

Madame [REDACTED] 16 ans

OCCUPATION ACTUELLE : Ecolière

## CONDITIONS DE PASSATION ET FIABILITÉ DES RÉSULTATS :

L'expression de vos préférences en matière d'activités physiques par l'intermédiaire de cet inventaire a été :

pas très facile                      précise                      modérément motivée                      très contrastée

### En résumé, après examen des indices de contrôle de ce test ...

Les résultats sont fiables et interprétables

## VOS ATTITUDES ET PRÉFÉRENCES ENVERS LE SPORT EN GÉNÉRAL :

Votre sport préféré est : Badminton  
 que vous cherchez à pratiquer à un : Niveau de club  
 et en ce qui concerne le monde du sport : votre attirance pour les sports se limite à un petit nombre  
 et : vous manifestez votre attirance de manière nuancée  
 De plus, vos préférences en matière de sport : s'accordent peu avec votre pratique sportive actuelle  
 en résumé : votre niveau d'activité physique ou sportive actuel pourrait être mieux adapté

### Les sports que vous appréciez, mais qui ne correspondent pas nécessairement à votre profil :

Equipe, ludique                      -                      -                      -

### Quelques adjectifs que vous avez valorisés, mais qui ne correspondent pas nécessairement à votre profil :

fiable                      soucieux/-se                      lucide                      fort/-e                      anxieux/-euse

### Quelques activités que vous appréciez, mais qui ne correspondent pas nécessairement à votre profil :

se muscler                      attaquer                      frapper                      respecter                      -

## VOS MOTIVATIONS ET LIEUX DE PRÉDILECTION POUR LA PRATIQUE DES ACTIVITÉS :

### MOTIVATION(S)

Santé  
 Rencontrer des gens, des amis  
 Ludique  
 Développement personnel  
 Performance  
 -  
 -

### LIEU(X) PRÉFÉRÉ(S)

-  
 Installations publiques  
 -  
 Club  
 Centre privé, fitness

## VOTRE "PROFIL SANTÉ" SUR LA PYRAMIDE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Votre taux d'activité sportive est à un niveau de compétition, attention néanmoins au surmenage et au risque de blessures

Votre taux d'activité sportive est proche du niveau de compétition, mais il peut encore progresser si vous le désirez

Votre taux d'activité physique est proche du niveau de compétition, mais manque de régularité

Votre taux d'activité physique quotidiennes vous permet de rester en santé

Votre taux d'activité physique est modéré, il pourrait être augmenté jusqu'à 30 minutes par jour

Votre taux d'activité physique est faible et pourrait s'améliorer, par exemple en marchant plutôt qu'en prenant la voiture

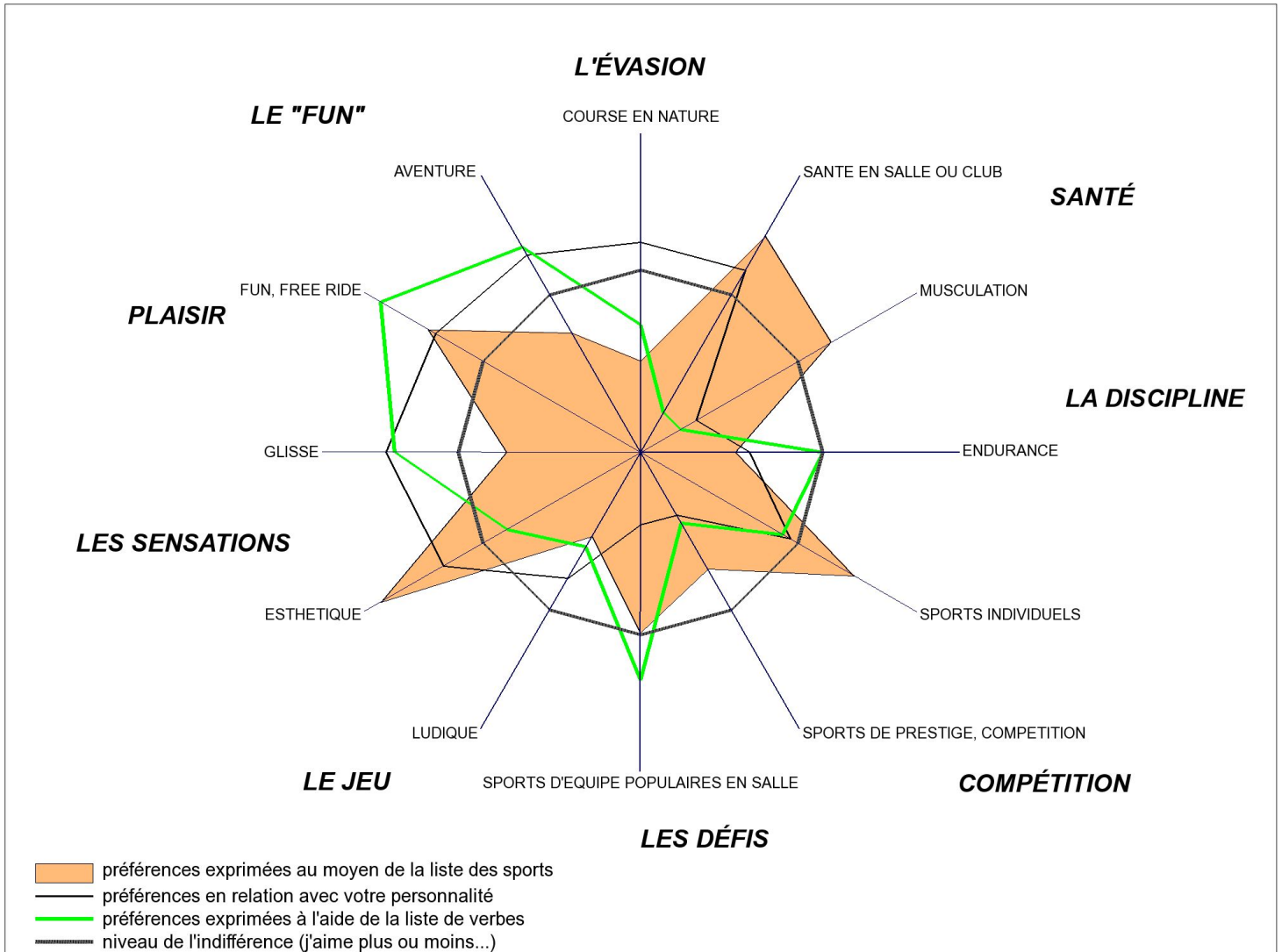
Investissement modéré: une à deux fois par semaine .....

Votre taux d'activité physiques est faible, attention, car ce manque d'activité peut affecter la santé

**Note: Les informations en termes de santé ne sauraient se substituer à tout examen ou diagnostic médical, il ne s'agit ici que des estimations fondées sur les réponses au test ORPHYS**

Madame [REDACTED] 16 ans

## L'EMPREINTE DE VOS PRÉFÉRENCES EN MATIÈRE DE SPORTS ET D'ACTIVITÉS PHYSIQUES



### QUELQUES SPORTS QUE L'ON POURRAIT VOUS CONSEILLER - OU QUE VOUS PRATIQUEZ DÉJÀ - EN FONCTION DE VOS RÉPONSES :

#### à la liste de sports :

Danse, jazzdance  
 Patinage sur glace  
**Inline-skating, patinage à roulettes**  
 Gymnastique  
 Fitness, aérobic  
 Volleyball, beachvolleyball  
 Equitation, sports équestres  
 Tai Chi, Qi Gong, Yoga  
 Sports de combat, self défense  
 Natation

#### à la liste d'adjectifs :

Ski alpin  
 Plongée  
 Equitation, sports équestres  
**Inline-skating, patinage à roulettes**  
 Tai Chi, Qi Gong, Yoga  
 Danse, jazzdance  
 Snowboard  
 Voile  
 Aventure  
 Randonnée à ski, raquettes

#### à la liste de verbes :

Snowboard  
**Inline-skating, patinage à roulettes**  
 Plongée  
 Ski alpin  
 Planche à voile  
 Aventure  
 Unihockey, H. sur gazon/roulettes  
 Varape, escalade  
 Volleyball, beachvolleyball  
 Hockey sur glace

**Apparaissent (éventuellement) en gras dans les trois listes ci-dessus, des sports qui contribuent (ou pourraient contribuer) au mieux à votre harmonie, tant physique que psychologique**

Liste des réponses de Madame [REDACTED] 16 ans

Randonnée_pédestre_walking_rando_en_montagne	2
Natation	3
Cyclisme_mountainbike	2
Ski_alpin	3
Joggin_course_à_pied	1
Gymnastique	2
Fitness_aérobic	2
Parcours_vita	1
Patinage_sur_glace	3
Inline-skating_patinage_à_roulettes	2
Danse_jazzdance	3
Football_Streetsoccer	1
Snowboard	1
Volleyball_beachvolleyball	3
Tennis	2
Ski_de_fond	1
Musculation_bodybuilding	2
Badminton	3
Randonnée_à_ski_raquettes_à_neige	1
Basketball_streetbasketball	1
Tir	2
Unihockey_Hockey_sur_gazon_sur_roulettes	2
Athlétisme	1
Squash	1
Varape_escalade	2
Equitation_sports_équestres	2
Plongée	2
Golf	2
Tai_Chi_Qi_Gong_Yoga	1
Hockey_sur_glace	3
Voile	1
Sports_de_combats_self_défence	2
Planche_à_voile	1
Handball	1
Aventure	3
Endurance	1
Equipe_ludique	3

a l'esprit d'initiative	2
actif/-ve	3
agressif/-ve	2
altruiste	5
ambitieux/-euse	2
amical/-e	5
anxieux/-euse	4
assuré/-e	3
bruyant/-e	3
calme	2
charmant/-e	5
combatif/-ve	2
confiant/-e	1
conscientieux/-euse	2
courageux/-euse	5
direct/-e	2
directif/-ve	1
dominateur/-trice	1
efficace	3
égoцентриque	1
égoïste	1
énergique	5
enthousiaste	5
entreprenant/e	2
équilibré/e	4
exigeant/-e	1
expansif/-ve	4
fiable	5
fleur/-euse	2
fort/-e	4
franc/-che	4
gai/-e	5
habile (avec les gens)	3
imaginatif/-ve	5
indépendant/-e	2
individualiste	1
intelligent/-e	4
inventif/-ve	5
jovial/-e	5
loyal/-e	5
lucide	4
méthodique	1
minutieux/-euse	1
obstiné/e	1
optimiste	4
organisé/-e	2
précis	2
prévoyant/e	3
rapide	2
rationnel/le	1
réfléchi/-e	2
responsable	2
robuste	2
sain/e	5
serviable	4
sincère	4
sociable	5
soigneux/-euse	2
soucieux/-se	4
souple	3
spontané/-e	5
stable	3
sûr/-e de soi	1
téméraire	2
tenace	1
tolérant/-e	4
tranquille	4
travailleur/-euse	2
vif/ve	5
vigoureux/-euse	4

(s') extérioriser	4
accepter	3
aider	5
analyser	2
anticiper	1
apprendre	2
attaquer	5
attraper	3
bloquer	3
bondir	3
charmer	2
combattre	4
coordonner	5
crier	4
danser	5
défendre	3
déhancher	5
dribbler	3
encourager	4
entraîner	1
éprouver (une sensation)	4
esquiver	4
évaluer	3
feinter	3
flotter	4
frapper	5
gagner	4
gérer	2
glisser	5
jouer	5
lancer	4
marquer (un but)	5
masser	5
motiver	4
nager	5
observer	5
parler	5
passer (sport de balle)	5
pédaler	2
persévérer	2
réceptionner	2
recevoir	3
réfléchir	2
résister	1
respecter	5
riposter	2
rouler	3
rythmer	4
s'aider	5
s'amuser	5
s'élever	5
s'étirer	4
s'exprimer	4
s'orienter	4
saisir	2
sauter	5
se concentrer	2
se défendre	3
se libérer	2
se mesurer à une difficulté	2
se muscler	5
se relaxer	4
se suspendre	3
séduire	4
shooter	2
slalomer	4
smasher	3
soulever	3
surprendre	5
tirer (à la cible)	5

## Explications pour l'interprétation des résultats

Le présent test d'Orientation vers des activités PHySiques et Sportives (ORPHYS) n'est pas un « test » à proprement parler, car il ne s'agit en effet pas d'y « réussir » plus ou moins bien, mais seulement de permettre une meilleure connaissance de vous-même, en relation avec vos activités physiques et sportives préférées.

Les résultats des pages précédentes sont le produit d'une analyse de vos réponses effectuée à l'aide d'adjectifs, de verbes et de quelques sports, par une technique nouvelle appelée « méthode fonctionnelle » qui est aussi à l'origine d'autres outils décrivant la personnalité (L.A.B.E.L.) ou les intérêts professionnels (LIVAP/LIMET). Cette méthode offre plusieurs moyens originaux permettant de mieux s'évaluer :

ORPHYS calcule en premier lieu des indices de contrôle qui permettent de mieux mesurer la valeur que l'on peut accorder aux résultats. Il arrive en effet que le questionnaire n'ait pas convenu pour une raison ou un autre (âge, langue, culture, manque de motivation, etc.) et dans ce cas, il est inutile d'accorder trop de valeur aux résultats.

ORPHYS calcule ensuite des « traits d'intérêts pour des activités physiques et sportives ». Notre mode de calcul exclusif permet une représentation directe de vos préférences pour des activités physiques ou sportives, sans comparaison à une quelconque norme. Vous pouvez en effet juger directement quels traits vous correspondent, et lesquels ne vous correspondent pas, sans comparaison avec un quelconque groupe de référence.

Toutefois, la comparaison entre individus n'est naturellement pas exclue : si elle vous intéresse, vous pouvez très bien comparer une passation ORPHYS à une autre et évaluer toutes les différences de personne à personne.

Voici une description plus détaillée des résultats :

En haut de la page 1 : la rubrique « CONDITION DE PASSATION ET FIABILITÉ DES RÉSULTATS » analyse votre manière de répondre à ORPHYS. Une phrase qualifie la manière avec laquelle vous avez répondu à ORPHYS puis finalement, le programme vous indique si la passation est fiable et interprétable.

La rubrique « VOS ATTITUDES ET PRÉFÉRENCES ENVERS LE SPORT EN GÉNÉRAL » reprend votre sport préféré (si vous en avez un), le niveau de pratique, votre attirance générale pour le sport, l'accord entre vos préférences et votre pratique effective puis, finalement, apparaît une brève synthèse.

Ensuite sont représentés des sports, des adjectifs et des activités que vous appréciez ou investissez plus que les autres, alors même qu'ils ne correspondent pas vraiment à votre profil. Cette rubrique précède les motivations et lieux de prédilection pour la pratique de vos activités physiques.

La fin de cette première page donne une estimation graphique de l'intensité de votre pratique physique en prenant en compte non seulement l'intensité, mais aussi la fréquence de votre pratique sportive. Cette pratique peut être jugée « suffisante » ou « insuffisante » selon des critères de bonne santé actuellement admis, mais attention car ces informations en termes de santé ne sauraient se substituer à un examen ou diagnostic médical !

En haut de la page 2, la rubrique "EMPREINTE DE VOS PRÉFÉRENCES EN MATIÈRE DE SPORTS ET D'ACTIVITÉS PHYSIQUES" analyse votre manière de répondre en présentant un profil « radar » sur lequel on lit vos préférences exprimées au moyen de la liste de sports (aire en fond), de vos préférences en relation avec votre personnalité (trait fin) et enfin de vos préférences exprimées à l'aide de la liste de verbes (trait épais). La lecture est facilitée par la présence du niveau d'indifférence (cercle noir) correspondant à une réponse médiane (3) dans le questionnaire.

Le bas de la deuxième page montre 3 fois 10 sports correspondant le mieux à votre profil, en fonction de vos réponses données aux sports, aux adjectifs et aux verbes du questionnaire ORPHYS. Dans ces listes vous trouverez des sports que l'on pourrait vous conseiller, ou que vous pratiquez déjà. Ceux d'entre eux qui sont marqués en gras relèvent simultanément de toutes vos préférences et devraient constituer pour vous des activités très profitables à votre harmonie tant physique que psychologique.

La page 3 permet un contrôle de vos réponses, que ce soient celles données aux sports (minimum 1 et maximum 3), aux verbes et aux adjectifs (minimum 1 et maximum 5). Nous vous souhaitons intérêt et plaisir dans la découverte de ces résultats, il va sans dire que leur explication approfondie devrait se faire en présence d'un psychologue compétent qui vous aidera à mieux les exploiter en vue de votre épanouissement tant physique que psychique.