L'attitude santé en cycle 3

Un outil pédagogique
d'éducation à la santé par l'activité
physique sportive et associative

Un contexte

- Enjeux humanistes – droit à l'éducation, droit à la santé, droit à la pratique physique et sportive
- Enjeux institutionnels – une mission de service public

- Une volonté politique de l' usep
  - Plaisir dans la pratique des activités sportives et associatives
  - Rapprochement des acteurs
  - Mise en place de projets d'éducation à la santé par l'activité physique sportive et associative

Des objectifs

- Promouvoir la santé par les activités physiques et sportives
- Former des enfants acteurs de leur santé tout au long de leur vie
- Promouvoir la vie associative par la réalisation de projets sport-santé

Des contenus originaux validés

- Qui s'appuient sur la pratique sportive.
- Qui proposent une aide méthodologique aux acteurs.
- Qui offrent des outils ludiques et variés.
- Qui mutualisent réflexions, expériences, recherches et rencontres USEP.
- Qui rassemblent des associations et des professionnels en éducation à la santé .

Une continuité

Pour qu'à la fin de l'école primaire, l'enfant…

- connaisse les leviers que sont la quantité, la régularité et l'intensité de la pratique physique et sportive,
- les expérimente et fasse des choix au mieux de ses possibilités.

L'attitude santé en cycle 3

Une mallette

- Un dossier de presse
- Des outils pour les enfants
- Des outils de communication

Un Cdrom évolutif téléchargeable

Sommaire du CD Rom

Présentation et cadre médical
Argumentaire
Définitions
Repères médicaux

Un projet "Sport-Santé" USEP
Construire un projet « Sport-Santé » Usep
Une stratégie type « ICAPS »
Des thèmes santé cycle 3
Atouts et limites d'un projet
Valorisation d'un projet
Partenaires – Contacts
Exemples de formation

Des outils
Dossier de présentation
L'affiche de communication
Les affiches à personnaliser
Le concept « L'attitude santé » Usep
Les réglettes du plaisir, de l'effort et du progrès
Le compteur d'activités physiques et sportives
Les vidéos
Les photos d'émotions sportives
Les cartes postales
L'histoire à poursuivre
Les BD
Le cahier témoin
Les informations santé pour les parents
Les ouvrages de littérature jeunesse

Des rencontres
Les unités d'enseignements « APS et santé »
Des exemples de rencontres sportives USEP :
course de durée, biathlon, acrosport, ultimate...
L'accompagnement éducatif
Pédibus
Atelier alimentation
Atelier souffle
Atelier sécurité solaire
Atelier débat
Analyser une rencontre
Aides et outils

Pour aller plus loin
Bibliographie
Evaluation
Arborescence
Usep
Partenaires

Téléchargement du CDrom sur le site
www.usep.org

Les contenus du cédérom

- Des documents actualisés de L'attitude santé en maternelle et en cycle 2

- Des documents et outils spécifiquement créés pour les enfants de CE2, CM1 et CM2 qui complètent les éléments de L'attitude santé en maternelle et cycle 2

Des outils pour s'interroger et raisonner

Une histoire pour échanger et… bouger

Titre :

1 Par une belle journée du mois de mai, des enfants avaient rendez-vous en début d'après-midi sur la place de la mairie de Bourg-Saint-Sylvestre. De là, ils s'étaient dispersés en équipes, pour réaliser un parcours d'orientation au cœur de la superbe forêt de Chalulès. Il était convenu de se retrouver sur la place du village à l'heure du goûter…

5 Parmi eux Pio, Pia, Alice et Nourri se sont joyeusement mis en route.
Ils ont cheminé tranquillement, ils se sont souvent arrêtés … plus longtemps que prévu. Ils en ont même profité pour jouer ! Il faisait si beau !
Les voilà maintenant assis au pied d'un grand sapin, en pleine concertation : il s'agit de décider du chemin à prendre, ne pas oublier des balises, trouver les indices pour finir le parcours…et ne pas arriver les derniers!
Mais ils ont beau tourner et retourner depuis un bon moment la carte dans tous les sens …

- Interroger ses compétences psychosociales et ses capacités à faire des choix

- Avec un document pédagogique d'accompagnement

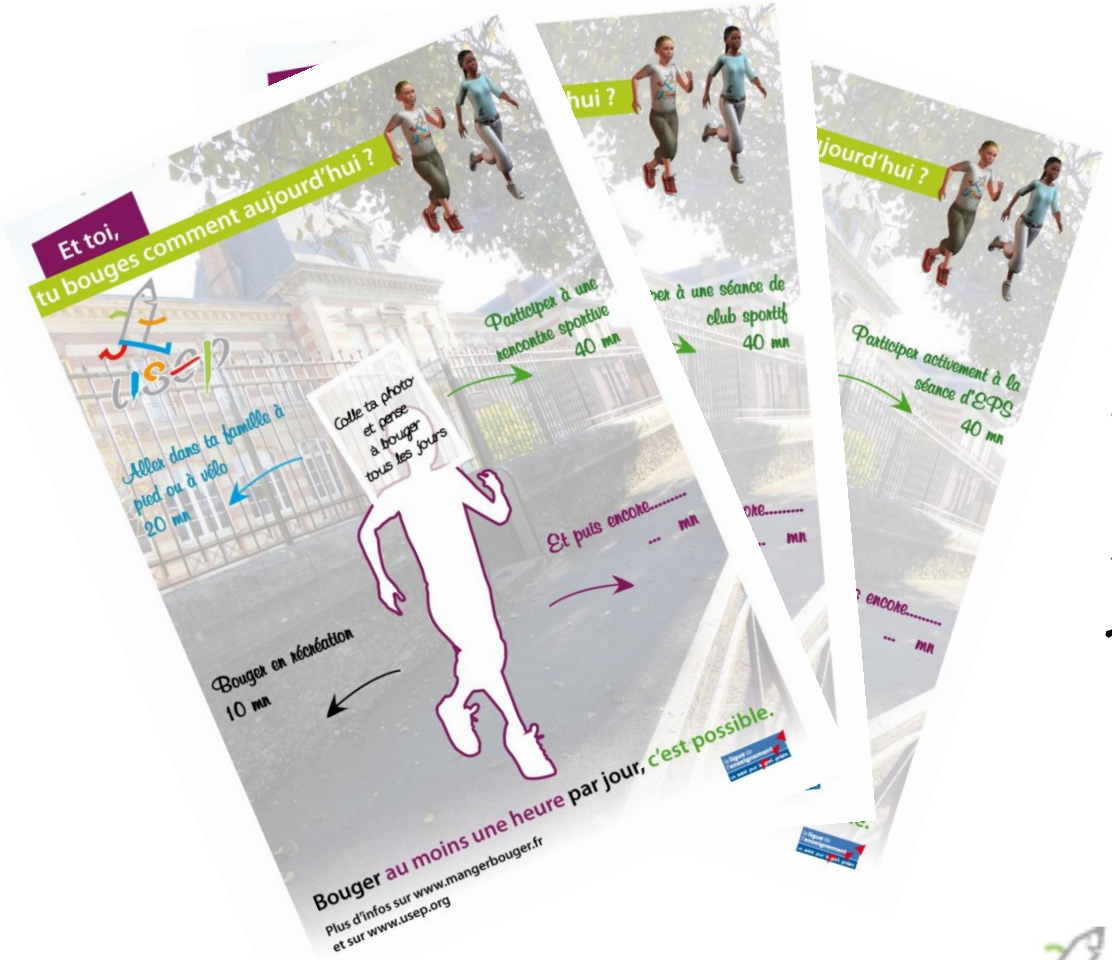
Des outils pour s'interroger et raisonner

- Des bandes dessinées créées par des enfants

1. Bouger, au fil de la journée
2. Bouger, quels effets?
3. Bouger, c'est plus facile si...
4. Bouger, pour quoi?
5. Bouger et prendre soin de soi
6. Pour bouger
7. Echanger des infos sur sa santé

- Avec un document d'accompagnement pédagogique

Des outils pour s'interroger et raisonner



3 affiches

à personnaliser pour identifier les différents types de pratique physique

Des outils pour s'interroger et raisonner

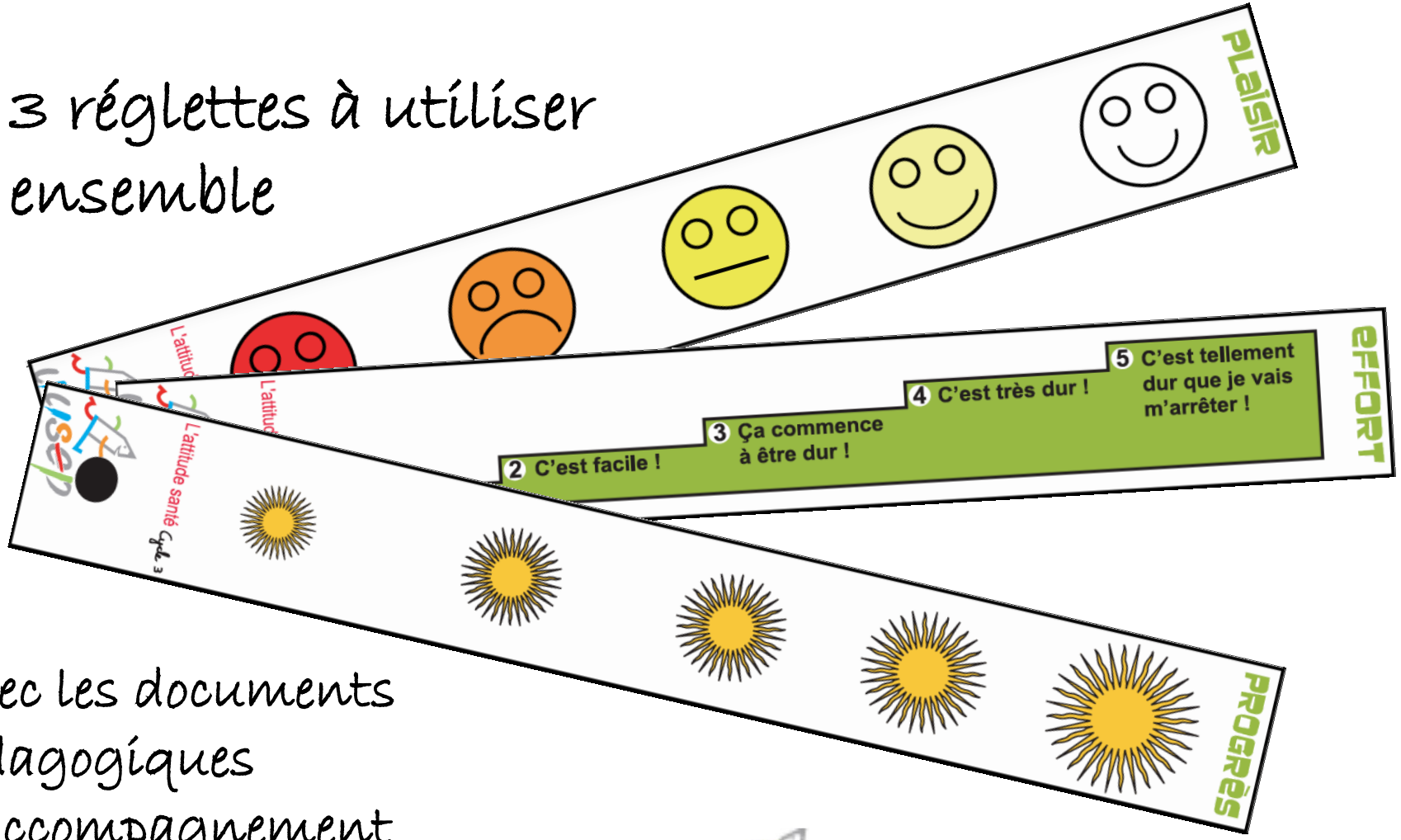
- Des mini-vidéos réalisées par des enfants

  Se connaître
  Etre responsable
  Etre solidaire
  Gagner, perdre
  Grandir
  Etre à l'écoute
  Boire
  Pique-niquer
  Etre propre
  Se protéger du soleil

- Une liste de littérature jeunesse

Des outils pour apprendre à se connaître

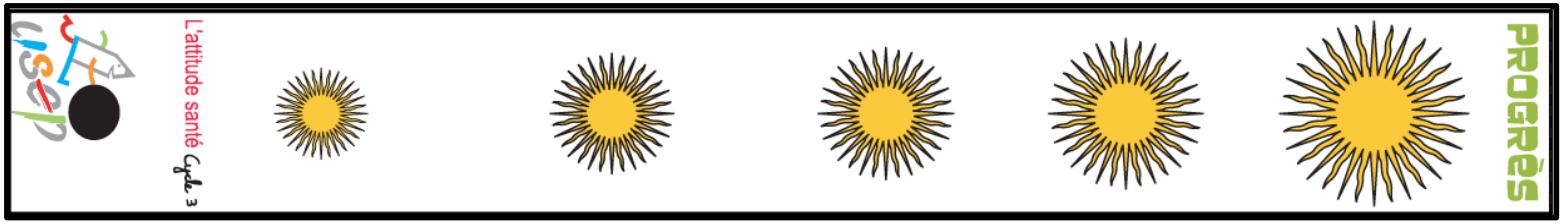
- 3 réglettes à utiliser ensemble



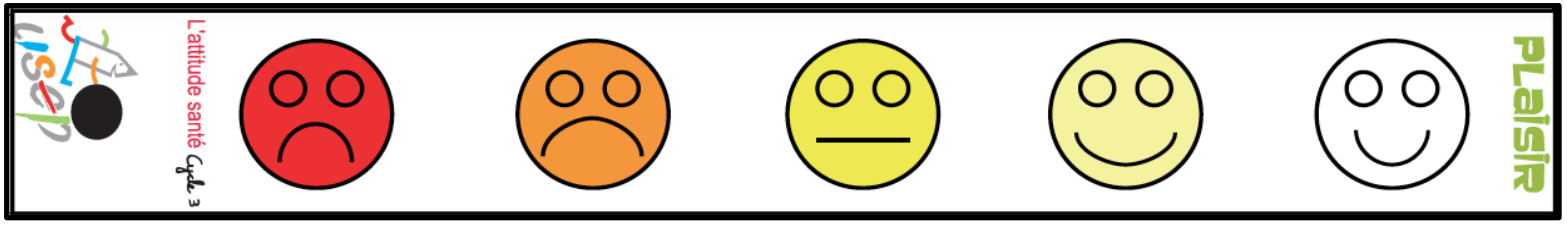
- Avec les documents pédagogiques d'accompagnement

- Pour appréhender et valoriser l'effort

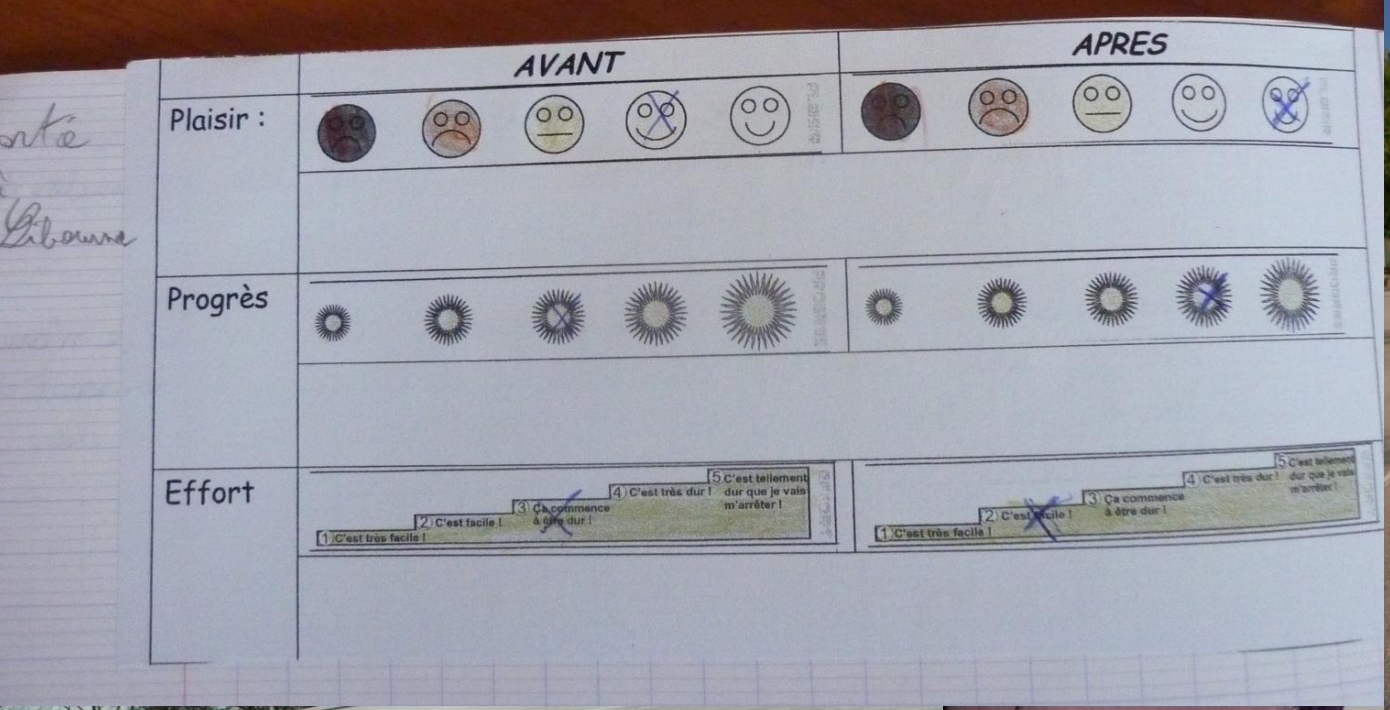
- Pour repérer ses progrès, renforcer son estime de soi



- Tout en gardant le plaisir de pratiquer



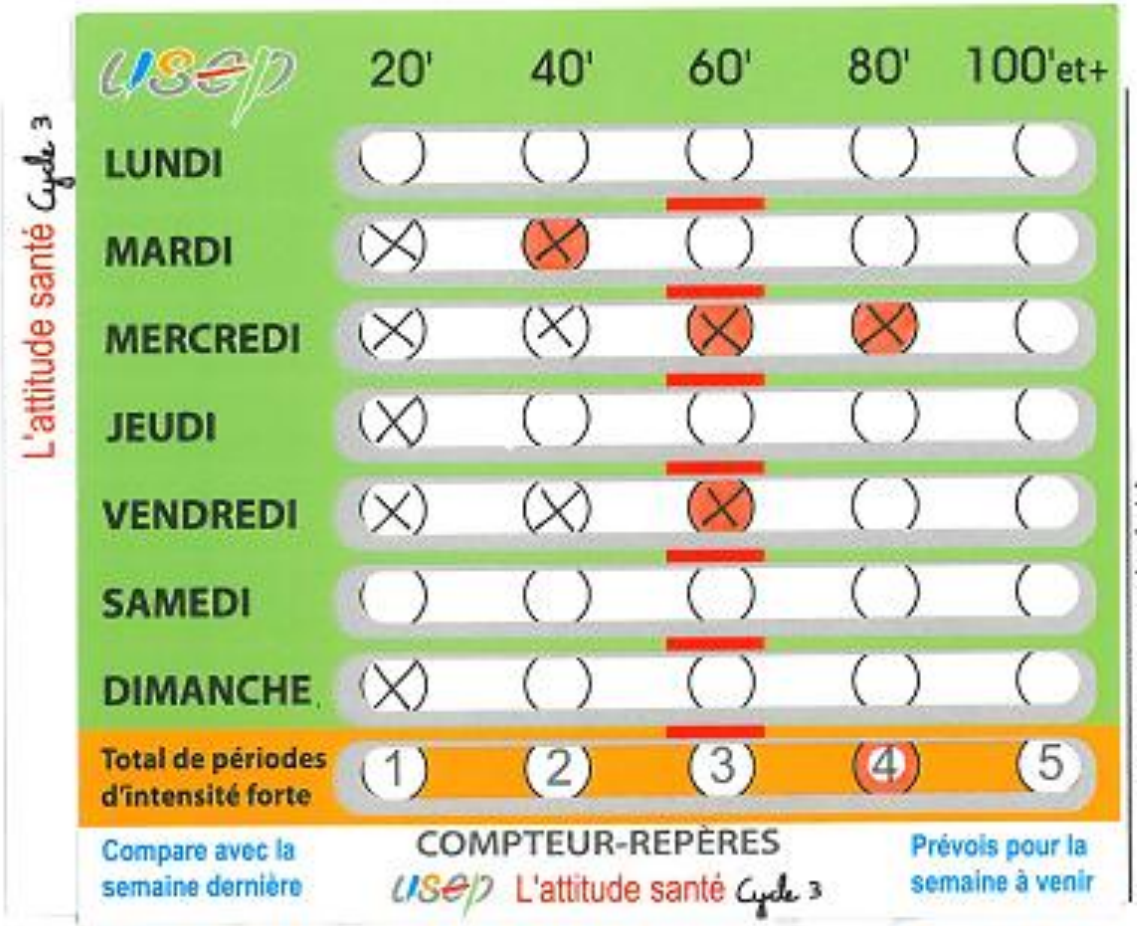
Chaque enfant affine et construit ses projets sportifs


AVANT
APRES
Plaisir :
Progrès
Effort
1 C'est très facile !
2 C'est facile !
3 Ça commence à être dur !
4 C'est très dur !
5 C'est tellement dur que je vais m'arrêter !

Des outils pour apprendre à se connaître

- Un compteur d'activités physiques et sportives

- Avec un document pédagogique d'accompagnement



L'attitude santé Cycle 3

	20'	30'	20'	30'	30 et+
LUNDI	○	○	○	○	○
MARDI	○	○	○	○	○
MERCREDI	○	○	○	○	○
JEUDI	○	○	○	○	○
VENDREDI	○	○	○	○	○
SAMEDI	○	○	○	○	○
DIMANCHE	○	○	○	○	○
Total de périodes d'intensité forte	1	2	3	4	5
Plaisir	☹	☹	😐	🙂	😊

usep

Nom : .....

Prénom : .....

Semaine du.....au.....

Des outils pour communiquer

- Une affiche pour annoncer les rencontres sportives et partager des messages « santé »

Des outils pour communiquer

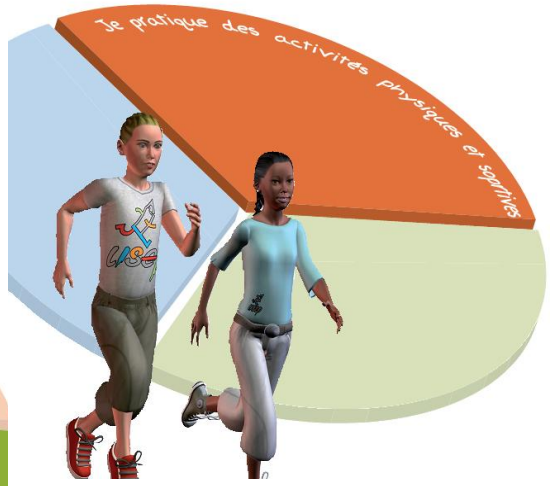
- 10 cartes postales créées par les enfants

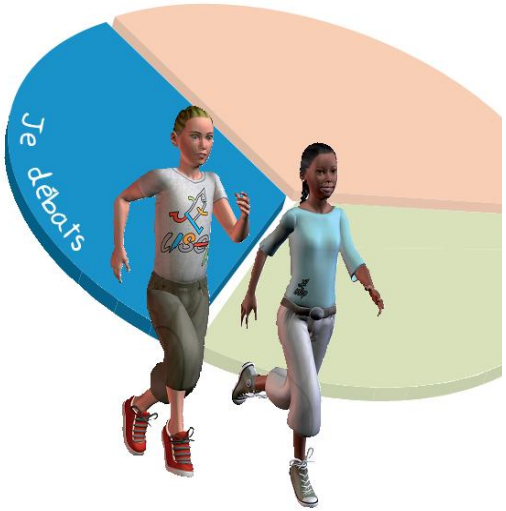
Pour échanger des messages avec d'autres classes, des ami(e)s, sa famille

Un outil pour témoigner

- Avec un document d'accompagnement pédagogique

le cahier témoin





- De ses pratiques physiques et sportives et de ses apprentissages
- De ses ressentis, de ses comportements et de ses goûts
- Des débats réalisés en classe ou lors des rencontres sportives USEP

Des outils pour pratiquer

- Des fiches pédagogiques et des unités d'apprentissage

- Évolutifs et uniquement téléchargeables

- Des actions et rencontres sportives USEP

- Une grille d'analyse d'une rencontre USEP

Remerciements au réseau usep

Remerciements au réseau USEP

Aux conseillers pédagogiques en EPS militants Usep, aux enseignants militants Usep, aux associations sportives Usep de nombreux départements qui ont contribué à l'élaboration du Cdrom « L'attitude santé en cycle 3 » et à tous ceux qui continueront à l'alimenter par des ressources à mutualiser,

Particulièrement à Nathalie Barbounis, Brigitte Bertogliati, Véronique Bury, Françoise Chauffier, Brigitte Delacotte, Dominique Flenguy, Corinne Granal, Mirentzu Laroque.

Aux membres du pôle médical Usep : Pascale Bourdier, Michel Lacroix, Marie-France Le Gal, Madeleine Meunier, Françoise Petit, Françoise Zejgman.

Aux membres du comité directeur national Usep.

Remerciements aux partenaires

- Ayant participé à la rédaction de L'attitude santé:

ASCOMED
Association des Médecins Conseillers Techniques de l'Education Nationale

MISSION nutrition et alimentation POITOU-CHARENTES

sécurité solaire

le souffle c'est la vie
Comité contre les Maladies Respiratoires
www.lesouffle.org

- Ayant soutenu le programme:

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

ministère éducation nationale jeunesse vie associative

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE DES SPORTS

A bientôt

"Pio et Pia sont usépiens et leur tâche est grande : accompagner des centaines de milliers d'autres petits usépiens, tant de métropole que d'outre-mer, sur le chemin ô combien important de la santé.
Une vraie, grande et belle responsabilité que celle confiée à Pio et Pia !
Dans sa mission de service public, l'USEP entend s'adresser à tous les enfants de notre chère école républicaine et aider chaque éducateur par l'apport de ce nouvel outil « L'attitude santé » élaboré grâce au soutien de plusieurs partenaires sans qui rien n'aurait été possible.
Oeuvrer encore et toujours pour le développement et le bien-être des enfants qui nous sont confiés : voilà aussi une définition de l'USEP."

Jean-Michel SAUTREAU - Président national de l'USEP

Diffusion auprès des comités départementaux

www.usep.org