

50 activités pour éduquer à la nutrition à l'école

2010 - fiche modifiée le 02 décembre 2010

Alimentation et activité physique

Des activités variées destinées à tous ceux qui souhaitent faire comprendre aux enfants les enjeux de l'alimentation et des activités physiques. Chaque fiche précise les objectifs de chaque activité et les compétences mobilisées.

Support	Fichier d'activités
Âge du public	De 3 à 11 ans
Thèmes associés à cet outil	Activité physique, Alimentation
Obtention	Acquisition En centre de prêt
Participants	A partir de 1
Prix	23,00 €



Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel:

Guide de 167 pages, avec illustrations couleur
Auteurs : Christophe Chardonnet, Laurent Maurel
ISBN: 978-2-86565-437-6

[Extraits](#) (sur le site de l'éditeur)

Concept:

Le contenu est organisé en **cinq grands dossiers** :

- Approche générale
- EPS (éducation physique et sportive) et santé
- Produits laitiers
- Féculents
- Fruits

Annexe : "Fiches ressources", bibliographie

Les dossiers abordent de nombreux sujets de manière transversale et/ou pluridisciplinaire. Les activités sont construites en relation avec l'environnement de l'enfant prenant en compte les modèles familiaux (les habitudes alimentaires dans la sphère privée) et sociaux (le savoir-manger et le savoir-vivre ensemble, vecteur d'intégration).

Ce support pédagogique s'adresse : aux enseignants des écoles maternelles et élémentaires, aux professeurs des écoles stagiaires et aux intervenants en éducation à la nutrition dans les écoles ; aux animateurs et aux formateurs de centre de loisirs en matière d'éducation à la nutrition ; à tous ceux qui souhaitent trouver des clefs pour mieux faire comprendre les enjeux de l'alimentation et des activités physiques.

Objectifs

Que l'enfant soit capable de :

- Connaître les besoins de son corps d'enfant
- Consommer des repas équilibrés
- Limiter la consommation de sucre et de graisses
- Pratiquer une activité physique régulièrement et progressivement

Trois objectifs du PNNS (Programme National Nutrition Santé) constituent le cadre de référence :

- Développer le projet d'éducation à la nutrition, au goût et à la consommation
- Assurer un environnement alimentaire satisfaisant, en offrant une restauration scolaire équilibrée et sécurisée, n'alliant plaisir et qualité
- Prévenir les problèmes de surpoids et d'obésité

Conseils d'utilisation

En introduction de chacun des dossiers, un petit texte présente les apprentissages spécifiques qui seront abordés, ce texte pouvant servir de base à la présentation des activités.

Les objectifs de chaque activité et les compétences mobilisées sont précisées sur chaque fiche.

Bon à savoir

Cet ouvrage est l'aboutissement d'une recherche-action engagée au sein de la circonscription de Carmaux (Tarn), depuis plus de cinq ans, dans le cadre d'un projet transdisciplinaire intitulé "**Pour être en bonne santé j'agis**". Ce projet concerne, chaque année environ 700 enfants.

L'outil peut être commandé : [bon de commande](#).

(Mise à jour : juillet 2018)

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

CRDP de l'Académie de Toulouse
3 rue Roquelaine - BP 7045
31069 - Toulouse Cedex 7
France
+33 (0)5 61 99 48 48
<http://www.cndp.fr/crdp-toulouse/>

Dans les centres de prêt :

Centre liégeois de promotion de la santé
+32 (0)4 279.50.52 - promotion.sante@clps.be
<http://www.clps.be>

Centre Local de Promotion de la Santé de l'arrondissement de Verviers
+32 (0)87 35 15 03 - s.vilenne@clpsverviers.be
<https://www.clpsverviers.be/>

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme
+32 (0)85 25 34 74 - info@clps-hw.be
<http://www.clps-hw.be>

Centre local de promotion de la santé de Namur
+32 (0)81 75 00 46 - info@clpsnamur.be
<http://www.clpsnamur.be>

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - anastasia@province.namur.be
Catalogue : <http://anastasia.province.namur.be>

L'avis de PIPSa

Appréciation globale

Cet outil de grande qualité propose une vision globale de l'alimentation, en intégrant l'activité physique, l'analyse des publicités et une dimension écologique. Très complètes, les fiches d'activités sont bien construites et soutenantes pour les animateurs (ne manque que le timing des activités).

Avec ses activités diverses, se basant sur le vécu des enfants, l'expérimentation, parfois faisant appel à des démarches plus "intellectuelles" (analyse de textes, par exemple), l'outil permet un travail sur le long terme.

Des activités collectives sont proposées, ainsi que des activités extérieures à la classe (marché, repas scolaires à la cantine ...). La notion "plaisir" est mise en avant.

L'outil proposant une quantité de choses, un bon temps d'appropriation est nécessaire.

Les thèmes abordés concernent l'activité physique, les produits laitiers, les féculents, et les fruits. Il n'y a pas d'activités proposées sur les autres thèmes relatifs à l'alimentation (le sucre, les graisses, les protéines, etc.).

L'outil ne propose pas d'évaluation à la fin des activités, ni du programme dans son ensemble.

Objectifs

- Prendre connaissance d'informations sur la nutrition en général, sous un angle positif.
- Expérimenter les aliments (par les sens et d'un point de vue scientifique), certaines recettes de cuisine et certaines activités physiques.
- Susciter la discussion/le débat autour des aliments, des pratiques alimentaires, de l'activité physique et la publicité.
- Faire émerger les représentations des enfants autour des aliments, des pratiques alimentaires et de l'activité physique.

Public cible

- 3-11 ans (mais peu d'activités pour les 3-6 ans)
- Milieu scolaire, éventuellement extrascolaire (écoles de devoir, internats, etc.)

Utilisation conseillée

- Nécessité d'adapter l'outil au contexte scolaire belge (tranches d'âges, cycles scolaires, ressources).
- Etre au courant/avoir à l'esprit des problèmes de santé (ex : allergies, intolérance ou maladies comme diabète) et les réalités multiculturelles (interdits religieux, etc.) des enfants avant de mettre certaines activités en œuvre.
- Se construire son propre lexique (des mots sont proposés en fin de chaque activité, mais pas les définitions).

Critères d'évaluation :

Cohérent ★★★★★
Attractif ★★★★★
Interactif ★★★★★
Soutenant pour l'utilisateur ★★★★★
Soutenant pour la prom. de la santé ★★★★★

Temps de préparation :



Points forts :

Activités basées sur le vécu des enfants, bien soutenantes pour l'utilisateur. Mise en avant du plaisir. Utilisation pluridisciplinaire possible.

Points d'attention :

Adapter au contexte scolaire belge.

Sujets abordés :

Education physique et sportive, produits laitiers, féculents, fruits, publicités, écologie.

Date de l'avis : 16 décembre 2010

Autour de l'outil

Journée découverte d'outils pédagogiques pour parler de l'alimentation : à Arlon, le 14 mars 2012

Autour des outils - publié le 07 mars 2012

Pour les enseignants, éducateurs, animateurs, formateurs, professionnels de la santé et de la promotion de la santé. Les inscriptions sont encore ouvertes !

[Lire la suite](#)

