



Le Dynamique 'Quiizz

de
Max et Zoé



Une animation ludique pour aborder avec les enfants les thèmes de l'alimentation équilibrée et durable associés à une activité physique modérée.

Public

Le Dynamique Quiz de Max et Zoé comporte 2 versions. L'une est destinée aux enfants de 3^e et 4^e primaires (**8-10 ans**), l'autre s'adresse à des enfants de 5^e et 6^e primaires (**10 à 12 ans**).

Objectifs

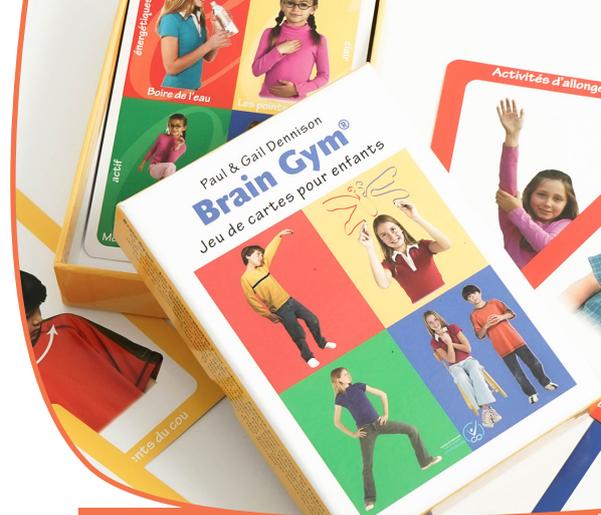
- ✓ Sensibiliser les enfants aux habitudes de vie favorables à leur santé et contribuer au bien-être.
- ✓ Elargir les capacités d'apprentissage en réconciliant la pensée et le corps.
- ✓ Permettre à chacun d'exploiter son potentiel.
- ✓ Sensibiliser les enfants à une alimentation équilibrée et durable associée à une activité physique modérée.
- ✓ Sensibiliser à l'importance de boire de l'eau toute la journée surtout lors de la pratique d'une activité physique.
- ✓ Sensibiliser à l'importance de bouger au quotidien.

Lien avec les socles de compétences

- ✓ Construire et enrichir le vocabulaire.
- ✓ Différencier et reconnaître les différentes familles alimentaires.
- ✓ Aborder les mouvements de base pour bien ressentir et explorer son équilibre.
- ✓ Explorer le schéma corporel.

Matériel

- ✓ Guide d'accompagnement de l'outil.
- ✓ Dé en mousse.
- ✓ 6 cartes "Légende du dé".
- ✓ Cartes mimes, dessins, devinettes et questions numérotées.
- ✓ Sablier de 2 minutes.
- ✓ Ardoise (type tableau blanc), marqueurs de couleur et linge pour effacer.
- ✓ Jeu de cartes "Brain Gym®".
- ✓ Cocotte "Octofun®".
- ✓ Cartes indice.



"Brain Gym®" est une méthode qui propose un ensemble de mouvements simples favorisant le bien-être.

Quelques conseils d'utilisation

- ✓ Lieu : un local de type salle de classe.
- ✓ Durée de l'activité : **50 minutes**.
- ✓ Nombre d'enfants : 10 – 12.

Préparation de l'activité

Étaler sur une table les 6 cartes "Légende du dé" et placer en correspondance les paquets de cartes "mimes, dessins, devinettes, questions" ainsi que le jeu de cartes "Brain Gym®" et la cocotte "Octofun®".

Déroulement de l'activité

Le but est d'obtenir un maximum de cartes Indice afin que toute la classe puisse reconstituer la phrase mystère.

- ✓ Inviter les enfants à former des équipes de 2 tout en se mettant en cercle.
- ✓ Inviter un enfant de la première équipe à lancer le dé pour qu'ensuite son co-équipier pioche la première carte du paquet correspondant au chiffre obtenu sur le dé :

• Mimes : cartes vertes

• Dessins : cartes jaunes

• "Brain Gym®" : jeu de cartes "Brain Gym®"

••• Devinettes : cartes rouges ou roses

••• Questions : cartes bleu foncé ou clair

••• "Octofun®" : cocotte "Octofun®"

L'équipe dispose de 2 minutes (sablier) pour mimer, dessiner, deviner ou proposer une ou plusieurs réponses à la question ou à la devinette.

Concernant les activités "Brain Gym®" et "Octofun®", tous les élèves y participent en même temps, sans limitation de durée.

- ✓ Si l'équipe réussit le défi, elle reçoit une carte Indice. Si l'équipe ne réussit pas le défi, elle ne reçoit pas de carte Indice. Chaque équipe joue à tour de rôle quelque soit son résultat.
- ✓ En fin de séance, inviter les enfants à reconstituer la phrase mystère à l'aide des cartes Indice récoltées.

Veiller au bon déroulement du jeu et fournir si nécessaire des explications complémentaires aux enfants.

"Octofun®" est une méthode qui permet de développer les intelligences multiples dans une approche positive.



Evaluation

Lorsque cette activité est proposée plusieurs fois au cours de l'année scolaire, elle permet d'évaluer l'évolution des socles de compétences décrits ci-dessus.

Conception

L'activité a été créée dans le cadre d'une collaboration avec Hainaut Sports. Elle a été testée avec des enfants de 3^e, 4^e, 5^e et 6^e primaires lors de stages sportifs d'une semaine.

Sources

- ✓ La pyramide alimentaire, Food in Action avec la collaboration de la Haute Ecole Léonard de Vinci, 2020.
- ✓ Jeu de cartes pour enfants – Centre de formation le plaisir d'apprendre – France, Caen 2013 (www.apprendre.org) – www.braingym.org
- ✓ www.octofun.org
- ✓ Enseignement.be - référentiel de compétences.

