

CONSTAT :

LE MODE DE VIE DES ENFANTS A CHANGÉ :

- augmentation de la sédentarité
- une alimentation déséquilibrée

➔ EN BRETAGNE :

Forte proportion des enfants en surpoids

- 14%* des enfants de 5 à 6 ans
- 20%* des enfants en CM2



BOUGE TON CŒUR
CRÔQUE LA VIE

⬇
OBÉSITÉ :
Un enjeu de
Santé Publique

➔ UN PROGRAMME POUR VOTRE ÉCOLE

- Le fonctionnement du corps au repos et à l'effort
- Une alimentation équilibrée

* Source : DRASS/Région Bretagne,
Santé de la population en Bretagne -
Etat des lieux préparatoire à la mise en place
du programme régional de Santé Publique -
p 88-9, dec 2004



POUR LES ENFANTS DE LA MATERNELLE AU CM2

2 THÈMES D'ATELIERS VOUS SONT PROPOSÉS POUR ATTEINDRE DES OBJECTIFS DE SANTÉ PUBLIQUE

A vous de les intégrer transversalement dans le programme scolaire

LE FONCTIONNEMENT DU CORPS A L'EFFORT :



- 1- Sédentarité, activité physique et sport
- 2- Mesure et étude de l'activité physique à la récréation
- 3- Etude de l'organisme au repos et à l'effort
- 4- L'effort physique et ses limites
- 5- Utilisation de l'énergie à l'effort et gestion de l'effort

UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE :



- 1- Découverte du goût et des 5 sens
- 2- Groupes d'aliments
- 3- Repas équilibré
- 4- Pique-nique équilibré
- 5- Critiques des menus
- 6- Déchiffrer les tableaux sur les emballages alimentaires
- 7- Publicité et messages alimentaires

Un mot de l'Inspecteur d'Académie

«J'engage vivement les professeurs à utiliser cet outil de qualité. Il est d'un grand intérêt pour les programmes de l'école en «sciences» et «découverte du monde». Il offre d'excellents supports pour l'éducation à la santé, à l'hygiène de vie, au goût. Des élèves qui réussissent sont aussi des enfants en bonne santé, avertis et épanouis, et, respectueux de leur corps.»

Philippe Couturaud



LA MALLETTE



À L'ISSUE DE LA PRÉSENTATION DES ATELIERS :
UNE MALLETTE PÉDAGOGIQUE SERA FOURNIE
À CHAQUE ÉCOLE QUI INCLURA LE PROGRAMME
DANS SON PROJET D'ÉCOLE



**BOUGE TON CŒUR
CRÔQUE LA VIE**

POUR IMPLIQUER LES PARENTS :

- Fiches d'information disponibles dans la mallette
- Possibilité d'aide pour l'animation de « Journées Santé » au sein de l'école ou de la commune

VOTRE CONTACT :

Gwenhaëlle Malardé : 06 88 23 83 55

Infirmière du Centre Médico-sportif de Bretagne Sud
c.medico-sportif2@ch-bretagne-sud.fr



Création : AOS Graphisme - www.aosail.com - Photos : AOS - CMSBS

BOUGE TON CŒUR, CRÔQUE LA VIE