école, partant du début de l'année scolaire et prenant fin vers la fin de l'année scolaire. Ceci vous donnera suffisamment de temps pour instaurer le programme et pour maximiser la participation. Voici un exemple de calendrier de mise en œuvre pour l'approche ReLANCER.

Septembre	1 mois	1. Identification du problème
Octobre	1 mois	2. Sondages et entrevues préprogramme
Novembre	2-3 semaines	3. Création de l'équipe du programme
Novembre	2 heures	4. Transfert des connaissances
Novembre	1-2 jours	5. Atelier de conception du programme
Décembre-janvier	2–4 semaines	6. Planification du programme
Janvier-juin	3-6 mois	7. Mise en œuvre du programme
Mai	1 mois	8. Sondage et entrevues post-programme
Mai-juin	1 mois	9. Évaluation et peaufinage

Conseil

Demandez à d'autres enseignantes et enseignants d'identifier le problème. Le point de vue des autres a de l'importance et vous aidera à décider quel problème vous voulez régler à votre école.

Étape 1 : Identification du problème

Temps de réalisation	1 mois
Matériel	aucun

Détails

Identifiez le problème qui vous voulez régler relativement à la faible participation aux loisirs intramuros à votre école. Ceci peut s'avérer difficile à faire au début de l'année scolaire, mais vous pourriez examiner les taux de participation des années antérieures.

Questions pour aider à identifier le problème

- Le nombre de programmes intramuros offerts est-il suffisant?
- Les étudiants plus âgés participent-ils plus ou moins que les élèves plus jeunes?
- Y a-t-il des groupes d'élèves qui ne participent pas du tout?
- Les activités intéressent-elles les élèves?
- L'environnement est-il favorable et inclusif pour tous les élèves?
- Les taux de participation sont-ils faibles, en général?

Le problème spécifique sera unique à chaque école et peut changer d'une année à l'autre au sein de la même école. Ne commencez pas à vous attaquer au problème ou à trouver des solutions à cette étape-ci. Identifiez simplement le problème d'inactivité physique que vous voulez régler au niveau des programmes de loisirs intramuros.

Conseil

Beaucoup d'outils de sondage en ligne offrent des comptes gratuits, mais ont une limite de 100 réponses. Assurez-vous d'examiner la situation avant de produire votre sondage en ligne.

Étape 2 : Sondage et entrevues préprogramme

Temps de réalisation 1 mois

Remarque : Obtenez les autorisations requises pour mener un sondage ou des entrevues auprès des élèves, conformément aux règlements et lois de votre conseil scolaire, province ou territoire.

Matériel

- copies papier du sondage et stylos ou outil de sondage en ligne (p. ex., Survey Monkey, Qualtrics)
- outil d'enregistrement et calepin pour les entrevues

Détails

Produisez et distribuez un sondage préprogramme demandant aux élèves de faire part de leur motivation, de leur participation et de leurs intentions de participer à des activités sportives et physiques pendant la récréation/pause du midi à l'école. Vous pouvez aussi leur demander s'ils aimeraient des activités avant et après les heures de classe si vous songez à offrir des programmes à ces moments-là. L'annexe A fournit des exemples de questions de sondage préprogramme.

Vous pouvez aussi procéder à des entrevues préprogramme avec les élèves pour obtenir plus de renseignements sur leurs expériences au niveau de l'activité ^physique et du sport. Les entrevues ne devraient pas durer plus de 30 minutes. L'annexe B fournit des exemples de questions d'entrevue.

Donnez assez de temps aux élèves pour répondre au sondage et participer aux entrevues. Analysez les réponses et comparez les résultats au problème que vous avez identifié. Songez à réévaluer le problème que vous avez identifié avant de procéder à l'Étape 3 si les réponses ne le justifient pas.

Étape 3 : Création de l'équipe de programme

Temps de réalisation 2–3 semaines

Matériel lettre ou courriel d'invitation

Détails

Élaborez une approche de communication pour atteindre les élèves et les informer des loisirs intramuros ReLANCER. Présentez la communication d'une façon qui plaît aux élèves et qui les encourage à venir faire entendre leur voix. Le message devrait préciser qu'ils seront partie intégrante du processus décisionnel concernant les loisirs intramuros à l'école. Le but consiste à réunir 10 à 15 élèves pour former une équipe de programme et pour participer au processus d'élaboration, de planification et de mise en œuvre de ReLANCER à l'intention des pairs de leur école. L'annexe C fournit un exemple d'invitation que vous pouvez utiliser avec vos élèves.

Conseil

Réfléchissez aux façons uniques qui s'offrent de communiquer le message aux élèves. Songez à recourir aux médias sociaux qu'ils utilisent habituellement (Twitter, Facebook, etc.) ou à d'autres formes de communication qui les intéressent plutôt qu'à des modes de communication traditionnels de communication aux élèves (annonces, affiches).

Étape 4 : Transfert des connaissances

Conseil

Commencez la réunion avec une activité casse-glace pour que les élèves apprennent à mieux se connaître, ou avec une activité amusante qui aidera à resserrer les liens entre les membres de l'équipe.

Temps de réalisation 2 heures

Matériel copie des réponses de sondage sans aucun renseignement personnel (p. ex., noms et adresses de courriel enlevés)

Détails

Réunissez les membres de l'équipe pour la première fois. Il importe de donner le ton à la réunion en créant un climat chaleureux et accueillant avant donner un aperçu du programme. Dites aux membres de l'équipe que c'est une bonne occasion de faire valoir leur voix et d'apporter de réels changements au niveau de l'école. L'équipe doit comprendre que vous êtes là pour l'appuyer, mais que les élèves sont les vrais responsables du programme. Ils doivent s'entraider et comprendre les habiletés qu'ils amélioreront en raison de leur participation. Dans le cas des élèves plus âgés, il est aussi bon de préciser qu'ils peuvent mentionner leur participation dans leur CV pour illustre leur engagement communautaire et leur expérience bénévole.

Partagez les résultats du sondage avec les membres de l'équipe du programme pour qu'ils puissent en prendre connaissance et les analyser, discutez des tendances et parlez du problème identifié. Vous ne devriez pas discuter des éventuelles étapes pour régler le problème dans le cadre de cette réunion. Assurez-vous toutefois d'expliquer les prochaines étapes du programme.

Considérez cette réunion comme une introduction pour partager le calendrier, les objectifs et les détails de l'initiative. Le groupe devrait quitter la réunion avec plus de connaissances sur les taux d'inactivité physique à l'école et se sentir habileté et prêt à se lancer dans le projet.

Étape 5 : Atelier de conception du programme

Conseil

Même s'il importe de promouvoir les bienfaits intrinsèques du programme (être en meilleure santé, se faire des amis, etc.), songez à offrir à l'équipe du programme des vêtements (p. ex., tee-shirt, chapeau) pour favoriser le sentiment d'appartenance et l'uniformité au sein du groupe de participants.

Temps de réalisation

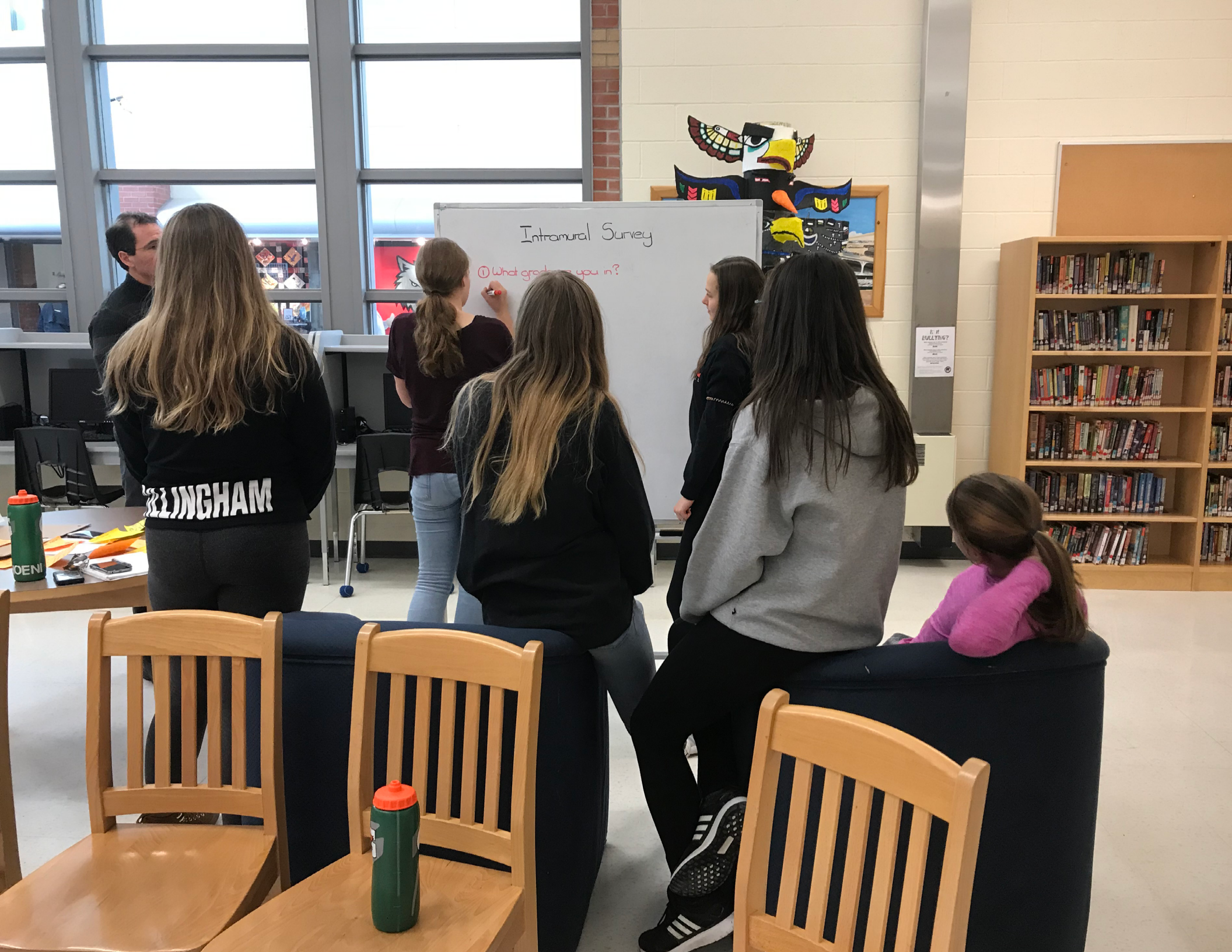
1–2 jours

Matériel

- feuille de papier graphique
- notes adhésives
- marqueurs
- porte-nom
- projecteur, écran
- présentation PowerPoint

Détails

L'atelier de conception du programme constitue une dynamique composante de l'approche axée sur les loisirs intramuros ReLANCER. Les principes de mobilisation des jeunes sont utilisés et les membres de l'équipe du programme en deviennent les véritables responsables.


Intramural Survey
① What grad
you in?
BULLYING?

Planification de l'atelier

Voici comment planifier en prévision de l'atelier :

- Informez la direction de votre école de la tenue de l'atelier et décidez s'il durera un ou deux jours.
- Obtenez la permission des parents/tuteurs, si nécessaire, afin que les élèves puissent participer à l'atelier pendant les heures de classe. L'annexe D fournit un exemple de lettre de permission.
- Réservez une salle de classe inutilisée, un lieu d'apprentissage ou une autre aire privée de l'école où tenir l'atelier.
- Créez un horaire détaillé pour l'atelier. L'annexe E fournit un exemple d'horaire pour un atelier d'un jour.
- Songez à produire une présentation PowerPoint pour fournir un guide visuel tout au long de l'atelier. Pour un exemple PowerPoint, *cliquez ici*.
- Prenez le temps de comprendre et de devenir à l'aise avec Design Studio, l'approche conceptuelle que vous allez utiliser. Il peut paraître encombrant d'apprendre un autre outil d'apprentissage, mais Design Studio est facile à instaurer!

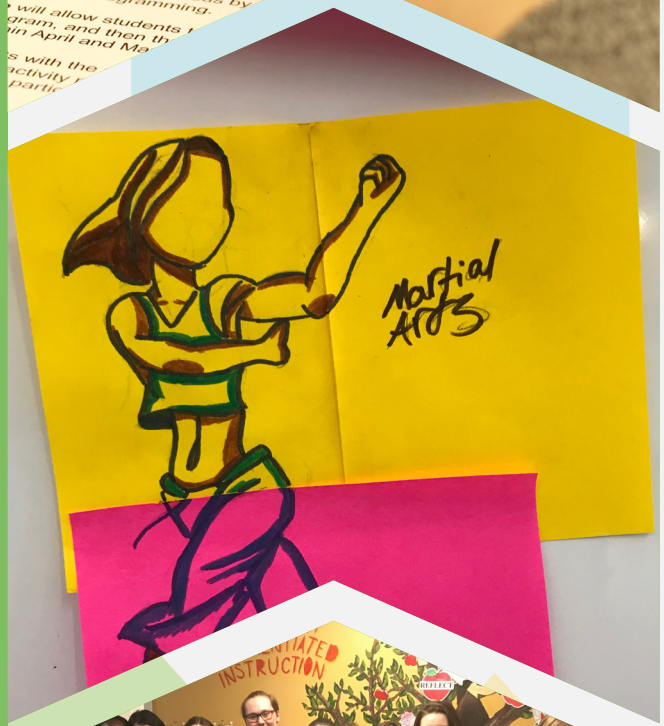
Visitez *Introduction to Design Studios* d'Amy Ogrin (2016) pour en apprendre plus sur cette méthodologie rapide et répétitive qui met l'accent sur la génération d'idées, les rétroactions constructives et les prises de décisions collaboratives.

À mesure que vous préparez l'atelier, gardez en tête ce qui suit :

- Un atelier de deux jours vous donne plus de temps pour planifier le programme comparativement à un atelier d'un jour où les élèves devront avoir des réunions régulières pour terminer entièrement l'étape de planification du programme.
- Commencez l'atelier avec une activité casse-glace ou prévoyez plusieurs activités casse-glace tout au long de l'atelier. Il est très important que les membres de l'équipe du programme apprennent à bien se connaître et se sentent à l'aise les uns avec les autres.
- Continue to share the message that the members of the program team are the knowledge holders. They know and understand the problem and are able to share reasons for the problem or barriers to solving it.
- Si possible, offrez aux participants des collations et le repas du midi pour encourager le groupe à rester ensemble et pour remercier les membres de leur temps et de leur participation.

Activité de casse-tête

Si possible, faites des recherches préalables sur le problème identifié pour déterminer en quoi il se rapporte au sondage mené auprès des élèves de votre école, ou trouvez toute information que vous pouvez au sujet du problème identifié et comment il peut avoir des effets néfastes sur la santé globale des jeunes. La présentation de statistiques qui signifient quelque chose pour



les membres de l'équipe peut avoir un grand impact et aider à alimenter la conversation. Les participants se sentiront concernés par ces statistiques et pourraient commencer à partager leurs propres histoires.

Une excellente façon de partager ces statistiques consiste à organiser une activité de casse-tête pour aider le groupe à en apprendre davantage au sujet du problème. Suivez le processus ci-dessous pour mettre sur pied une activité de casse-tête.

1. Avant l'activité, placez des papiers, les listes de faits ou des livres sur divers aspects du problème identifié autour de la pièce.
2. Divisez les élèves dans le même nombre de groupes que le nombre de stations à travers la pièce (c.-à-d. s'il y a 4 stations, il y aura 4 groupes d'élèves).
3. À l'intérieur de ces groupes, chaque élève choisit une station différente où se rendre pour prendre connaissance de l'information fournie à cette station.
4. Après une période de temps déterminée, les élèves retournent à leur groupe d'origine.
5. À tour de rôle, chaque membre du groupe partage ce qu'i a appris. De cette façon, tous les membres du groupe se renseignent sur une variété de faits ou de statistiques ayant trait au problème identifié.

Pour obtenir plus de renseignements sur l'activité du casse-tête, allez à *The Jigsaw Method Teaching Strategy* par Jordan Catapano.

Design Studio

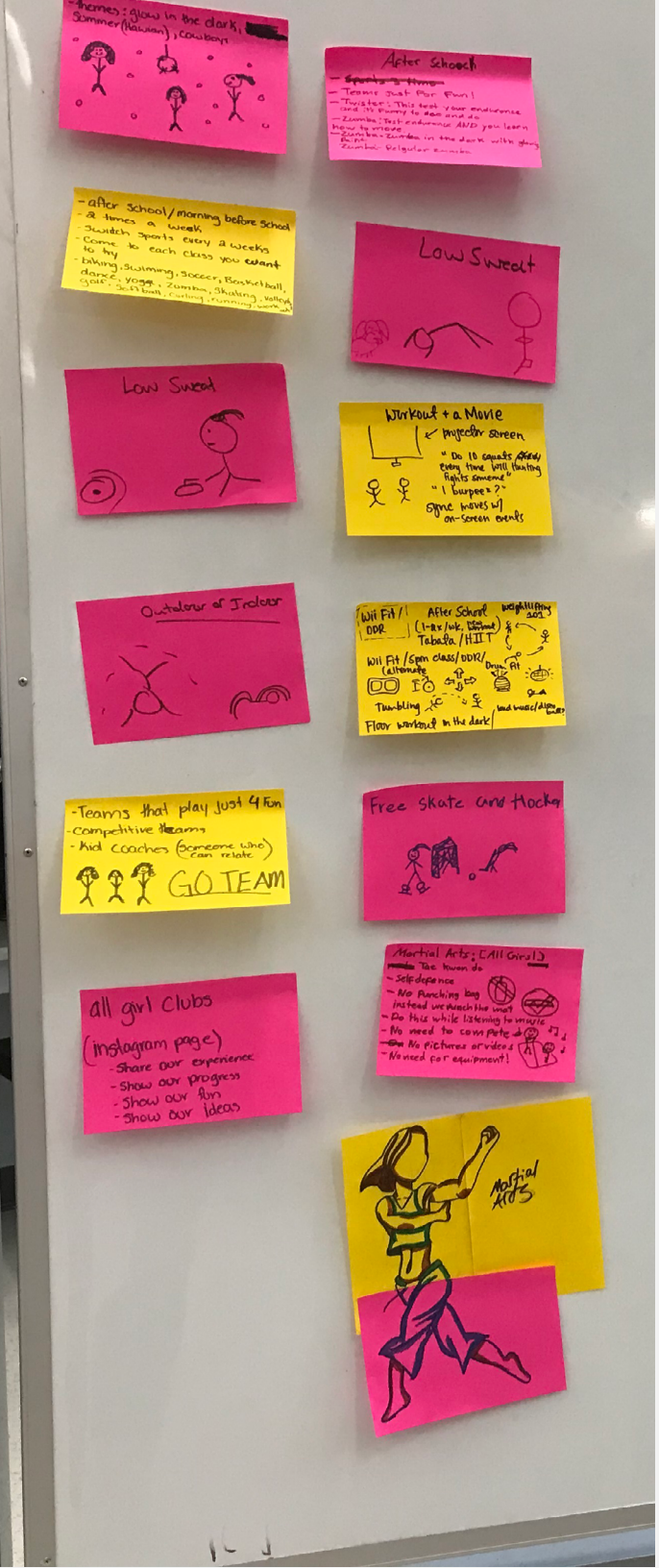
1. ***Personnages***

Au moment d'introduire l'approche Design Studio à l'équipe du programme, commencez en discutant des personnages. L'équipe du programme veut pouvoir personnifier d'autres élèves au sein de l'école pour s'assurer de planifier le programme pour le plus grand nombre possible d'élèves. Dans Design Studio, les personnages sont des personnes fictives qui vous aident à comprendre les besoins, les expériences et les comportements (Dam et Siang, 2019).

Posez les trois questions suivantes à l'équipe et discutez des personnes à personnifier :

- Qui essayez-vous d'atteindre?
- Qui existe à votre école?
- Quels comportements et quels traits présentent-ils?
- Qui le groupe peut-il personnifier?

Tandis que l'équipe participe à Design Studio et planifie le programme, rappelez aux membres qui ils personnifient afin que ceci demeure frais dans leur tête tout au long de l'atelier. Il peut être utile d'écrire ou de dessiner qui ils personnifient sur un papier graphique et de l'afficher au mur afin qu'ils puissent s'y référer tout au long de l'atelier. L'équipe peut même avoir de nouvelles idées de personnes à personnifier à mesure qu'elle évolue à travers le processus!



2. Scénarios

Les scénarios constituent les aspects du programme qui en feront un programme de loisirs intramuros de qualité.

À cette étape, divisez les élèves en groupes de 3–4 pour le processus de conception. **En grand groupe**, discutez des scénarios que vous voulez que chaque groupe examine au fil de la conception du programme. Voici quelques idées de scénarios :

- plaisir et amusement
- défis et compétences
- interactions sociales et sentiment d'appartenance.

Ensuite, **assignez à chaque groupe** aune scénario différent et encouragez-les à concevoir en fonction de ce scénario (c.-à-d. que le groupe avec le scénario « plaisir et amusement » met l'accent sur la conception d'activités qui sont amusantes et qui donnent du plaisir à tous les participants).

3. Charrettes conceptuelles

Une charrette conceptuelle est une courte réunion collaborative pendant laquelle les membres d'une équipe élaborent et dessinent rapidement des concepts pour explorer et partager une grande diversité d'idées conceptuelles (Pernice, 2013).

Avant de commencer les charrettes conceptuelles, assurez-vous que chaque groupe a de la place pour dessiner à l'écart des autres groupes. Fournissez à

chaque groupe des blocs de notes adhésives, des marqueurs et un grand papier graphique pour leurs dessins. Dites aux équipes qu'elles doivent dessiner des idées de programme. Expliquez aux élèves qui craignent de mal dessiner que tant at aussi longtemps qu'ils peuvent dessiner quelques formes, ils seront en mesure de mener à bien l'activité!

Le graphique ci-dessous vous aidera à implanter chacune des trois étapes de Design Studio. Portez attention à la durée de chaque étape.

Qu'est-ce qui se passe?

Les personnes dessinent autant d'idées qu'elles peuvent en 5 à 8 minutes.

Pourquoi?

Générer autant d'idées que possible sans prendre le temps de suranalyser.

Qu'est-ce qui se passe?

Les personnes dessinent 1 idée en 5 à 8 minutes partant des idées et critiques partagées lors de la charrette précédente.

Pourquoi?

Permet aux personnes de formuler leurs propres conclusions à partir des idées les plus

Qu'est-ce qui se passe?

Ensemble, les membres d'une équipe dessinent 1 idée en 20 à 25 minutes partant de leurs charettes précédentes.

Pourquoi?

Comprendre comment les groupes font des compromis et quand i y a consensus.

Crédit : Adam Connor, Mad*Pow

Après chaque étape, chaque membre du groupe fournit des rétroactions aux autres membres du groupe. Il importe de fixer des limites pour les rétroactions afin que chaque groupe fournisse des rétroactions positives. Voici quelques règles à suivre pour la phase de rétroactions de chaque étrape :

- Les présentateurs partagent rapidement
- Tout le monde est égal et peut critiquer
- Il faut éviter de dévier en tentant de résoudre des problèmes
- On peut poser des questions au besoin
- Il faut appuyer les autres

4. Sélection de programme

Après la phase finale des charrettes conceptuelles, réunissez les membres de l'équipe du programme pour discuter de leurs idées collaboratives. En gros groupe, parvenez à un consensus quant au programme à mettre en œuvre.

Posez les questions suivantes lorsque l'équipe choisit les activités associées au programme :

- Qu'est-ce qui vous plaît au sujet du programme?
- Est-il sécuritaire?
- Est-il inclusif?
- Est-il réaliste?
- Suscitera-t-il de l'intérêt?
- Quels sont les éventuels défis?
- Comment le mettrez-vous en œuvre?

Une fois que l'équipe a collectivement choisi le programme, commencez à discuter et à planifier la logistique du programme.

5. Logistique du programme

Pour discuter de la logistique du programme, divisez le gros groupe en petits groupes pour discuter des éléments de logistique du programme énumérés ci-dessous :

Promotion – Que ferez-vous pour promouvoir le programme? Que devez-vous mettre au point en vue de promouvoir le programme?

Détails logistiques – Quel est le nom du programme? Quand sera-t-il offert (jours/heures)? Quels types d'activités seront mises en œuvre? De quel équipement aurez-vous besoin? À quoi ressemblera l'horaire? Les participants devront-ils s'inscrire? SI, oui, comment s'inscriront-ils?

Rôles et responsabilités – Quels rôles et responsabilités devront être assumés? Qui sera responsable de la promotion/de l'horaire/de l'inscription?

Évaluation – Comment le programme sera-t-il évalué? De quoi faudra-t-il tenir compte à l'avance pour préparer l'évaluation (p. ex., élaboration d'un sondage)?

6. Cercle de partage

À la fin de l'atelier, réunissez le groupe en un cercle de partage et accordez du temps pour discuter de l'atelier et pour permettre aux membres de l'équipe du programme

de partager ce qu'ils ont appris et ce qu'ils retiennent de l'atelier. Le travail de l'équipe ne s'arrête pas ici, mais il importe de créer de la cohésion entre les membres de l'équipe et de les habiliter à poursuivre l'excellent travail qu'ils ont amorcé.

À la fin de l'atelier, l'équipe du programme devrait avoir une ébauche du programme et avoir réfléchi aux divers éléments de logistique. Il est probable que les membres de l'équipe devront se réunir de nouveau avant le lancement du programme pour s'assurer que tout est à l'ordre. Encouragez l'équipe à assigner des rôles et des responsabilités avant la fin de l'atelier et choisissez un jour et une heure pour les réunions subséquentes.

Étape 6 : Planification du programme

Temps de réalisation 2–4 semaines

Matériel

- papier pour prendre des notes et/ou papier graphique
- crayons/stylos

Détails

Les membres de l'équipe du programme se réunissent pour finalise toute question de logistique découlant de l'Étape 5. L'équipe continue de chapeauter la planification du programme, mais il est aussi important que vous examiniez les détails du programme pour garantir que tous les éléments logistiques du programme ont été pris en considération. S'il y a des aspects logistiques qui ont été oubliés, demandez à l'équipe de revoir les détails du programme pour déterminer ce qui manque au lieu de leur dire directement ce qui manque. Il importe que les élèves acquièrent les habiletés et l'autonomie requises pour élaborer le programme et pour prendre des décisions seuls.

Une fois que l'équipe du programme est prête, il est temps de lancer le programme!

Conseil

Encouragez l'équipe du programme à penser différemment à mesure qu'elle planifie le programme. Demandez aux membres de penser à de nouvelles idées pour motiver les autres élèves à participer au programme. Ceci peut exiger une réflexion stratégique et de la créativité afin que les élèves qui sont physiquement inactifs s'inscrivent au programme.

Étape 7 : Mise en œuvre du programme

Conseil

Continuez d'organiser la tenue de réunions avec l'équipe de programme pendant l'étape de mise en oeuvre du programme. Ceci donne le temps aux membres de discuter des réussites et des difficultés et de garantir l'acquittement de tous les rôles et de toutes les responsabilités.

Temps de réalisation 3–6 mois

Matériel selon le programme

Détails

C'est ce à quoi l'équipe du programme a travaillé! Mettez en œuvre le programme et assurez-vous de l'acquittement de tous les rôles et de toutes les responsabilités. Accordez suffisamment de temps afin que le programme se poursuive tout au long de l'année scolaire. Si le taux de participation est faible, réexaminez la promotion et la logistique du programme et réfléchissent à comment inciter d'autres élèves à participer.

Voici une liste de programmes et d'activités populaires qui ont été mis en œuvre à l'aide de l'approche ReLANCER et qui diffèrent des programmes intramuros traditionnels :

- DrumFIT
- GlowSport
- Arts martiaux
- Vélo récréatif
- Jeux d'antan (poursuite, saut à la corde, quatre coins, etc.)
- Haltérophilie
- Yoga
- Zumba

Vers la fin de l'étape de mise en œuvre du programme, l'équipe du programme procédera à une évaluation du programme, comme décidé lors de l'atelier. Il est à noter que cette évaluation diffère du sondage post-programme puisqu'elle porte spécifiquement sur le plaisir associé aux activités offertes dans le cadre du programme plutôt que sur l'activité physique en général. L'équipe du programme termine l'évaluation dans le cadre de cette étape, mais se réunira pour discuter des résultats de l'évaluation à l'Étape 9.

Étape 8 : Sondage ou entrevues post-programme

Conseil

Des mois s'écouleront entre le premier sondage et le deuxième sondage. Pour encourager les élèves à participer au sondage post-programme et leur rappeler le premier sondage, songez à installer une table avec des collations saines et à leur demander de participer au sondage à ce moment-là.

Temps de réalisation 1 mois

Matériel

- copies papier du sondage et stylos ou outils de sondage en ligne (Survey Monkey, Qualtrics, etc.)
- outil d'enregistrement et carnet de notes pour les entrevues

Détails

Mettez au point un sondage post-programme et distribuez-le aux élèves qui ont participé au sondage préprogramme de l'Étape 2. L'Annexe F fournit des exemples de questions de sondage.

Vous pouvez aussi demander aux élèves qui ont participé au sondage et au programme intramuros de participer à une entrevue post-programme pour fournir des renseignements plus détaillés sur leurs sentiments à l'égard de l'activité physique. Ces entrevues ne devraient pas durer plus de 30 minutes. L'Annexe G fournit des exemples de questions pour l'entrevue post-programme.

Après avoir alloué assez de temps pour permettra aux .élèves de participer au sondage ou après la fin des entrevues, analysez les réponses au sondage et aux entrevues et comparez-les aux données des Étapes 2 et 8. Produisez un rapport sur les résultats du sondage et partagez-le avec l'équipe du programme.

Étape 9 : Évaluation et peaufinage

Conseil

Au moment de discuter des résultats du programme, demandez à l'équipe du programme de produire une liste de pour et de contre pour faire la distinction entre ce qui a bien fonctionné et ce qu'il faudrait améliorer. Ce visuel peut aider l'équipe à analyser le programme et à déterminer quoi faire pour le peaufiner à l'avenir.

Temps de réalisation

1 mois

Matériel

- rapport de sondage
- formulaire d'évaluation de programme des participants
- crayons/stylos
- papier pour prendre des notes et/ou papier graphique

Détails

Partagez les résultats du sondage post-programme et des entrevues avec l'équipe du programme et lancez une discussion sur les résultats du programme. L'équipe peut aussi présenter les résultats de l'évaluation menée auprès des participants au programme.

Voici des idées de questions à poser à l'équipe du programme concernant les résultats de l'évaluation, du sondage et des entrevues :

- Est-ce que plus d'élèves ont été physiquement actifs en raison du programme?
- Les élèves ont-ils aimé le programme?
- Qu'elle est la partie du programme que les participants ont le plus aimée? La partie qu'ils ont le moins aimée?
- Les élèves se sont-ils faits de nouveaux amis?
- Les participants ont-ils acquis de nouvelles habiletés?

- L'attitude des participants à l'égard de l'activité physique a-t-elle changé?
- Les participants avaient-ils d'autres rétroactions au sujet du programme dont il faudrait tenir compte?

Une fois que l'équipe a discuté de l'évaluation du programme, passez à la prochaine étape, qui consiste à déterminer les améliorations à apporter. L'équipe décide quand ces changements seront apportés et se prépare à lancer la prochaine version du programme.

Conclusion

L'approche ReLANCER est axée sur l'inclusion et les programmes intramuros. Les programmes intramuros constituent un moment particulier de la journée d'école où les élèves peuvent participer à diverses activités qui perfectionnent une gamme d'habiletés physiques et sociales et encouragent le plaisir et l'amusement (Webb et Forrester, 2015). Les loisirs intramuros offrent des chances égales à tous les élèves qui ne sont pas en mesure de participer à des sports ou des activités physiques organisés. Par contre, dans certaines écoles, les programmes intramuros n'existent pas ou les taux de participation sont très bas.

L'approche ReLANCER incite et encourage les élèves à être les meneurs et les décideurs du programme intramuros de leur école. Dans le cadre de l'approche en 9 étapes—où les élèves sont au centre des activités de conception, de planification et de mise en œuvre du programme—les principes de la participation des jeunes sont valorisés. Fort du slogan par les jeunes pour les jeunes, les Loisirs intramuros ReLANCER encouragent les responsables à repenser leurs programmes traditionnels et à engager la participation des élèves dans la création d'autres occasions d'activité physique au profit de tous les élèves.

References

Castelli, D. et Beighle, A. (2007). The physical education teacher as school activity director. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, *78*(5), 25–28. https://doi.org/10.1080/07303084.2007.10598020

Dam, R. et Siang, T. (2019). Personas – A Simple Introduction. *Interaction Design Foundation*, Extrait le 4 juillet 2019 de https://www.interaction-design.org/literature/article/personas-why-and-how-you-should-use-them

Dudley, D., Okely, A., Pearson, P. et Peat, J. (2010). Engaging adolescent girls from linguistically diverse and low income backgrounds in school sport: A pilot randomised controlled trial. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *13*, 217–224. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2009.04.008

Enright, E. et O'Sullivan, M. (2010). 'Can I do it in my pajamas?' Negotiating a physical education curriculum with teenage girls. *European Physical Education Review*, *16*(3): 203–222.

Trousse d'outils sur la participation des jeunes du Consortium conjoint canadien pour la santé dans les écoles. Extrait le 24 juillet 2018 de http://www.gov.pe.ca/photos/original/eecd_YETOOL_E.pdf

Pernice, K. (2013). *Charrettes (Design Sketching): ½ Inspiration, ½ Buy-In*. NN/g Nielsen Norman Group. Extrait le 20 juin 2019 de https://www.nngroup.com/articles/design-charrettes/

Ogrin, A. (2016). *Introduction to Design Studios*. Medium.com. Extrait le 19 juin 2019 de https://medium.com/@amyreneogrin/introduction-to-design-studios-f6342be02234

Owen, M. B., Curry, W. B., Kerner, C., Newson, L. et Fairclough, S. J. (2017). The effectiveness of school-based physical activity interventions for adolescent girls: A systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine*, *105*, 237–249. https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2017.09.018

ParticipACTION. (2018). *Bulletin de l'activité physique chez les jeunes de ParticipACTION*. Extrait le 20 juin 2019 de https://participaction.cdn.prismic.io/participaction%2F38570bed-b325-4fc8-8855-f15c9aebac12_2018_participaction_report_card_-_full_report_0.pdf

Rothwell, E. et Theodore, P. (2006). Intramurals and college student development: The role of intramurals on values clarification. *Recreational Sports Journal*, *30*(1), 46–52. https://doi.org/10.1123/rsj.30.1.46

Statistique Canada. Feuillets d'information de la santé. (2019). https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/82-625-x/2019001/article/00003-eng.htm

Webb, E. et Forrester, S. (2015). Affective outcomes of intramural sport participation. *Original Research Recreational Sports Journal*, *39*, 69–81. https://doi.org/10.1123/rsj.2015-0006

Young, D., Felton, G., Grieser, M., Elder, J., Johnson, C., Lee, J. et Kubik, M. (2007). Policies and opportunities for physical activity in middle school environments. *Journal of School Health*, *77*(1), 41–47. https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2007.00161.x

Ajustez les questions de sondage en fonction du problème identifié.
Déterminez s'il faut protéger l'identité des élèves qui répondent à votre sondage. Si l'anonymat est requis, enlevez la ligne du prénom et du nom de famille ci-dessous.

Exemple de sondage préprogramme

1. Prénom et nom de famille : _____
2. Encerclez votre année. 7 8 9 10 11 12
3. Décrivez de que vous faites *typiquement* pendant la récréation/pause du midi.
   _____
   _____
   _____

Que faites-vous *habituellement pendant la récréation/pause du midi*? **Encerclez votre réponse en utilisant les réponses fournies.**

4. Je m'assois ou je reste debout.
   Jamais Parfois Souvent La plupart du temps
5. Je fais une marche.
   Jamais Parfois Souvent La plupart du temps
6. Je participe aux activités intramuros de l'école.
   Jamais Parfois Souvent La plupart du temps
7. Je m'adonne à des jeux actifs (p. ex., balle au mur).
   Jamais Parfois Souvent La plupart du temps
8. Je m'adonne à des jeux ou à des sports (p. ex., soccer, basketball).
   Jamais Parfois Souvent La plupart du temps
9. Je m'adonne à des activités de conditionnement physique (p. ex., yoga, haltérophilie).
   Jamais Parfois Souvent La plupart du temps

Lisez chaque énoncé ci-dessous et **encerclez votre réponse en utilisant les réponses fournies**.

10. Quel niveau parmi les suivants décrit le mieux votre degré actuel de condition physique (force, endurance, souplesse)?
    Très faible Faible Moyen Bon Très bon
11. Combien de jours au cours de la dernière semaine avez-vous fait pendant 20 minutes de l'exercice ou des activités physiques qui vous ont fait

suer ou respirer fort (basketball, football, handball, course, natation ou vélo rapide)?

Aucun 1 jour 2 jours 3 jours 4 jours 5 jours 6 jours Tous les jours

12. Combien de jours au cours de la dernière semaine avez-vous fait pendant au moins 30 minutes de l'exercice ou des activités physiques qui ne vous ont pas fait suer ou respirer fort (marche rapide, vélo lent ou natation)?

Aucun 1 jour 2 jours 3 jours 4 jours 5 jours 6 jours Tous les jours

13. Combien de jours la semaine dernière vous êtes-vous adonné à des exercices de musculation comme faire des pompes, des redressements assis ou de l'haltérophilie?

Aucun 1 jour 2 jours 3 jours 4 jours 5 jours 6 jours Tous les jours

Lisez chacun des énoncés ci-dessous et décidez dans quelle mesure vous êtes en accord ou en désaccord avec cet énoncé. Puis, **encerclez un chiffre (de 1 à 5) dans l'espace à côté de chaque question** qui reflète le mieux votre opinion.

	Énoncé	(1) En désaccord total	(2) En désaccord	(3) Neutre	(4) D'accord	(5) En accord total
14.	Je souhaite beaucoup participer à des activités physiques.	1	2	3	4	5
15.	Quand je participe à des activités physiques, je tends à me sentir heureux.	1	2	3	4	5
16.	Quand je participe à des activités physiques, je tends à me sentir gêné.	1	2	3	4	5
17.	Quand je participe à des activités physiques, je me sens nerveux au sujet de la grosseur et/ou de la forme de mon corps.	1	2	3	4	5
18.	Je prévois des moments et des endroits où jeux être physiquement actif.	1	2	3	4	5
19.	J'aime être physiquement actif pendant la récréation ou la pause du midi.	1	2	3	4	5
20.	Je crois qu'il y a beaucoup d'options et de choix d'activités pendant la récréation/la pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5
21.	J'ai assez de *temps* pour participer aux activités que je veux pendant la récréation/pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5

22.	J'ai assez d'*espace* pour participer aux activités que je veux pendant la récréation/pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5
23.	Il y a assez d'*équipement* pour me permettre de participer aux activités pendant la récréation/pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5
24.	Je me sens en sécurité pendant la récréation/pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5
25.	J'ai de la difficulté à être régulièrement actif parce que je n'ai pas les moyens de payer pour les activités physiques qui m'intéressent.	1	2	3	4	5
26.	J'ai de la difficulté à être régulièrement actif parce que mes amis les plus proches ne sont pas physiquement actifs.	1	2	3	4	5
27.	J'ai de la difficulté à être régulièrement actif parce que je n'ai pas le *temps* d'être physiquement actif.	1	2	3	4	5
28.	Je sens que je peux m'adonner avec succès à une variété d'activités physiques.	1	2	3	4	5

Ajustez les questions d'entrevue en fonction du problème identifié.

Exemple de questions d'entrevue préprogramme

1. Quelles ont été vos plus récentes expériences pendant la récréation/pause du midi? Pouvez-vous expliquer combien de temps elles ont duré et ce que vous avez typiquement fait pendant ces expériences?
2. Qu'est-ce que vous aimez au sujet de la récréation/pause du midi?
3. Qu'est-ce que vous n'aimez pas au sujet de la récréation/pause du midi?
4. À quelles sortes d'activités physiques vous adonnez-vous typiquement pendant la récréation/pause du midi?
5. Qu'est-ce que vous empêche d'être plus physiquement actif pendant la récréation/pause du midi?
6. Que changeriez-vous au sujet de la structure de la récréation/pause du midi pour accroître votre niveau d'activité physique pendant cette période?
7. Y a-t-il quelque chose d'autre que vous aimeriez partager ou dont vous aimeriez discuter au sujet de la récréation/pause du midi à l'école?

Exemple d'invitation aux éventuels participants

Faites entendre votre voix. Engagez-vous dans les Loisirs intramuros ReLANCER!

Participez-vous à des programmes de loisirs intramuros à l'école? Oui / Non

Les programmes de loisirs intramuros de l'école vous intéressent-ils? Oui / Non

Si vous avez répondu *Non* à l'une ou l'autre de ces questions, alors cette initiative est pour vous!

Les Loisirs intramuros ReLANCER vous donneront la chance de concevoir, planifier et gérer un programme de loisirs intramuros à l'heure du midi. C'est vous qui déciderez de plusieurs des nouvelles habiletés et vous aurez un mot à dire dans le type de programmes offerts à l'école.

Voici ce que vous devrez faire :

- Assister à une réunion pour vous renseigner sur le taux d'activité physique des élèves de l'école qui ont participé à un sondage sur l'activité physique
- Participer à un atelier de [jour] pour concevoir et planifier le programme
- Être responsable d'un aspect du programme suivant sa mise en œuvre
- Participer au programme
- Rencontrer de nouveaux amis et acquérir de nouvelles habiletés

Avoir du PLAISIR!

Si vous voulez en savoir plus, parlez à votre enseignante ou enseignant [nom] ou assistez à une réunion d'information le [date] à [time] au/à [endroit].

Exemple de lettre aux parents/tuteurs

Cher parent/tuteur,

Nom de l'école] a le plaisir d'inaugurer le programme de *Loisirs intramuros ReLANCER*, misant sur une approche *par les jeunes pour les jeunes* où les élèves sont responsables de la conception, de la planification et de la mise en œuvre d'un programme d'activité physique à l'école.

Qu'est-ce que les Loisirs intramuros ReLANCER?

Les *Loisirs intramuros ReLANCER* est un programme intramuros ancré dans les principes d'équité, d'inclusion et de droit au jeu. Cette initiative vise à faciliter la participation à l'activité physique en donnant une voix aux jeunes au niveau de la conception et de la mise en œuvre d'un programme d'activité physique. Chaque programme est ajusté sur mesure par les élèves qui en profiteront de manière à répondre aux besoins particuliers de l'école.

En quoi consiste le programme?

Votre enfant a démontré de l'intérêt en vue de participer à l'équipe du programme chargée de mettre en œuvre le programme de Loisirs intramuros ReLANCER. En ce sens, il doit participer à un atelier de [jour]- pendant les heures d'école ainsi qu'à des réunions subséquentes pour planifier et mettre sur pied le programme intramuros. Ces réunions subséquentes auront lieu à l'heure du midi. L'atelier aura lieu le [date] de [heure] au/à la [endroit] avec les autres membres de l'équipe du programme. Pendant l'étape de mise en œuvre du programme, votre enfant aidera l'équipe du programme de manière à assurer sa réussite en jouant un rôle particulier, comme organiser l'équipement, établir l'horaire, promouvoir le programme ou autre tâche semblable.

Quelles sont les occasions d'apprentissage?

Beaucoup d'occasions d'apprentissage s'offrent à l'équipe du programme. Les membres de l'équipe deviendront de véritables jeunes meneurs et auront la chance d'acquérir les habiletés suivantes :

- leadership
- communication
- travail d'équipe
- sens des responsabilités
- promotion
- planification
- évaluation
- et plus encore!

Merci beaucoup de votre appui. Si jamais vous avez des questions, prière de communiquer avec [nom du responsable], l'enseignant responsable du projet des Loisirs intramuros ReLANCER : [coordonnées].

[Ajouter l'information sur le consentement/la renonciation si nécessaire]

Exemple d'horaire de programme Design Studio

Durée	Activité	Notes
20 min.	Bienvenue Présentations Ordre du jour	1. Bienvenue – porte-nom, normes pour la journée 2. Présentations a. Activité casse-glace b. Réponse : Qu'est-ce que vous motive à participer? 3. Examen de l'ordre du jour
20 min.	Activité casse-tête	Initiation à la justification et à la recherche
10 min.	Personnages Scénarios	Discussion sur les personnages : 1. Qui tentez-vous de joindre? 2. Qui existe à votre école? 3. Qui le groupe peut-il personnifier? Présentation des scénarios et division en 3 groupes : 1. Plaisir et amusement 2. Défis et compétences 3. Interactions sociales et pertinence
35 min.	Saynète, présentation, critique Ronde 1	Saynète illustrant jusqu'à 8 idées individuelles (10 minutes) Présentation et critique aux membres du groupe (25 minutes)
25 min.	Saynète, présentation, critique Ronde 2	Idée de la saynète 1 fondée sur les idées et critiques de la Ronde 1 (5 minutes) Présentation et critique aux membres du groupe (20 minutes)
45 min.	Saynète, présentation, critique Ronde 3	Idée de la saynète 1 en groupe des rondes 1 et 2 (15 minutes) Présentation et critique aux membres du groupe (30 minutes)
60 min.	Repas	

45 min.	Choix de l'activité intramuros	Examen des idées et sélection de l'activité intramuros Questions à considérer : Est-ce sécuritaire? Est-ce inclusif? Est-ce réaliste? Y aura-t-il de l'intérêt? Qu'aimez-vous? Quels sont les éventuels défis? Comment mettre en œuvre?
60 min.	Logistique du programme	Nom de l'activité Horaire Équipement/emplacement Promotion – Comment faire la promotion? Qui s'occupera de la promotion? Évaluation – Pourquoi devriez-vous évaluer votre programme? Comment évaluerez-vous votre programme? Quand?
45 min.	Rôles/responsabilités Clôture	Remue-méninges et attribution des rôles et responsabilités : promotion, horaire, équipement, mise en œuvre, etc. Activité de récapitulation

Dans le cadre du sondage post-programme, posez des questions semblables à celles du sondage préprogramme afin de pouvoir comparer et analyser les réponses.

Déterminez s'il faut protéger l'identité des élèves qui répondent à votre sondage. Si l'anonymat est requis, enlevez la ligne du prénom et du nom de famille ci-dessous.

Exemple de sondage post-programme

1. Prénom et nom de famille : _____
2. Encerclez votre année. 7 8 9 10 11 12
3. Décrivez de que vous faites *typiquement* pendant la récréation/pause du midi.

_____
_____
_____

4. Au cours des trois derniers mois, combien de fois avez-vous participé au nouveau programme de loisirs intramuros de l'école?
   1 = Jamais 2 = Un peu 3 = Parfois 4 = Souvent 5 = Quand c'était offert
5. Si vous avez répondu 2, 3, 4 ou 5 à la question précédente, décrivez ce qui vous avez aimé ou ce que vous n'avez pas aimé au sujet du nouveau programme de loisirs intramuros de l'école.

Ce que j'ai aimé :

_____
_____
_____

Ce que je n'ai pas aimé :

_____
_____
_____

Que faites-vous *habituellement* pendant la récréation/pause du midi? **Encerclez votre réponse en utilisant les réponses fournies.**

6. Je m'assois ou je reste debout.
   Jamais Parfois Souvent La plupart du temps
7. Je fais une marche.

Jamais Parfois Souvent La plupart du temps

8. Je participe aux activités intramuros de l'école.

Jamais Parfois Souvent La plupart du temps

9. Je m'adonne à des jeux actifs (p. ex., balle au mur).

Jamais Parfois Souvent La plupart du temps

10. Je m'adonne à des jeux ou à des sports (p. ex., soccer, basketball).

Jamais Parfois Souvent La plupart du temps

11. Je m'adonne à des activités de conditionnement physique (p. ex., yoga, haltérophilie).

Jamais Parfois Souvent La plupart du temps

Lisez chaque énoncé ci-dessous et **encerclez votre réponse en utilisant les réponses fournies.**

12. Quel niveau parmi les suivants décrit le mieux votre degré actuel de condition physique (force, endurance, souplesse)?

Très faible Faible Moyen Bon Très bon

13. Combien de jours au cours de la dernière semaine avez-vous fait pendant 20 minutes de l'exercice ou des activités physiques qui vous ont fait suer ou respirer fort (basketball, football, handball, course, natation ou vélo rapide)?

Aucun 1 jour 2 jours 3 jours 4 jours 5 jours 6 jours Tous les jours

14. Combien de jours au cours de la dernière semaine avez-vous fait pendant au moins 30 minutes de l'exercice ou des activités physiques qui ne vous ont pas fait suer ou respirer fort (marche rapide, vélo lent ou natation)?

Aucun 1 jour 2 jours 3 jours 4 jours 5 jours 6 jours Tous les jours

15. Combien de jours la semaine dernière vous êtes-vous adonné à des exercices de musculation comme faire des pompes, des redressements assis ou de l'haltérophilie?

Aucun 1 jour 2 jours 3 jours 4 jours 5 jours 6 jours Tous les jours

Lisez chacun des énoncés ci-dessous et décidez dans quelle mesure vous êtes en accord ou en désaccord avec cet énoncé. Puis, **encerclez un chiffre (de 1 à 5) dans l'espace à côté de chaque question** qui reflète le mieux votre opinion.

	Énoncé	(1) En désaccord total	(2) En désaccord	(3) Neutre	(4) D'accord	(5) En accord total
16.	Je souhaite beaucoup participer à des activités physiques.	1	2	3	4	5
17.	Quand je participe à des activités physiques, je tends à me sentir heureux.	1	2	3	4	5
18.	Quand je participe à des activités physiques, je tends à me sentir gêné.	1	2	3	4	5

19.	Quand je participe à des activités physiques, je me sens nerveux au sujet de la grosseur et/ou de la forme de mon corps.	1	2	3	4	5
20.	Je prévois des moments et des endroits où jeux être physiquement actif.	1	2	3	4	5
21.	J'aime être physiquement actif pendant la récréation ou la pause du midi.	1	2	3	4	5
22.	Je crois qu'il y a beaucoup d'options et de choix d'activités pendant la récréation/la pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5
23.	J'ai assez de *temps* pour participer aux activités que je veux pendant la récréation/pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5
24.	J'ai assez d'*espace* pour participer aux activités que je veux pendant la récréation/pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5
25.	Il y a assez d'*équipement* pour me permettre de participer aux activités pendant la récréation/pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5
26.	Je me sens en sécurité pendant la récréation/pause du midi à l'école.	1	2	3	4	5
27.	J'ai de la difficulté à être régulièrement actif parce que je n'ai pas les moyens de payer pour les activités physiques qui m'intéressent.	1	2	3	4	5
28.	J'ai de la difficulté à être régulièrement actif parce que mes amis les plus proches ne sont pas physiquement actifs.	1	2	3	4	5
29.	J'ai de la difficulté à être régulièrement actif parce que je n'ai pas le *temps* d'être physiquement actif.	1	2	3	4	5
30.	Je sens que je peux m'adonner avec succès à une variété d'activités physiques.	1	2	3	4	5

Exemple de questions d'entrevue post-programme

1. Comment avez-vous aimé participer au programme de loisirs intramuros?
   a. Qu'est-ce que vous avez aimé?
   b. Aviez-vous encore assez de temps pour avoir du plaisir avec vos amis?
   c. Vous sentiez-vous à l'aise et aviez-vous assez de choix d'activités pendant le programme?
2. Y a-t-il quelque chose que vous n'avez pas aimé au sujet du programme?
3. Croyez-vous que votre expérience au niveau du programme pourrait changer votre motivation et votre participation à l'activité physique et/ou au sport? Pourquoi ou pourquoi pas?
4. Comment pourrait-on mieux structurer les loisirs intramuros pendant les heures d'école/la récréation pour vous motiver davantage et pour accroître votre participation?
5. Y a-t-il quelque chose d'autre que vous aimeriez partager ou dont vous aimeriez discuter sur comment les loisirs intramuros à l'école pourraient accroître la motivation et la participation à l'activité physique et/ou aux sports?

ST. JOSEPH'S
FOOTBALL
Bench
GIRL BOSS
ATHLETICS
TOKYO
NEW YORK
London
PARIS
SYDNEY

PHE·EPS
Canada
Canada