



UN BILAN, PIÈCE PAR PIÈCE

FICHE PÉDAGOGIQUE



Objectifs de l'activité :

- Faire le bilan des actions / projets menés en lien avec le bien-être et les habitudes de vie favorables à la santé au cours de l'année scolaire.
- Permettre aux élèves de prendre conscience de ce qui est important pour eux dans le fait d'avoir des habitudes de vie favorables à leur santé.
- Inviter les élèves à élaborer une pensée sur le rôle de l'École au regard de leur bien-être et de leur santé.



25 min

Activité : Le défi puzzle santé - "un bilan, pièce par pièce"

À travers le défi du puzzle santé, l'équipe CAAPS vous propose de réaliser un bilan des actions conduites autour des six habitudes de vie favorables à la santé : l'usage raisonné des écrans, l'activité physique quotidienne, l'hydratation, l'alimentation saine et durable, les compétences psychosociales ainsi que le sommeil et les rythmes de vie.

Pour chaque thématique abordée dans l'école ou dans la classe, une pièce du puzzle peut être considérée comme acquise. Une fois les six pièces réunies, le défi est relevé.

Pour chaque habitude de vie, questionner les élèves sur les actions / projets menés au cours de l'année scolaire, puis faire ressortir un message clé retenu pour chacun d'entre eux.

- "Qu'avez-vous retenu de ce projet / cette action ?"

Certaines pièces sont encore manquantes ? Cette démarche peut devenir un véritable outil de réflexion collective. Elle permet d'identifier les thèmes "santé et bien-être" déjà investis, mais aussi les axes qui pourraient être davantage développés au cours des prochaines années scolaires. Cette réflexion s'inscrit pleinement dans la dynamique de l'École promotrice de santé.

Ressources :



- Vous menez ou souhaitez mener un projet de promotion de la santé dans votre école, avec le souhait de déposer une demande de labellisation ÉduSanté ?
→ [Accédez au dossier de candidature EPSa – Label ÉduSanté.](#)
- Vous souhaitez être accompagné dans la construction d'un projet visant à promouvoir le bien-être, la santé et la réussite scolaire des élèves ?
→ [Contactez l'équipe CAAPS via le formulaire de contact.](#)



5 min

À retenir :



- Parce que chaque petit pas compte, promouvoir le bien-être et la santé des enfants repose avant tout sur des habitudes qui se construisent jour après jour.
- Il est important de continuer à faire vivre ces habitudes pendant l'été afin qu'elles accompagnent durablement les enfants dans leur quotidien.



UN BILAN, PIÈCE PAR PIÈCE

Quels messages clés reprenez-vous ?



UN BILAN, PIÈCE PAR PIÈCE

Quels messages clés reprenez-vous ?

