

Animation pédagogique

l'éducation nutritionnelle à l'école

Temps 2

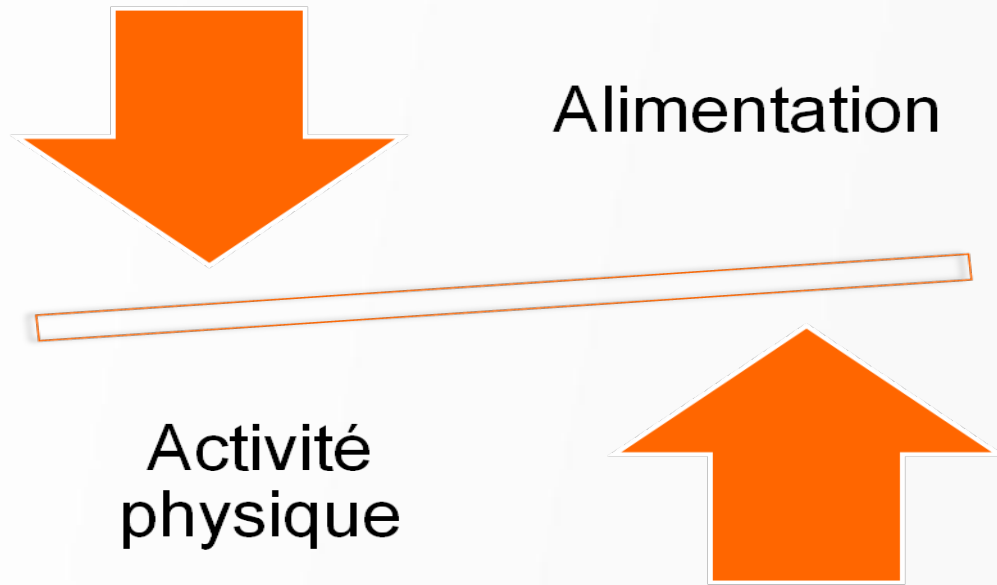
Circonscription de Saverne



l'éducation nutritionnelle l'école - temps 2

1. « Nutrition » vous dites ?
2. Échanges de pratiques
3. Présentation d'outils

1. « Nutrition » vous dites ?



2. *Échanges de pratiques*

Et vous, que faites-vous ?

3. *Présentation d'outils*

1. Guides pédagogiques
2. Usep
3. Ludo-éducatifs

GUIDES PÉDAGOGIQUES "NUTRITION"

C1 et 2 :

«Manger, bouger pour ma santé »

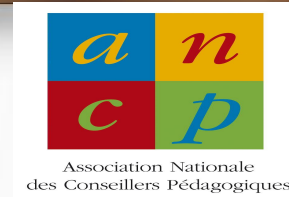


« Manger, bouger pour ma santé », C1 et 2

- Origine :
 - Association **Passerelles.info**
 - Développe des pg d'éducation, d'information et de formation
 - 3 pg d'éducation : soleil, réduction déchets et nutrition

« Manger, bouger pour ma santé », C1 et 2

- S'inscrit dans les pg officiels
- Ciblent les obj du socle commun
- Clés en main
- Activités transdisciplinaires



« Manger, bouger pour ma santé », C1 et 2

- Esprit :
 - Démarche d'investigation active
 - **Transdisciplinarité** :
 - De l'enfant à l'élève
 - Découverte du monde
 - Mathématiques
 - Langue française
 - EPS

« Manger, bouger pour ma santé », C₁ et 2

- Architecture :
 - 8 à 12 séances sur 4 séquences
 - Bouger, à quoi ça sert ?
 - L'hygiène, est-ce important ?
 - Bien manger, mais comment ?
 - Boire, mais n'importe quoi !
 - Synthèse : devenir acteur de prévention

MANGER, BOUGER POUR MA SANTÉ

Exemple de séance

séance 2

Bouger, ne pas bouger ?

Le niveau de la classe

Les objectifs de la séance

Le matériel à prévoir

Le descriptif précis de la séance

NIVEAU
Cycle 2

OBJECTIFS
• Dialoguer autour d'activités et d'inactivité physique

DURÉE

Environ 1 h pour les activités et 30 min pour la trace écrite individuelle

MATÉRIEL À PRÉVOIR

- Papier absorbant
- 2 affiches
- Feutres



Prévoir de mener cette séance dans la cour, sous le préau ou dans la salle de sport.

TRAVAIL COLLECTIF

1. Discussion

Distinction activité physique - inactivité physique
L'enseignant propose à sa classe de pratiquer pendant cinq minutes une activité physique (petite course, série de flexions, saut à la corde...). Pour faire prendre conscience aux élèves de la distinction entre activité physique et inactivité physique, demander :
« **Pouvez-vous nommer des situations où l'on bouge et d'autres où l'on ne bouge pas ?** »

Par exemple, on ne bouge pas en regardant la télévision, en jouant aux jeux vidéo, à l'ordinateur, en voyageant dans une voiture ...

Les modifications du corps après une activité physique

Demander aux élèves de réfléchir sur ce qui se passe quand ils pratiquent une activité physique :

« **Avez-vous observé des modifications, ou des réactions de votre corps, par exemple après avoir couru ou sauté ?** »

Les propositions suivantes peuvent être évoquées par les enfants : on a chaud, soif, on respire plus vite, on s'essouffle, le cœur bat plus vite, on est fatigué, le visage rougit...

Proposer ensuite d'étudier ces modifications dans le fonctionnement du corps :

« **Comment peut-on faire pour savoir que l'on respire ?** »

Que notre cœur bat plus vite ?... »

■ Pour des informations sur l'eau et l'organisme : ► **Éclairage scientifique p. 60.**

Formulation d'hypothèses

Pour répondre à ces questions, l'enseignant amène les élèves à évoquer diverses expériences très simples (qui font souvent partie de leur vécu quotidien) permettant de mesurer les réactions du corps :

- si on respire, on peut recueillir la transpiration sur un mouchoir en papier ;
- si on est essoufflé, on peut sentir le souffle en mettant la main devant la bouche ;
- si le cœur bat plus vite, on peut écouter les battements cardiaques avec l'oreille collée, en posant sa main sur la poitrine ou en utilisant un rouleau de carton. On peut aussi mesurer son pouls en plaquant le doigt sur une artère du cou mais cette méthode est plus difficile pour de jeunes enfants.

PAR PETITS GROUPES

2. Activités physiques

Répartir les élèves par petits groupes (par exemple, par groupes de deux) et proposer à l'ensemble des groupes de réaliser la même expérience (par exemple, celle sur la transpiration ou celle sur l'essoufflement) puis de comparer les résultats (discussion collective) avant de passer à l'expérience suivante (par exemple, celle des battements du cœur). Pour mener à bien ces expériences, les élèves vont à nouveau pratiquer une activité physique pendant cinq minutes et comparer ce qui se passe quand ils bougent, puis quand ils restent au repos pendant quelques minutes, en particulier pour les battements du cœur. Après chaque série d'expériences, les résultats obtenus par les différents groupes sont mutualisés.

■ Pour des informations sur l'organisation des activités (rôle de l'enseignant, travail en groupe) : ► **Éclairage pédagogique p. 75.**

TRAVAIL INDIVIDUEL

3. Traces écrites (à différer)

Il est préférable de ne pas réaliser cette trace écrite individuelle après la séance. D'une part, cette séance se déroulant dans la cour ou dans le préau, les élèves ne sont pas bien installés pour rédiger leur compte rendu, d'autre part, l'enseignant peut ainsi reprendre « au calme » les notions abordées. Les élèves dessinent dans le cahier d'expériences les activités réalisées et recopient la conclusion. Pour les plus jeunes élèves, on pourra proposer de ne dessiner qu'une seule expérience.

Un panneau collectif représentant des personnages en activité physique et en inactivité physique peut être réalisé et affiché dans la classe pour renforcer les notions abordées (des personnages peuvent être décalqués dans des revues). Pour enrichir le vocabulaire des élèves, l'enseignant note le verbe correspondant aux actions sous chaque image.

■ Pour en savoir plus sur la production de traces écrites : ► **Éclairage pédagogique p. 80.**

Conclusion

Bouger, c'est marcher, courir, sauter, nager... Ne pas bouger, c'est rester immobile, par exemple, regarder la télévision ou faire de l'ordinateur... Quand je bouge, mon cœur bat plus vite, mon souffle est plus rapide et je respire...

Prolongements possibles

Diversité du monde vivant :

- Observer les modes de locomotion d'animaux familiers élevés dans la classe ou amenés par les élèves. Ce travail d'observation peut être complété par une visite au zoo, à la ferme...
Bibliographie : C'est av très qui compare la conduite d'un animal et d'un enfant. Dans le CD audio « Fables pour enfants », Anne Sylvestre.

Le corps de l'enfant :

- Trouver les articulations de son corps, observer des radiographies, fabriquer un pantin articulé.
Bibliographie : Les invents à voir le squelette, de Renaud Chabrier et Gérard Steha, Collection Archimède, Éditions L'École des loisirs ; J'observe le corps humain, Collection Mes premières découvertes Éditions Gallimard Jeunesse.

Les images animées :

Fabriquer un livre animé, un folioscope. Voir fiche de fabrication : <http://www.toutamodeler.com/vip2/nouveaux/decouverte/fiche218.asp>
Observer les ancêtres du cinéma pour animer des images comme le zoetrope, le thaumatrope. Voir fiche de fabrication : <http://www.toutamodeler.com/vip2/nouveaux/decouverte/fiche220.asp>

Des exemples de traces écrites

Une conclusion à retenir

Des suggestions de prolongements

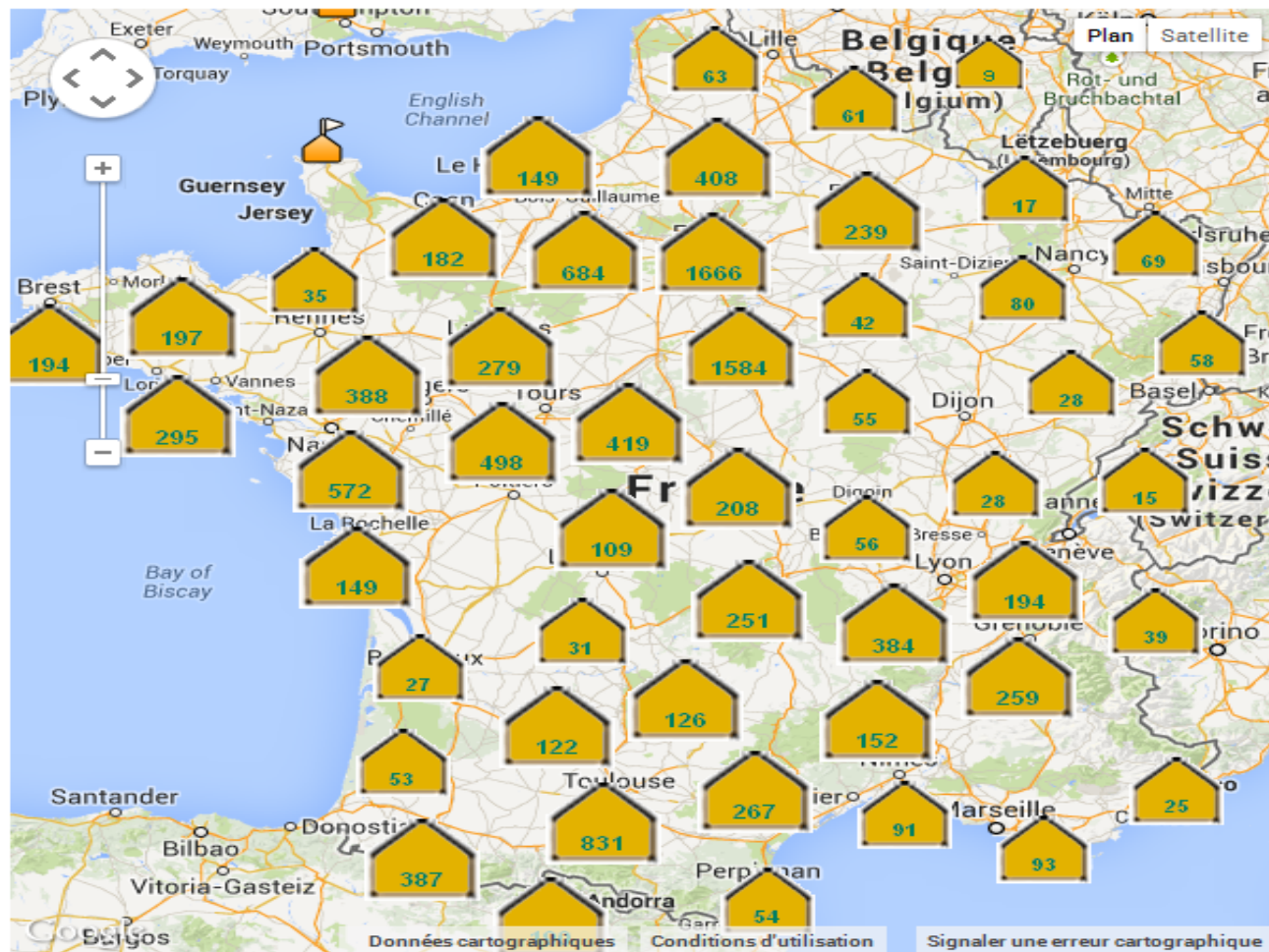
« Manger, bouger pour ma santé », C1 et 2

- **Clés en main :**

- Fiches à photocopier
- Protocole d'évaluation pour chaque séquence
- Éclairage pédagogique et scientifique

« Manger, bouger pour ma santé », C1 et 2

- Évaluation :
 - > 1800 enseignants utilisateurs auprès de > 47 000 élèves
 - **99%** : guide **plutôt ou très bien fait**
 - **97%** : progression **plutôt ou très facile**
 - **Évolution positive** des connaissances et comportements



« Manger, bouger pour ma santé », C₁ et 2

- Comment se le procurer ?

<http://mangerbouger.passerelles.info>

GUIDES PÉDAGOGIQUES "NUTRITION"

C3 :

« *Si le cœur vous en dit...* »



« Si le cœur vous en dit... », C₃

- Origine :
 - Réponse à un appel à projets santé national
 - **Prévention des MCV**
 - RLAM, CPAM
 - IA du **Haut-Rhin**



« Si le cœur vous en dit... », C₃

- Livre de l'**enseignant**
- + Cahier de suivi **élève**
- Validés par **l'IUFM**
- Clés en main
- Activités **transdisciplinaires**



« Si le cœur vous en dit... », C₃

- Architecture :
 - 3 couleurs -> 3 thèmes
 - 1 couleur = Ce2 -> Cm2
 - Séquence :
 - Nb de séances de travail à effectuer
 - Objectifs
 - Compétences à acquérir
 - Matériel nécessaire
 - Transdisciplinarité

« Si le cœur vous en dit... », C₃

- **Transdisciplinarité :**

- Art visuel
- Maîtrise de la langue
- Mathématiques
- Éducation civique...
- P. 90 (composition des aliments)

- **Continuité :**

- P. 30 et 99

« Si le cœur vous en dit... », C₃

- **Clés en main :**

- Progression
- Supports à photocopier
- Propositions de prolongement
- **Cahier de l'élève**

« Si le cœur vous en dit... », C₃

- Évaluation :
 - Suivi de cohorte sur plusieurs années
 - **Amélioration connaissances, comportements, et réduction surcharge pondérale**

« Si le cœur vous en dit... », c₃

- Comment se le procurer ?

Nous contacter :

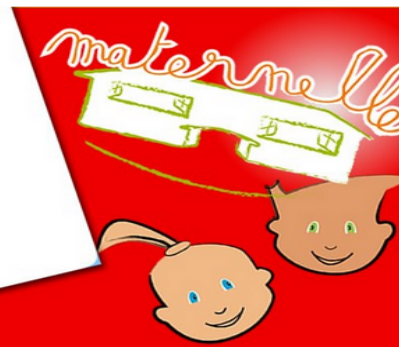
fedoua.salim@ac-strasbourg.fr

USEP

www.usep-sport-sante.org



[ACCUEIL](#) [MÉDECIN FÉDÉRAL](#) [FICHES MÉDICALES](#) [L'ATTITUDE SANTÉ](#)



MÉDECIN FÉDÉRAL

Le Docteur Marie France LEGAL est officiellement nommée MEDECIN FEDERAL de l'USEP par décision du Comité Directeur National réuni le 9 décembre...

ICAPS

En attendant une rubrique dédiée, accédez aux informations ICAPS via l'attitude santé en Cycle 3

FICHES MÉDICALES

Accédez aux fiches médicales de l'USEP consultables et téléchargeables au format pdf.

AS EN MATERNELLE

L'attitude santé en maternelle est maintenant consultable sur le portail Santé de l'USEP.

L'ATTITUDE SANTÉ EN CYCLE 2

L'attitude santé en Cycle 2 est maintenant consultable sur le portail Santé de l'USEP.

L'ATTITUDE SANTÉ EN CYCLE 3

L'attitude santé en Cycle 3 est maintenant consultable sur le portail Santé de l'USEP.

USEP

www.usep-sport-sante.org/OUTILS-AS/AS-Maternelle/



Le mot du Président de l'USEP :
Jean-Michel SAUTREAU

« Pio et Pia sont usépiens et leur tâche est grande : accompagner des centaines de milliers d'autres petits usépiens, tant de métropole que d'outre mer, sur le chemin ô combien important de la santé.

Une vraie, grande et belle responsabilité que cela confiée à Pio et Pia !

Dans sa mission de service public, l'USEP entend s'adresser à tous les enfants de notre chère Ecole Publique et aider chaque éducateur par l'apport de ce nouvel outil « L'attitude santé ».

Ouvrer encore et toujours pour le développement et le bien-être des enfants qui nous sont confiés : voilà aussi une définition de l'USEP. »

Jean-Michel SAUTREAU
Président national de l'USEP

L'attitude santé en *maternelle*



Précédent

Présentation et cadre médical

Un projet sport santé en USEP

Des outils

Des rencontres

Pour aller plus loin

Visualiser l'arborescence générale

- Avoir une pensée créatrice, une pensée critique, résoudre des problèmes, imaginer des projets
- Savoir gérer son stress, savoir gérer ses émotions, persévérer
- Savoir prendre des décisions, être responsable et prendre des risques



L'ATTITUDE SANTÉ
usep

L'ENFANT capable de repérer ses pratiques physiques acquérir des connaissances connaître ses goûts et ses comportements échanger avec ses pairs

- Savoir communiquer efficacement, informer, échanger
- Avoir conscience de soi, avoir de l'empathie pour les autres, être solidaire
- Être habile dans les relations interpersonnelles

décembre 2011



L'attitude santé est un concept, une représentation générale et abstraite qui s'appuie sur une réalité :

- un enfant capable de repérer ses pratiques notamment physiques et sportives,
- un enfant capable de s'enrichir de nouvelles connaissances en matière de santé et d'activités physiques et sportives,
- un enfant capable d'affiner ses goûts et questionner ses comportements,
- un enfant capable d'échanger avec ses pairs sur différents sujets concernant la santé,
- autant d'éléments indispensables pour faire évoluer ses comportements à partir du moment où l'adulte éducateur va pouvoir lui permettre de « se mettre en projet ».

Ces évolutions reposent sur le développement de compétences psychosociales, telles qu'elles sont définies dans la charte d'Ottawa (1986) et celle de Bangkok (2005) par l'Organisation Mondiale de la Santé (Voir fiche REPÈRES / Définitions / Compétences psychosociales)

Le champ associatif et sportif est propice à l'exercice de ces compétences qui visent à développer :

- La prise de responsabilité, la solidarité.
- L'empathie et le développement de relations interpersonnelles harmonieuses.
- La gestion des émotions et la conscience de soi.
- La capacité à imaginer et s'inscrire dans des projets.

LUDO-EDUCATIFS



Fascicule enseignants

*Boîte à outils
« Manger-Bouger »*

Cycles 1 à 3



Espaces régionaux de documentation

- Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (IREPS)
- Ressources documentaires :
 - alimentation et activité physique, sommeil, citoyenneté...
 - mallettes pédagogiques, brochures, ouvrages scientifiques...
- En ligne : www.bddr.pepsal.org
- Après midi découverte d'outils : à l'ERD ou délocalisées

Merci

