

KIDZ-BOX

2008 - fiche modifiée le 06 juillet 2009

25 jeux et astuces pour bouger et se nourrir en s'amusant

Kit pédagogique développé dans le but de lutter contre le surpoids chez les enfants en augmentant le temps destiné aux activités physiques des enfants, à l'école enfantine ou à la maison, et en améliorant leurs capacités motrices.

Support	Kit pédagogique
Âge du public	A partir de 3 ans
Thèmes associés à cet outil	Activité physique, Alimentation
Obtention	En centre de prêt Téléchargeable
Participants	A partir de 1
Prix	Gratuit



Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel:

- Un jeu de cartes (boîte) :
 - 16 cartes "mouvement"
 - 5 cartes "alimentation"
 - 4 cartes "jeux"
- La brochure "[Informations pour les enseignants](#)" (PDF)
- La brochure "[Informations pour les parents](#)" (PDF) dans diverses langues (électroniques)

Concept:

La Kidz-Box est un outil développé dans le but de lutter contre le surpoids chez les enfants. Il s'agit d'une boîte qui contient 25 cartes à l'aide desquelles les enfants peuvent imaginer se transformer en cheval, en homme-araignée ou en avion.

La boîte contient 16 cartes sur l'activité physique, 4 cartes de jeu et 5 cartes sur l'alimentation. Elles donnent des conseils en matière d'activité physique et d'alimentation saine et comment les enfants peuvent les suivre au quotidien tout en s'amusant.

La Kidz-Box est accompagnée d'une brochure spécialement conçue pour les enseignants (brochure d'information). Elle contient des informations détaillées sur la boîte elle-même, sur ses objectifs, ses effets et sur la manière de pratiquer chaque exercice proposé.

Objectifs

Augmenter le temps destiné aux activités physiques des enfants, à l'école enfantine ou à la maison, et améliorer leurs capacités motrices.

- Optimiser, au moyen d'exercices ludiques, le comportement des enfants face à l'alimentation et aux boissons.
- Permettre aux enfants d'éprouver un sentiment de réussite, afin qu'ils puissent renforcer leur conscience de soi.
- Proposer de nombreuses idées de jeux pour le quotidien.
- Transmettre des informations sur l'importance d'un mode de vie équilibré.
- Engendrer joie et plaisir! Car seuls ceux qui éprouvent du plaisir à bouger, à manger et à boire de manière équilibrée le feront spontanément sur le long terme.

Conseils d'utilisation

La brochure pour les enseignants comprend, pour chaque carte "alimentation" et "mouvement", des idées de mise en oeuvre pratique à l'école enfantine, ainsi que des indications utiles pour les effectuer.

[Présentation de la Kidz-Box](#) (PDF)

Les informations destinées aux parents donnent en dix langues des indications sur la manière de bouger tout en s'amusant à la maison.

Bon à savoir

Cet outil a été élaboré en collaboration avec la [Société Suisse de Nutrition \(SSN\)](#).

(Mise à jour : juillet 2018)

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

Promotion Santé Suisse
Avenue de la Gare 52
1003 - Lausanne
Suisse
+41 (0)21 345 15 15 - office.lausanne@promotionsante.ch
<http://www.promotionsante.ch>

Dans les centres de prêt :

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon
+32 (0)10 62 17 62 - info@clps-bw.be
<http://www.clps-bw.be>

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

L'avis de PIPSa

Appréciation globale

L'outil s'appuie sur le besoin naturel de l'enfant de bouger et (re)donne la permission de le faire à l'école, sur base d'un cadre défini par l'enseignant. L'essentiel des propositions éducatives est organisé autour d'activités physiques déterminées, simples à réaliser. Ces jeux faciles et traditionnels sont pratiqués spontanément par les enfants.

Si l'intention est pertinente pour la santé publique, la prescription d'activités ludiques sous forme de "devoir" témoigne toutefois d'une démarche intellectuelle d'adulte peu adaptée au fonctionnement naturel et spontané des enfants. L'absence de lien entre le ressenti du corps et l'activité, le découpage du corps en segments à travailler, l'absence de référence au plaisir, témoignent de la vision d'un corps-machine à entraîner, tel que pratiqué en salle de fitness. Le jeu devient un exercice désincarné à réaliser - un devoir. De plus, le ton moralisateur/paternaliste ne mobilise pas et peut même s'avérer contre productif car vexatoire pour les parents et les enseignants.

L'évolution des modes de vie nécessite-t-elle de (re)dire le connu parce qu'il a été perdu ? Faut-il réapprendre aux parents à jouer avec leurs enfants ; leur rappeler qu'ils sont des éducateurs, et qu'ils doivent montrer l'exemple ? Un des buts de l'outil semble en effet de faire l'éducation des parents à travers leurs enfants (vocabulaire du dépliant toutefois peu facile d'accès).

Dans son contenu, l'outil demeure peu innovant, parfois complexe (description littéraire des exercices) et potentiellement dangereux dans certains de ses exercices (absence de conseils de sécurité sur les fiches). L'aspect " alimentation ", peu développé, est orienté vers des aspects qui ne dépendent pas de l'enfant.

Le matériel reste onéreux par rapport à ses possibilités d'exploitation : fragile pour une utilisation répétée, et finalement peu utile à l'activité proposée.

Objectifs de l'outil

Pour les enfants :

- Expérimenter collectivement l'activité physique à l'école
- Mettre en place les premiers apprentissages sains au quotidien

Pour les parents et enseignants :

- Augmenter l'activité physique des enfants,
- Ancrer de bonnes habitudes de vie

Public cible

De 3 à 5 ans

Réserves

Dangerosité potentielle de certains exercices.

Utilisation conseillée

- Le seul guide enseignant (téléchargeable) est suffisant pour travailler en classe.
- Laisser les enfants et les parents innover à partir des propositions.
- Pour découvrir fruits et légumes, reportez-vous à l'outil « En rang d'oignons »

Critères d'évaluation :

Cohérent ★★☆☆

Attractif ★★☆☆

Interactif ★★☆☆

Soutenant pour l'utilisateur ★★☆☆

Soutenant pour la prom. de la santé ★★☆☆

Temps de préparation :



Points forts :

S'appuie sur le besoin naturel de l'enfant de bouger et (re)donne la permission de le faire à l'école, sur base d'un cadre défini par l'enseignant.

Points d'attention :

Vision d'un corps-machine à entraîner, tel que pratiqué en salle de fitness.

Sujets abordés :

Activités physiques, alimentation.

Date de l'avis : 23 juin 2009