



## Hygiène et équilibre alimentaire à l'école

### OBJECTIF général

- Apporter à l'enfant des connaissances, afin qu'il puisse devenir, avec l'aide de ses parents et plus tard, l'acteur de son hygiène et équilibre alimentaire.

### OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Proposer à l'entourage des enfants une rencontre hors temps scolaire pour échanger sur le thème de l'équilibre et l'hygiène alimentaire et présenter nos objectifs.
- Avec l'aide de l'enseignant, création artistique d'un set de table utilisable à la maison.

### BUT de l'action

- Elaborer un programme de prévention tournée sur l'éducation nutritionnelle pour sensibiliser les enfants à l'hygiène et à l'équilibre alimentaire.
- Créer nos propres outils pédagogiques et d'évaluation.
- Associer l'entourage de l'enfant à l'hygiène et à l'équilibre alimentaire.

## Présentation de l'action

### L'EQUIPE D'ANIMATION

2 infirmières scolaires et l'enseignant de la classe.

### LE PUBLIC

Une centaine d'élèves des écoles primaires de Roanne (CE2, CM1, CM2).

### DEROULEMENT

Séance 1 : Amener les enfants à comprendre l'importance d'une alimentation équilibrée pour leur corps.

Séance 2 : Sensibiliser sur les rythmes de repas et de digestion ; permettre aux enfants de déchiffrer les termes utilisés sur les emballages alimentaires ; inciter à varier leur alimentation ; découvrir l'équilibre énergétique.

Séance 3 : Renforcer la mise en pratique à la maison ; mobiliser les enfants pour trouver 10 bonnes résolutions pour une bonne hygiène alimentaire ; évaluer leurs acquis tout en jouant.

Séance 4 : Créer un set de table utilisable après plastification.

### METHODE ET TECHNIQUE PEDAGOGIQUE

Exposé inter-actif.

Interactivité du savoir.

Recherche individuelle.

Travail en binôme, en groupe.

Jeux.