

## Si le coeur vous en dit ...

2012 - fiche modifiée le 20 février 2015

Un outil pour aborder la prévention des maladies cardio-vasculaires en milieu scolaire.

<b>Support</b>	Kit pédagogique
<b>Âge du public</b>	De 8 à 12 ans
<b>Thèmes associés à cet outil</b>	Activité physique, Alimentation, Corps, Compétences psychosociales, Tabac
<b>Obtention</b>	Acquisition En centre de prêt
<b>Participants</b>	Inconnu
<b>Prix</b>	42,50 €



### Sur l'outil

---

#### Description selon l'éditeur

#### Matériel :

- [Livre de l'enseignant CE2/CM1/CM2](#) (PDF), ouvrage de 222 p.
- Cahier de suivi de l'élève, 113 p.
- DVD-vidéo + fichiers PDF

#### Concept :

Un tiers des maladies cardio-vasculaires pourrait être évité par l'adoption de comportements favorables à la santé en matière d'alimentation, de tabagisme et d'activités physiques.

Ce support pédagogique propose aux enseignants d'agir concrètement auprès des élèves de 8-12 ans pour les aider à développer les comportements favorables à leur santé.

Le dossier de l'enseignant, avec un Dvd-vidéo, apporte les connaissances utiles sur les concepts d'éducation pour la santé, d'estime de soi, des compétences psychosociales et sur les trois thématiques : tabac, alimentation et activité physique.

#### Objectifs

Permettre aux élèves :

- de prendre conscience des méfaits du tabagisme, de l'importance d'une alimentation équilibrée et variée et des bienfaits de l'exercice physique
- de développer des compétences psychosociales (communication, analyse, prise de décision...) et l'estime de soi pour adopter des comportements favorables à la prévention des maladies cardiovasculaires

Permettre aux enseignants (cycle 3 en France):

- de développer savoirs et savoirs-faire indispensables à la conduite d'enseignements pédagogiques sur les trois thématiques
- de réaliser des activités de prévention et d'éducation pour la santé à travers les disciplines et la vie scolaire

#### Conseils d'utilisation

Le **dossier de l'enseignant** contient des fiches pédagogiques et des annexes permettant à l'enseignant d'aborder les trois thématiques avec ses élèves.

Chaque thématique possède son propre code couleur : vert pour l'alimentation, orange pour le tabac et bleu pour l'Éducation Physique et Sportive.

Le **cahier de suivi de l'élève** permet d'analyser son comportement et de voir ses progrès dans les trois domaines au fur et à mesure des travaux réalisés en classe et d'exprimer ses impressions, son ressenti, ses idées.

#### Bon à savoir

Cet outil, élaboré par un groupe de professionnels composé d'enseignants et d'éducateurs pour la santé, a été expérimenté auprès d'une cohorte d'élèves de dix-sept écoles élémentaires durant trois années consécutives.

Bon de commande : [Livre de l'enseignant](#) - [Cahier de suivi de l'élève](#)

### Où trouver l'outil

#### Chez l'éditeur :

CRDP de l'Académie de Strasbourg  
Rue Maréchal Juin 23  
67007 - Strasbourg Cedex  
France  
+33 (0)3 88 45 51 60 - [direction@crdp-strasbourg.fr](mailto:direction@crdp-strasbourg.fr)  
<http://www.crdp-strasbourg.fr/>

#### Dans les centres de prêt :

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

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

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

### L'avis de PIPSa

---

#### Appréciation globale :

Ce programme d'éducation à la santé propose des activités scolaires progressives sur 3 ans, en intégrant les thématiques alimentation, tabac, activité physique aux programmes officiels. Les activités, assez classiques, s'intègrent parfaitement aux temps et rythmes de la classe.

**La démarche** propose à l'élève de travailler sur ses connaissances, ses représentations, ses attitudes, en vue de favoriser l'apprentissage de comportements sains : elle vise la responsabilisation individuelle plutôt que l'action collective. Un carnet personnel d'apprentissage accompagne l'enfant pendant 3 ans, mêlant travail sur ses savoirs et ses propres comportements (apprendre à observer) et auto-coaching sur de nouveaux comportements (se donner des objectifs).

**Le DVD** témoigne de la mise en place de l'outil dans une école, accompagnée par une stratégie globale de promotion de la santé (formation des enseignants, de l'équipe de la cuisine, implication de différents acteurs, ...), ce qui donne tout son sens à l'outil, et explique probablement les résultats positifs obtenus. Dommage que l'outil diffusé ne fournisse que savoirs et séquences pédagogiques, en négligeant les pistes institutionnelles et organisationnelles pour garantir la cohérence pédagogique dans la mise en place d'un tel processus.

Les principes fondateurs, prérequis à la démarche, très pertinents, rappellent l'importance des compétences psychosociales dans la démarche d'apprentissage. Cependant, aucune fiche d'activité n'y est spécifiquement consacrée. Or, les enseignants ne sont pas égaux face à ces prérequis.

**L'approche des contenus** est inégale : les activités sur l'alimentation proposent des pistes intéressantes (grignotage, critique des publicités, ...) mais soulèvent aussi des questions (importance accordée aux produits laitiers et fromage, absence du sel, du cholestérol) ; l'approche du tabac est essentiellement anti-tabac (malgré un angle d'approche intéressant sur le souffle) et la (petite) partie consacrée aux activités physiques reste focalisée sur les activités sportives possibles au cours de gymnastique. De plus, en prévention cardio-vasculaire, la gestion du stress (relaxation, visualisation, ...) reste un élément central, non abordé ici.

Enfin, l'outil ne tient pas compte des déterminants socio-culturels et économiques qui influencent les modes de vie. L'aspect normatif sous-jacent pourrait être culpabilisant pour certains parents/familles, d'autant qu'un véritable partenariat éducatif avec les parents n'est pas pensé. Il semble que ce soient les enfants qui doivent devenir les éducateurs de leurs parents.

#### Objectifs :

- Connaître le lien entre alimentation, tabac, activité physique et santé
- Stimuler l'acquisition d'habiletés personnelles et normées en matière d'alimentation, de tabac et d'activité physique

#### Public cible :

9-11 ans

**Utilisation conseillée :**

- dans le cadre d'un projet global, pensé au sein d'une école (ou d'un degré d'enseignement) pour assurer la continuité et la progressivité
- faire le lien avec référentiels matières et compétences/pgm scolaires de la FWB
- s'outiller préalablement par une formation sur les compétences psychosociales

**Date de l'avis :** 03 février 2015

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139613960/si-le-coeur-vous-en-dit.html?export>

28-03-2024 18:33