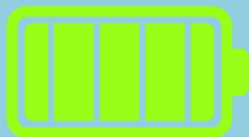


# AUJOURD'HUI ET DEMAIN

?

CONDUIRE LES ENFANTS À IDENTIFIER QU'ILS ONT LES MOYENS DE PRENDRE LEUR SANTÉ EN MAIN MAINTENANT ET DANS LE FUTUR.



## CONDUIRE LES ENFANTS À IDENTIFIER QU'ILS ONT LES MOYENS DE PRENDRE LEUR SANTÉ EN MAIN MAINTENANT ET DANS LE FUTUR

**Entre nous** - Située à la fin du parcours « Réussir, être bien, être ensemble », cette activité vise à conduire les élèves à identifier qu'ils ont les moyens de prendre leur santé en main maintenant et dans le futur. Deux étapes sont proposées : identifier les déterminants de la santé dans un premier temps ; inviter les enfants à se projeter dans le futur dans un second temps.



### Entrée dans l'activité santé

Occupier l'espace en se déplaçant librement. Se rapprocher le plus possible les uns des autres puis s'éparpiller au maximum dans la salle. Arrêter les déplacements. Rester debout les pieds écartés. Fermer les yeux, les bras sont le long du corps. Relâcher les mains en les secouant doucement. Bouger doucement la tête en la tournant à droite puis à gauche (3 fois). Décontracter les jambes l'une après l'autre, de même avec les bras.



### L'activité de découverte

- L'enseignant donne la consigne suivante « Vous marchez dans une rue et vous croisez quelqu'un de votre âge et du même sexe que vous, cette personne a l'air en bonne santé, bien dans sa peau, en forme. Vous vous posez la question de savoir pourquoi elle semble si bien ; pour quelle(s) raison(s) elle semble bien dans sa peau. Vous dessinez ou vous écrivez autour d'elle la/les raison(s) qui fait/font que d'après vous elle est bien dans sa peau ».
- Après la réalisation de cette première production, l'enseignant indique « Vous poursuivez votre promenade et vous croisez quelqu'un de votre âge et de votre sexe qui n'a pas l'air en bonne santé, qui semble plutôt mal dans sa peau, en méforme. Vous vous posez la question de savoir pourquoi il n'a pas l'air bien, pour quelle(s) raison(s) il ne semble pas en forme. Vous dessinez ou vous écrivez tout autour de lui la/les raison(s) qui fait/font que d'après vous il n'est pas en bonne santé ».
- L'enseignant invite les élèves qui le souhaitent à présenter leur dessin aux autres en insistant exclusivement sur « qu'est-ce qui fait que quelqu'un est en bonne santé ». Mettre en avant les différents facteurs ou déterminants de la santé (biologiques, socioculturels, environnementaux, comportementaux, liés au système de soin) cités par les élèves.



### Une activité complémentaire

La séance gagne à se terminer par l'activité de l'ascenseur qui vise à permettre aux enfants de se projeter dans l'avenir. L'enseignant donne la consigne suivante : « Vous vous trouvez dans l'ascenseur d'un immeuble de 30 étages ; vous êtes à l'étage correspondant à votre âge (10<sup>e</sup> étage si vous avez dix ans par exemple). Tout le monde pousse alors sur le bouton 5. L'ascenseur descend, les portes s'ouvrent, chacun découvre un moment heureux, un bon souvenir, une scène de sa vie lorsqu'il avait 5 ans, il la revit dans sa tête : personnes présentes, décor, odeurs, bruits, sensations, paroles prononcées, ... ». Chacun est ensuite invité à décrire ce moment à l'oral, par un dessin ou par écrit. « Les portes de l'ascenseur se referment, il monte jusqu'au 8<sup>e</sup>, les portes s'ouvrent et chacun découvre une nouvelle scène ». Même scénario que précédemment. « Les portes se referment à nouveau ; l'ascenseur monte jusqu'au 23<sup>e</sup> où chacun découvre une scène de sa vie future, qu'il aimerait vivre lorsqu'il aura 23 ans ». Et ainsi de suite. L'échange qui suit permet de valoriser les projets, les forces, ce qui reste à acquérir pour les mener à bien... Prendre soin de sa santé est une façon de permettre à ces projets d'advenir. Il est alors possible de revenir sur ce qui a été vu précédemment (savoir dire non, connaître son corps et prendre soin de soi, avoir un esprit critique...).



### Pour aller plus loin

Approfondir les principaux déterminants de la [santé des enfants](#).



### Message pour les élèves

Notre santé est sous l'influence de différents facteurs (biologiques, sociaux et culturels, environnementaux, comportementaux, liés au système de soin). Il est possible d'agir sur certains d'entre eux collectivement et individuellement. Chacun dispose d'atouts lui permettant d'agir seul et avec les autres, sur sa propre santé.

**Rapport à soi**

Rapport aux autres

Rapport à l'environnement



**DOMAINES**

**1 2 3 4 5**