



Intervenir pour des comportements  
nutritionnels favorables à la santé

# Mettre en œuvre



# Les étapes de la méthodologie



AVANT		PENDANT	APRES
CONCEPTION		REALISATION	BILAN
<i>Pertinence</i>		<i>Suivi des activités</i>	<i>Évaluation résultats</i>
<i>Cohérence</i>		<i>Suivi du processus</i>	<i>Évaluation processus</i>
Analyser le contexte politique et local	Définir les objectifs	Mettre en œuvre	Evaluer
Communiquer			
Programme ICOFAS			



# Un programme global ICOFAS



- ⇒ Approche globale de la promotion de la santé avec des stratégies d'actions complémentaires :
  - Actions artistiques avec les enfants pour promouvoir des pratiques favorables de nutrition, alimentation et activité physique
  - Actions de formation en nutrition avec les animateurs et les intervenants ICOFAS



# Intérêts de la planification



- ➔ **Interroger la cohérence**, c'est-à-dire l'adéquation entre les objectifs de l'intervention, les activités prévues et les moyens et ressources alloués
- ➔ **Elaborer un plan d'action** pour inscrire, dans une échelle de temps, les activités et les échéances
- ➔ **Formaliser le cadre organisationnel** nécessaire à l'évaluation du processus en décrivant les activités avec une estimation des ressources humaines, financières et logistiques.
- ➔ **Suivre la mise en œuvre** du plan d'action et rendre compte aux différentes instances de suivi



- ⇒ **Optimiser la réalisation** des objectifs opérationnels et le bon déroulement
  
- ⇒ **Organiser dans le temps** les phases de l'activité
  - pourquoi cela doit-il être fait ? (Objectifs)
  - à qui cela est-il destiné ? (Public cible)
  - qu'est-ce qui doit être fait ? (Activités)
  - par qui cela doit-il être fait ? (Ressources humaines)
  - comment cela doit-il être fait ? (Méthodes)
  - quand cela doit-il être fait ? (Planning)
  - quels moyens sont nécessaires ? (Budget)
  - quels effets sont attendus ? (Évaluation)



# 1. ACTIONS AVEC LES ENFANTS

## JEU DES 7 COLLECTIONS

7 collections de 7 personnages  
Échéancier global  
Tableau de bord

# Échéancier global



Semaine	Thèmes	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
Semaine 1 23 au 27 février	Pain et pas	Portrait en pain	Atelier du pain	Portrait en marcheur	Atelier des pas
Semaine 2 2 au 6 mars		Livre « Qu'y a-t-il dans mon pain »	Les 7 pains	Mime des pas	Les 7 pas
Semaine 3 9 au 13 mars	Jeux et fruits	Les 7 pas		Chef d'orchestre	Jeux traditionnels
Semaine 4 16 au 20 mars		Les 7 fruits		Livre « Le grand jour d'Éric »	Les 7 loisirs actifs
Semaine 5 23 au 27 mars	Équipe à tartiner	Les olympiades	Les 5 sports	Livres sur le plaisir de manger	Les 7 aliments à tartiner
Semaine 6 30 mars au 3 avril	Ballade de l'eau	Bar à eau	Jeux et expression corporelle 1	Les 7 boissons	Jeux et expression corporelle 2
Semaine 7 7 au 10 avril	Danse des tartines		Livres sur le plaisir de bouger	Jeux et expression corporelle 3	Tartines à savourer
Semaine 8 27 au 30 avril	Sculpture et jeux du bouger	Sculpture 1	Jeux et expression corporelle 4	Sculpture 2	
Semaine 9 4 au 7 mai		Jeux et expression corporelle 5	Sculpture 3	Jeux et expression corporelle 6	
Semaine 10 11 au 15 mai		Sculpture 4	Jeux et expression corporelle 7		Sculpture 5
Semaine 11 18 au 22 mai	Chasse aux trésors et jeux du bouger	Chasse aux trésors 1	Jeux et expression corporelle 8	Chasse aux trésors 2	
Semaine 12 26 au 29 mai			Jeux et expression corporelle 9	Chasse aux trésors 3	
Semaine 13 1 au 5 juin	Finalisation des productions				
Semaine 14 8 au 12 juin	Préparation de la fête	Fête le 12 juin 2015 pour tous les enfants			

Productions kofas en jaune	Jours fériés
Boissons en bleu	
Pains en brun	Les pas en bordeaux
Fruits en vert	Les sports en orange
Aliments à tartiner en rose	Les loisirs actifs en violet

Albums de jeunesse disponibles pour les enfants tout au long du projet sur la thématique « Alimentation et activité physique »



# Tableau de bord

## Échéancier de production 1 Thème 1 - Pain et pas



Semaine	Thème	N°	Séance	Objectif	Type de fiches	Outils de la fiche
Semaine 1 23 au 27 février	1. Pain et pas	1.1	Portrait en pain *	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dessiner en trait à trait une fille ou un garçon et coller des décorations en pain</li> </ul>	Fiche dessin	<ul style="list-style-type: none"> <li>2 planches dessin trait à trait : fils/fille</li> <li>1 planche de différents pains</li> </ul>
		1.2	Atelier du pain	<ul style="list-style-type: none"> <li>Déguster 3 types de pain et mettre en mots les sensations gustatives</li> </ul>	Fiche éveil sensoriel	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carnets des dégustations</li> </ul>
		1.3	Portrait en marcheur *	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dessiner en trait à trait une fille ou un garçon et coller des accessoires de marcheur</li> </ul>	Fiche dessin	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 planche dessin trait à trait marcheur</li> <li>1 planche des accessoires du marcheur</li> </ul>
		1.4	Atelier des pas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utiliser les différents types de pas en réalisant un parcours</li> </ul>	Fiche bouger plaisir	
Semaine 2 2 au 6 mars	1. Pain et pas	1.5	La tartine, c'est qui ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Découvrir l'origine et la fabrication du pain</li> </ul>	Fiche lecture d'album	<ul style="list-style-type: none"> <li>Album « Qui a t'il dans mon pain ? »</li> </ul>
		1.6	Les 7 pains *	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire les dessins pour construire la collection des 7 pains</li> </ul>	Fiche jeu des collections	<ul style="list-style-type: none"> <li>7 planches dessin trait à trait famille</li> <li>7 planches accessoires pains</li> </ul>
		1.7	Mime des pas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoriser tous les déplacements actifs du quotidien</li> </ul>	Fiche expression corporelle	
		1.8	Les 7 pas *	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire des dessins pour construire la collection des 7 pas</li> </ul>	Fiche jeu des collections	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 planche dessin trait à trait collection du marcheur</li> <li>7 planches accessoires des 7 marcheurs</li> </ul>





## 2. ACTION DE FORMATION NUTRITION



## ⇒ Approche globale de la nutrition

## ⇒ L'activité physique

- Classification de l'activité physique
- Déterminants de la pratique
- Recommandations PNNS en activité physique
- Activités physiques au quotidien

## ⇒ L'alimentation

- Classification des repères de consommation PNNS
- Recommandations PNNS en alimentation
- Recommandations PNNS en boisson
- Rythmes de repas et de boissons au quotidien

### **Source d'information**

<http://www.mangerbouger.fr/Les-9-reperes/Les-9-reperes-a-la-loupe>

.....  
EN CONCLUSION

# Critères de qualité des activités



- ➔ **Une approche globale** de la nutrition en donnant autant d'importance à l'activité physique qu'à l'alimentation
- ➔ **Une approche positive** de la nutrition pour valoriser les éléments protecteurs de la nutrition
- ➔ **Une complémentarité d'objectifs éducatifs** tant dans les attitudes, les envies et le plaisir que sur des éléments de connaissances et de mises en œuvre de pratiques nutritionnelles favorables à la santé
- ➔ **Une diversité d'activités artistiques et culturelles** en nutrition développant l'imaginaire, la créativité et des lectures plurielles sur le monde

