



Animation pédagogique

Erstein

CAAPS
2013/14



Plan

I. INTRODUCTION

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

I. INTRODUCTION

I. INTRODUCTION

- La surcharge pondérale des enfants : un enjeu de santé publique en Alsace
 - 2003 : **2ème région française dont les enfants de 5 à 6 ans sont les plus touchés par le surpoids et d'obésité**
 - 17.6% alors que la moyenne nationale est de 14.4% *
 - priorité de santé publique aux niveaux national, régional et académique

* Etude de la Direction de la Recherche, des Etudes, de l'Evaluation et des Statistiques

I. INTRODUCTION

- Caaps :
 - Lancement en 2005 dans le 2d degré
 - Objectif général :
 - « *Contribuer à la réduction de la prévalence du surpoids et de l'obésité chez les adolescents et, de fait, participer à la prévention des maladies cardio-vasculaires, du diabète et de certains cancers. »*

I. INTRODUCTION

- Caaps :
 - Articulation autour de 3 axes :
 - Restauration scolaire
 - Personnels de santé
 - Équipes enseignantes et vie scolaire

I. INTRODUCTION

- Caaps 2 : nouvelles orientations
 - Se diriger vers le premier degré
 - Impliquer davantage les parents
 - Autonomiser les équipes
 - Prioriser les établissements avec CESC en réseau interdegré
 - Maintenir des partenariats (Régime local, ARS, DRAAF...)

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

1. Un axe notable de la politique académique et ministérielle

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- **Projet académique 2012-2015 :**

« **Objectif 1 :**

Nourrir l'ambition scolaire par la mise en œuvre d'actions dynamiques et innovantes

Axe de progrès 3 de l'objectif 1 :

Assurer dans les écoles et les établissements la qualité de vie et les conditions de travail favorables à la réussite de tous et de chacun

Actions retenues :

***Promouvoir la santé et l'activité physique** dans les établissements et écoles de l'académie en renforçant :*

- *la politique de santé : **développer l'éducation à la nutrition,***
- *la pratique physique : en complément de l'enseignement obligatoire d'EPS qui poursuit les objectifs de santé et prépare les élèves à la gestion de leur vie physique future, **mettre en œuvre le plan académique de développement du sport scolaire et proposer une offre attractive d'activité au sein des associations sportives.** »*

II. L'ÉDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ÉCOLE

- **Circulaire n° 2011-216 du 2-12-2011 -
Politique éducative de santé dans les
territoires académiques :**

« Objectif 2 :

*Généraliser la mise en œuvre de l'éducation nutritionnelle et promouvoir les
activités physiques (intégrant la prévention du surpoids et de l'obésité). »*

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Programme 2008 de l'école maternelle :

- Découvrir le monde - Découvrir le vivant

- « Ils sont intéressés à l'hygiène et à la santé, **notamment à la nutrition.** »

- Agir et s'exprimer avec son corps

- « Par la **pratique d'activités physiques** libres ou guidées /
Par la pratique **d'activités qui comportent des règles.** »

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Programme 2008 de CP et CE1 :

- Découverte du monde – Découvrir le monde du vivant, de la matière et des objets
 - « **Nutrition et régimes alimentaires des animaux.**
 - *Ils apprennent quelques **règles d'hygiène** et de sécurité personnelles [...] »*
- Instruction civique et morale
 - « *Ils reçoivent une **éducation à la santé** et à la sécurité. »*
- Éducation physique et sportive
 - « *L'éducation physique [...] offre une **première initiation aux activités physiques, sportives et artistiques.***
 - *Tout en répondant au **besoin et au plaisir de bouger**, [...].*
 - *Les élèves apprennent à mieux se connaître, à mieux connaître les autres ; ils **apprennent aussi à veiller à leur santé.** »*

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Programme 2008 du CE2 au CM2 :
 - Sciences expérimentales et technologie – le fonctionnement du corps humain et la santé
 - « Première approche des fonctions de nutrition : **digestion**
 - Hygiène et santé : **actions bénéfiques ou nocives de nos comportements, notamment dans le domaine du sport, de l'alimentation, du sommeil.** »
 - Éducation physique et sportive
 - [...] Elle **contribue à l'éducation à la santé** en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps, [...] »

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

2. Favoriser l'intégration de l'éducation nutritionnelle dans le contenu des enseignements

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

a. Vos expériences

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

b. Un support pédagogique intéressant

Cycle 1 & 2

**MANGER, BOUGER
POUR MA SANTÉ**

Programme d'éducation à la nutrition



II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

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

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Manger, bouger pour ma santé (2010) :
 - Guide de l'enseignant
 - S'inscrit dans les pg officiels
 - Clés en main
 - Activités transdisciplinaires



II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

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

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- 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

NIVEAU
Cycle 2

Les objectifs de la séance

OBJECTIFS
• Distinguer activité et inactivité physique

Le matériel à prévoir

DURÉE
Entrée 5 à 10 pour les activités et 30 min pour la trace écrite individuelle

MATÉRIEL À PRÉVOIR
• Papier blanc
• 2 affiches
• Feutres

Le descriptif précis de la séance



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, soit, 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 transpire ?
Que notre cœur bat plus vite ?... »

■ Pour des informations sur l'eau et l'organisme : ► *Eclairage scientifique* p. 65.

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 transpire, 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) : ► *Eclairage 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 (les personnages peuvent être découpés 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 : ► *Eclairage pédagogique* p. 80.

Conclusion

**Bouger, c'est marcher, sauter, 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 transpire...**

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 ce cours 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 ossements de voir le squelette*, de Renaud Chabrier et Gérard Stehr, Collection Archimède, Éditions l'École des loisirs ; *Observer 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

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Clés en main :
 - Fiches à photocopier
 - Protocole d'évaluation pour chaque séquence
 - Éclairage pédagogique et scientifique

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- 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

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

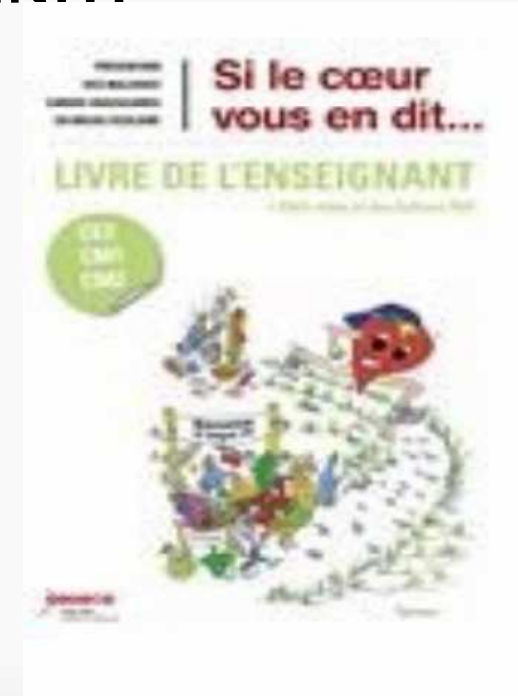
- Comment se le procurer ?

<http://passerelles.info/>

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

b. Si le cœur vous en dit...

Cycle 3



II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

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



II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Si le cœur vous en dit... (2000) :
 - Livre de l'enseignant + Cahier de suivi élève
 - Validés par l'IUFM
 - Clés en main
 - Activités interdisciplinaires



II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Architecture :
 - 3 couleurs -> 3 thèmes
 - 1 couleur = CE2 -> cm2
 - Pour chaque niveau : fiche de liaison
 - Séquence :
 - Nb de séances de travail à effectuer
 - Objectifs
 - Compétences à acquérir
 - Matériel nécessaire
 - Interdisciplinarité

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- **Interdisciplinarité :**
 - Art visuel
 - Maîtrise de la langue
 - Mathématiques
 - Éducation civique...
 - P. 96-98 (grignotage)

- **Continuité :**
 - P. 30 et 99

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Clés en main :
 - Progression
 - Supports à photocopier
 - Propositions de prolongement
 - Cahier de l'élève :
 - Activités en lien avec les séances choisies
 - Lien avec les parents

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Évaluation :
 - Suivi de cohorte
 - Amélioration connaissances, comportements, et réduction surcharge pondérale

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Comment se le procurer ?

Nous contacter:

fedoua.salim@ac-strasbourg.fr

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE



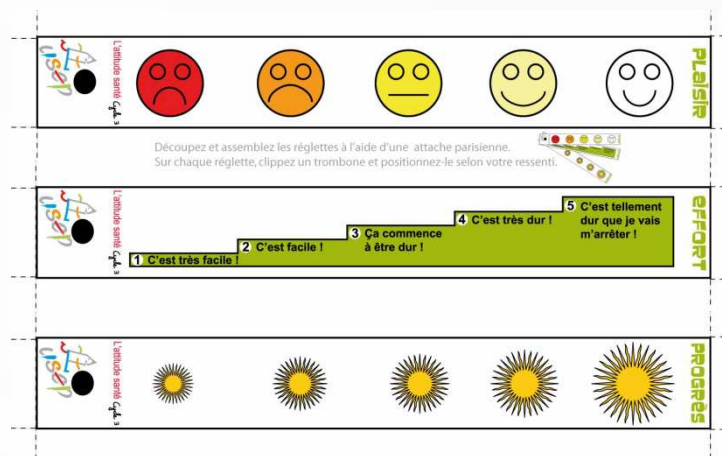
Un cadre, un accompagnement et des outils pour le sport santé

Le concept « L'attitude santé » de l'Union sportive de l'enseignement du premier degré (USEP) s'inscrit dans le cadre du troisième Programme national de nutrition santé (PNNS 3). Ce programme sur cinq ans, initié en juillet 2011 par le ministère des Affaires sociales et de la Santé, s'organise selon 4 axes.

L'USEP s'inscrit dans le second volet: développer l'activité physique et sportive (APS) et limiter la sédentarité.

Les 3 autres axes engagent la nutrition (inégalité, dépistage dénutrition....)

À travers « L'attitude santé », projet qui a obtenu le label PNNS en 2011, l'USEP a créé un matériel pédagogique d'éducation à la santé par l'activité physique, sportive et associative : les malles « L'attitude santé », destinées aux éducateurs et aux enseignants du primaire (du cycle 1 au cycle 3) et munies d'outils pour les élèves.





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

● 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

● Savoir communiquer efficacement, informer, échanger

● Avoir conscience de soi, avoir de l'empathie pour les autres, être solidaire

● Etre habile dans les relations interpersonnelles

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.

décembre 2011



Retrouvez nos outils sur:

<http://www.usep-sport-sante.org/>



DVD et mallettes en réservation à l'USEP 67,

Des outils et un accompagnement pour la mise en œuvre de projets sport santé.

www.usep67.org

contact@usep67.org

03 90 40 63 80

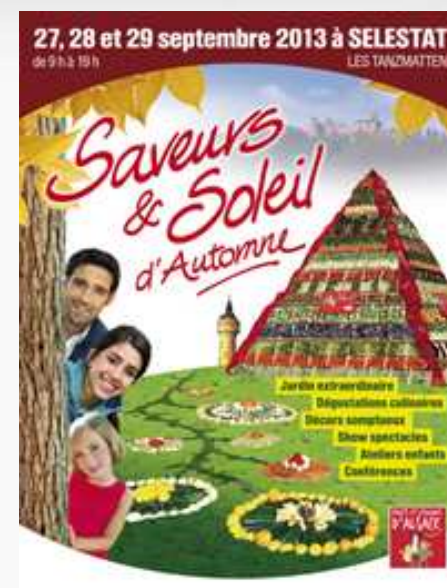
II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

c. Autres outils & dispositifs existants

II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Manifestations :
 - Saveurs et soleil d'automne
<http://www.saveurs-soleil-automne.com>

- Dispositifs :
 - Un fruit pour la récré
<http://draaf.alsace.agriculture.gouv.fr/programme-un-fruit-pour-la-recre>



II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Outils :
 - Mallette « Légumady »
 - Exposition « Affichons la forme : soyons bien dans nos assiettes et nos baskets ! »

Ma culture, ma famille et moi



affiches réalisées par les étudiants de Lisaa



avec le soutien de :



II. L'EDUCATION NUTRITIONNELLE A L'ECOLE

- Jeux « actifs » :
 - Tête & jambes
 - Béret alimentaire

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

1. Construction d'un projet de promotion de la santé : stratégie

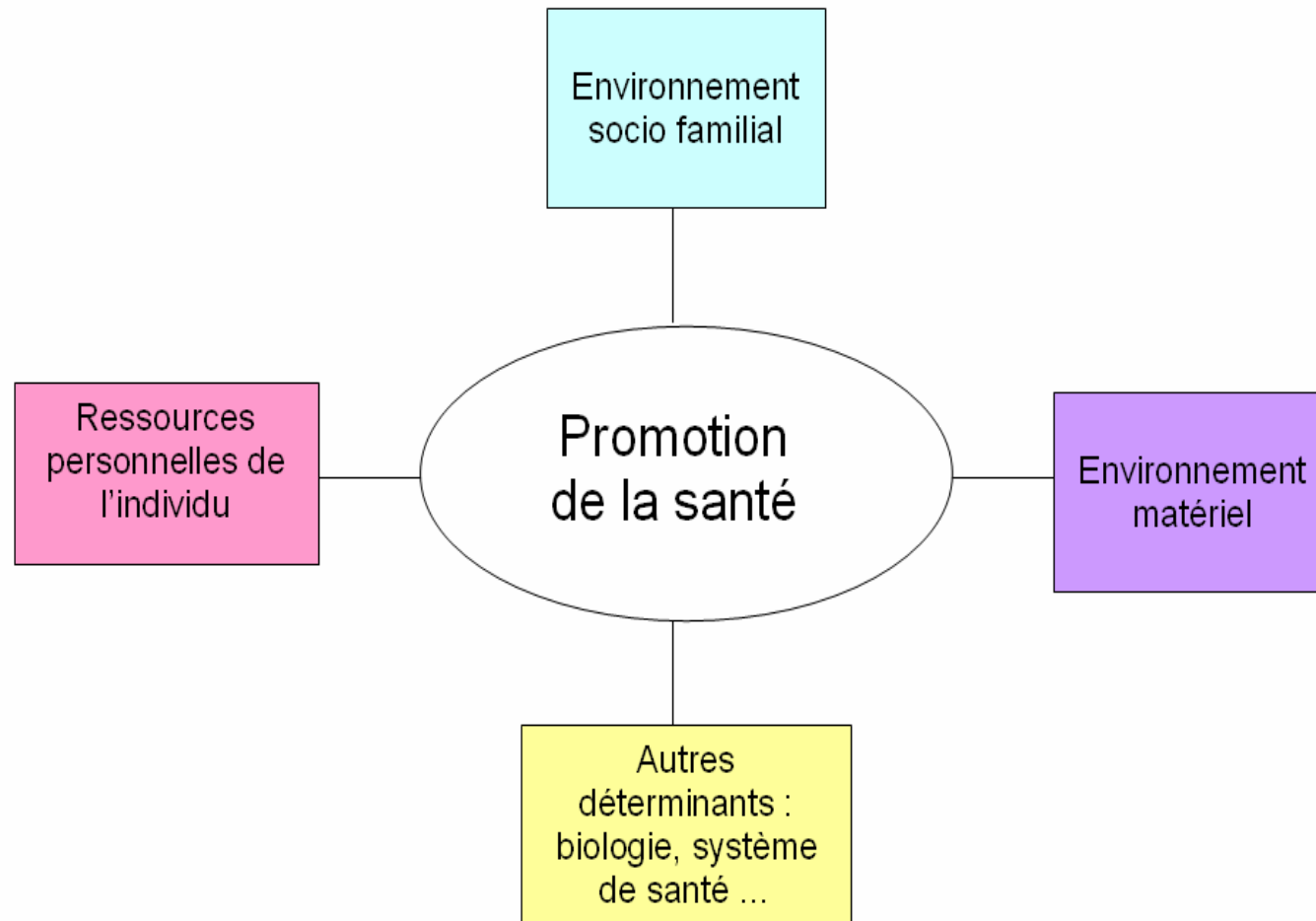
III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

La promotion de la santé, c'est...?

III. DE L'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ À LA PROMOTION DE LA SANTÉ

- Situation au sein d'une école :
 - Éducation nutritionnelle dans le contenu des enseignements
 - Confiseries apportées par les parents à la sortie de l'école
 - Vente de barres chocolatées à la récré

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE



III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

2. La collation matinale : un bien ou un mal ?

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

a. Débat

III. DE L'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ À LA PROMOTION DE LA SANTÉ

b. Éléments scientifiques
&
Éléments de langage

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

Origines et mutations

- France : 1954 (période après-guerre)
 - Consistance : 1 verre de lait
- Objectif : **lutter contre les états de carence**
(calcium)



III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

Aujourd'hui :



III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

Épidémiologie

- Enfants de 4-10 ans: apports en calcium largement > aux Apports Nutritionnels Conseillés (enquête INCA, 2000)
- Seuls 7% des enfants de maternelle ne prennent pas de petit-déjeuner (enquête INCA, 2000)
- En cas de collation, pas de réduction des apports énergétiques du petit-déjeuner et des repas suivants. (enquête INCA, 2000)
En revanche → augmentation de l'apport énergétique journalier de 4%
- 14,5% des enfants de GS : surcharge pondérale (enquête DREES, 1999-2000)

* Enquête INCA, 2000

III. DE L'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ À LA PROMOTION DE LA SANTÉ

L'avis des experts : Afssa et Cnsfp

- Opportunité superflue
- Composition riche
- Horaire impertinent
- Caractère systématique et indifférencié
- Effet négatif de son institutionnalisation
- Contre-message nutritionnel

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

Lait entier (briquette de 200 ml)
+
Biscuit type « cookie » (25 g soit 1 biscuit)

| | Rapport aux apports caloriques quotidiens conseillés* | Rapport aux apports lipidiques (graisses) quotidiens conseillés* |
|-----------------|---|--|
| Enfant de 4 ans | 20% | 20% |
| Enfant de 6 ans | 15% | 20% |

* Apports nutritionnels conseillés pour la population française, 3^e édition - A. MARTIN, 2000

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

- « *La collation du matin à l'école [...] n'est pas justifiée et ne constitue pas une réponse adaptée à l'absence de petit déjeuner* »

AFSSA, 23 janvier 2004

III. DE L'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ À LA PROMOTION DE LA SANTÉ

- **Collation** : pas responsable à elle seule des surcharges pondérales chez l'enfant
- **Affaire délicate** :
 - Objet transitionnel
 - Articuler l'individuel et le collectif
 - Articuler le domaine public et la sphère privée
- **Établir un dialogue avec les familles** :
 - Maîtres = acteurs privilégiés

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

- Compenser avec des actions éducatives autour du petit-déjeuner et de l'équilibre alimentaire en général en ciblant des **objectifs pédagogiques spécifiques** :
 - **Sensoriels** : notion des 5 sens
 - **Langagiers** : apport d'un lexique lié à la découverte des odeurs, saveurs, épices...
 - **Scientifiques** : apprentissage à trier et catégoriser les aliments dans leurs familles respectives.



III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

- Quel discours commun tenir ?

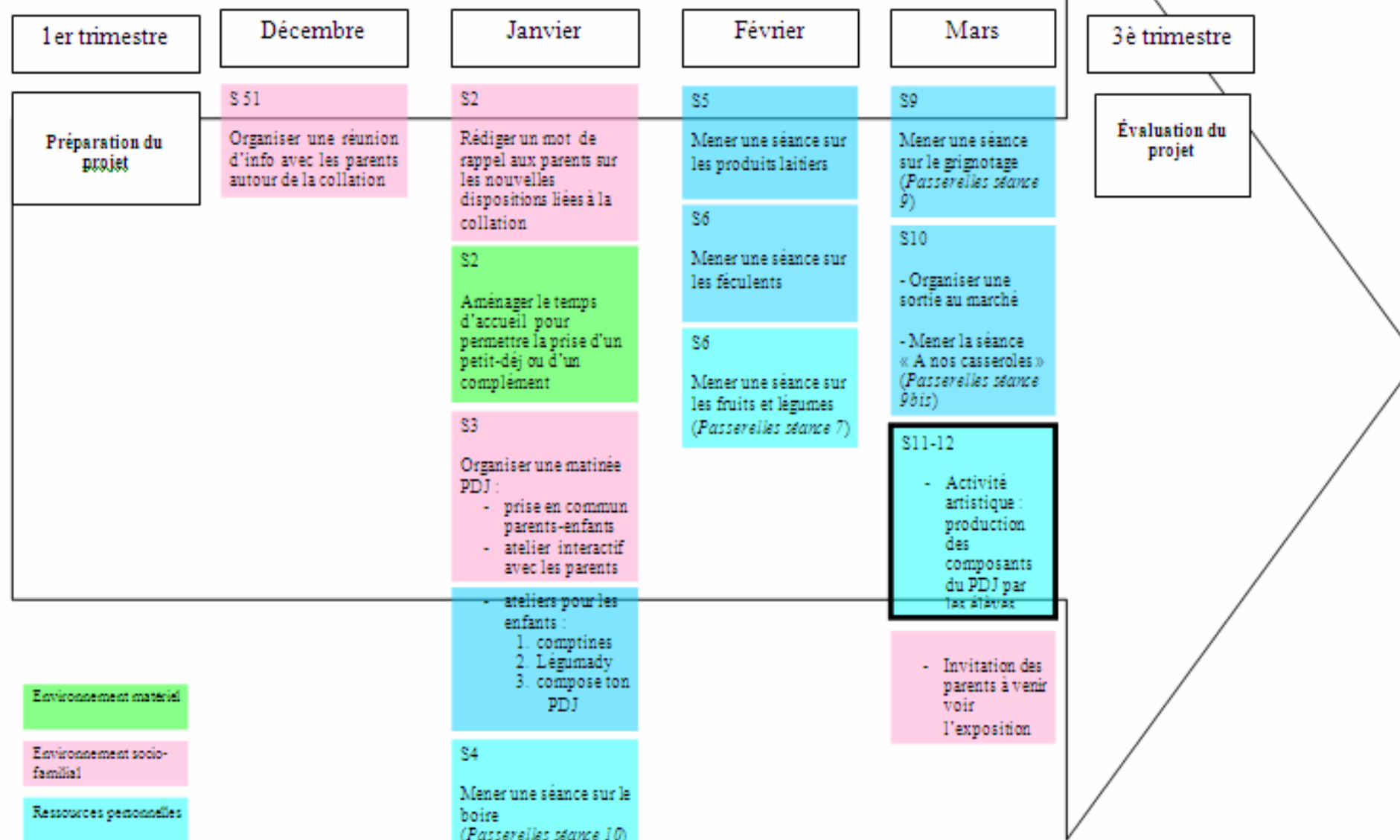
III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

c. Proposition de projet de promotion de la
santé autour de la collation matinale

FRISE DU PROJET « COMPORTEMENT ALIMENTAIRE MATINAL »

OBJECTIF : contribuer à améliorer le comportement alimentaire matinal des enfants

CIBLE : PS MS et GS ?



Environnement matériel

Environnement socio-familial

Ressources personnelles

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

3. Application

III. DE L'EDUCATION POUR LA SANTE A LA PROMOTION DE LA SANTE

- Travail en groupes :
 - **Objectif** : amorcer une réflexion mutuelle autour d'une problématique, en adoptant une **stratégie de promotion de la santé**.
 - **Projet planifié** sur l'année.

NOS PARTENAIRES

