



Objectifs

- Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière.
- Découvrir les principes d'une bonne hygiène de vie, à des fins de santé et de bien-être.
- Prendre soin de soi et des autres.
- Eveiller ses sens pour mieux appréhender son environnement, le comprendre, le préserver.

NOS PROPOSITIONS

Des DÉBATS pour PENSER et ÉCHANGER

- [Pour bouger...](#) - *BD Attitude Santé n°6*

Des PROJETS pour AGIR et S'ENGAGER

- [A l'USEP, l'athlé ça se VIE !](#)
- [Défi récré](#) pour « bouger au quotidien »

Des ATELIERS pour COMPRENDRE et EXPÉRIMENTER

Cycle 1

- [Parcours 5 sens](#)

Cycle 2

- [Hydratation](#)

Cycle 3

- [Paysage sonore](#)

DES RESSOURCES

Ressources pédagogiques pour la classe

- MANGER—BOUGER : <https://www.mangerbouger.fr/>
- USEP - [L'attitude santé cycle 1](#)
- USEP - [L'Attitude santé cycle2](#)
- USEP - [L'Attitude santé cycle 3](#)
- Passerelles Info - Vivre avec le soleil : <http://soleil.passerelles.info>
- Passerelles Info - Manger, bouger pour ma santé : <http://mangerbouger.passerelles.info/>
- USEP - [Fiches REPERES Santé & bien-être](#)

Fiches : PRATIQUER une APS quand il fait CHAUD / Pratiquer une APS dans le froid

- [USEP et Parcours Educatif de Santé](#)
- ADEME - [Alimentation durable](#)
- ADEME - [Manger mieux, gaspiller moins](#)
- ADEME - [Un air sain chez soi](#)
- ADEME - [Livrets de recettes simples, étonnantes et délicieuses avec zéro déchets](#)



Littérature de jeunesse

- **Bouger c'est la santé** *Scot Ritchie*
- **Panique chez les petits pois** *Bénédicte Guettier*
- **Galette relève le défi santé** *Lina Rousseau*
- **Pourquoi dois-je faire du sport?**

Réseaux et partenaires

- CIBD (Centre d'Information et Documenta-tion sur le Bruit)
- MGEN
- ARS