



Fourchettes et baskets

publié le 08/02/2025

Descriptif :

Projet « Fourchettes et baskets », basé sur la nutrition, la diététique et le sport, pour tous les Élèves de 5ème.

Dans le cadre du projet « Fourchettes et baskets », basé sur la nutrition, la diététique et le sport, tous les Élèves de 5ème participeront à :

*une visite obligatoire du stade rochelais le mercredi 12 février de 8h20 à 12h20 où ils pourront parler avec les coachs, les joueurs et joueuses, le staff médical et découvrir les locaux, les salles de musculation, d'entraînement, de kiné...

* et une action obligatoire au collège le jeudi 13 février 2025 de 8h20 à 12h20.

Les ateliers proposés aux Élèves seront variés :

- ▶ atelier « parole d'experts » : discussion avec des sportifs de haut niveau sur leur hygiène de vie adaptée à leur sport
- ▶ atelier « porter secours » : initiation à l'utilisation d'un défibrillateur par l'infirmière de l'établissement, en lien avec les maladies cardiovasculaires et le surpoids dû à une mauvaise alimentation et/ou un manque d'activité physique
- ▶ atelier « Cœur et santé » : avec un médecin partenaire
- ▶ atelier « les ali'menteurs » : gras et sucre cachés dans les aliments. En complément, le déjeuner du self sera préparé par le chef cuisinier, M. Lanièce, en respectant toutes les données de l'équilibre nutritionnel découvert le matin même.
- ▶ atelier « diététique et santé » : conséquences sur la santé d'une mauvaise alimentation et bienfaits du sport

Les Élèves participeront également à des tests d'effort et des parcours sportifs au gymnase.

Vos enfants devront être en tenue de sport, apporter une gourde d'eau, une trousse complète (colle, ciseaux), feutres, scotch, un cahier de brouillon, des publicités alimentaires (supermarchés par ex), pour la réalisation d'une carte mentale de 14h à 16h, qui leur sera demandée et évaluée, afin de réinvestir tout ce qu'ils auront appris lors de ce projet.

Ce projet éducatif sur la nutrition, inscrit dans le socle commun, permet de renforcer la co-éducation avec les familles et de veiller à la santé des jeunes. Sachez compter sur l'investissement et l'engagement plein et entier des enseignantes de SVT et EPS pour vos enfants.

Documents joints

 Affiche EPI (PDF de 741.7 ko)

 Affiche stade rochelais (PDF de 300.3 ko)



**Académie
de Poitiers**

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.