LE QUIZZ DU PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL (PEF)

Santé

1 - Quelle famille d'aliments correspond au "carburant" nécessaire aux muscles ?
A - Les lipides B - Les glucides C - Les protéïnes

2 - Que dois-tu faire sur une entorse de cheville ?
A - Mettre du froid B - Mettre du chaud C - Continuer le sport

3 - Quelle quantité d'eau est-il conseillé de boire chaque jour, au minimum ?
A - 0,5 L B - 1,5 L C - 2,5 L

4 - Les boissons énergisantes sont-elles considérées comme des produits dopants ?
A - Vrai B - Faux aucun effet C - Ça dépend des sports

5 - Le tabac peut-il aider à se concentrer et à être meilleur sur le terrain ?
A - Vrai B - Faux C - Ça dépend de la quantité

Réponses : 1 - B / 2 - A / 3 - B / 4 - B / 5 - B.

Citoyenneté

6 - Qu'est-ce-que je risque si j'insulte un adversaire sur les réseaux sociaux ?
A - Rien du tout B - Une sanction disciplinaire C - Une peine de prison avec sursis

7 - Quelle est la devise de la République Française ?
A - Liberté, Egalité, Fraternité B - Fraternité, Egalité, liberté C - Liberté, fraternité, Egalité

8 - Quelle association, fondée par Coluche, distribue des repas aux personnes les plus démunies ?
A - Le Secours Populaire B - Le Secours Catholique C - Les Restos du Cœur

9 - A quel âge devient-on citoyen en France ?
A - A la naissance B - Après le recensement C - A la majorité

10 - Quel âge doit-on avoir pour s'incrire sur facebook ?
A - 13 ans B - 15 ans C - 18 ans

Réponses : 6 - B / 7 - A / 8 - C / 9 - C / 10 - A.

Environnement

11 - Combien de temps un sac plastique peut-il mettre pour se décomposer si je le jette par terre ?
A - 1 à 10 ans B - 10 à 100 ans C - 100 à 1000 ans

12 - Quand mes équipements ne sont plus à ma taille...
A - Je les donne à une association B - Je les jette à la poubelle C - Je les brûle dans mon jardin

13 - Qu'est ce qui consomme le plus d'éléctricité à la maison ?
A - Le chauffage B - L'éclairage C - Les appareils éléctroménagers

14 - Quel est le transport le plus écologique ?
A - La voiture B - L'avion C - Le Tramway

15 - Laquelle de ces sources d'énergie n'est pas "renouvelable" ?
A - L'eau B - Le pétrole C - La chaleur

Réponses : 11 - C / 12 - A / 13 - A / 14 - C / 15 - B.

Fair-play

16 - Qui a le droit de contester les décisions de l'arbitre ?
A - Le capitaine B - L'éducateur C - Personne

17 - Un adversaire se plaint de crampes vers la fin du match...
A - Tu te plains à l'arbitre B - Tu l'aides à étirer ses crampes C - Tu quittes le terrain

18 - Être Fair-play sur un terrain de foot c'est...
A - Laisser l'adversaire gagner B - Être loyal et honnête C - Aider son équipe à gagner

19 - Mon partenaire marque contre son camp...
A - Je ne lui parle plus B - Je demande au coach de sortir C - Je le rassure et l'encourage

20 - Que risque un joueur proférant des insultes racistes sur le terrain de football ?
A - Une peine de prison B - Une suspension de match C - Les deux à la fois

Réponses : 16 - C / 17 - B / 18 - B / 19 - C / 20 - C.

Arbitrage

21 - Un gardien de but peut éventuellement jouer avec...
A - Une casquette B - Une montre C - Des lunettes de soleil

22 - Combien de temps la pause à la mi-temps dure t-elle au maximum ?
A - 10 minutes B - 15 minutes C - 20 minutes

23 - En foot à 11, à quelle distance de la ligne de but se situe le point de pénalty ?
A - 11 mètres B - 12 mètres C - 13 mètres

24 - Sur un coup d'envoi, le ballon peut être botté...
A - Vers l'arrière uniquement B - Vers l'avant uniquement C - Vers l'arrière ou vers l'avant

25 - Un joueur donne un coup de poing à un adversaire dans la surface de réparation...
A - Pénalty B - Carton jaune et pénalty C - Carton rouge et pénalty

Réponses : 21 - A / 22 - B / 23 - A / 24 - C / 25 - C.

Culture foot

26 - Que désigne l'expression "Coup du chapeau" dans le match ?
A - Le gardien score B - 3 buts consécutifs par le même joueur C - Au moins 10 buts dans le jeu

27 - Quel est le niveau de championnat le plus élevé du football "amateur" en France ?
A - CFA B - Régional 1 C - National

28 - Quel pays a remporté le plus de fois la Coupe du Monde masculine ?
A - Le Brésil B - l'Allemagne C - La France

29 - Combien y a-t-il de licencié(e)s de football en France ?
A - Environ 500 000 B - Environ 1 million C - Plus de 2 millions

30 - Quel est le club le plus titré de France en football féminin ?
A - Olympique Lyonnais B - Paris Saint-Germain C - Montpellier HSC

Réponses : 26 - B / 27 - C / 28 - A / 29 - C / 30 - A.