



Intervenir pour des comportements  
nutritionnels favorables à la santé

**Mettre en œuvre**

# Mettre en œuvre



AVANT		PENDANT	APRES
CONCEPTION		REALISATION	BILAN
<i>Pertinence</i>		<i>Suivi des activités</i>	<i>Evaluation résultats</i>
<i>Cohérence</i>		<i>Suivi du processus</i>	<i>Evaluation processus</i>
Analyser les politiques	Définir les objectifs	Mettre en œuvre	Evaluer
Communiquer			
<div style="text-align: center; background-color: #f4a460; padding: 20px;"> <h2>Programme ICOFAS</h2> </div>			

# 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**

## **LA MARCHÉ DES GOÛTERS**

7 familles de 7 personnages

Echéancier global

Tableau de bord

# La marche des goûters

## 7 familles de 7 personnages



### Des pains

*GP* - Pain d'épice  
*GM* - Pain perdu  
*P* - Pain grillé  
*M* - Pain de mie  
*Fs* - Baguette  
*Fe* - Pain en tranche  
*I* - Biscotte

### Des pas

*GP* - Marche à la campagne  
*GM* - Marche à la mer  
*P* - Marche à la montagne  
*M* - Marche en ville  
*Fs* - Vélo  
*Fe* - Trottinette  
*I* - Rollers

### Des fruits et légumes

*GP* - Compote  
*GM* - Fruits secs  
*P* - Tomate, carotte  
*M* - Fruits d'été  
*Fs* - Pomme, poire  
*Fe* - Agrume  
*I* - Fruit d'ailleurs

### Des boissons

*GP* - Jus de fruit  
*GM* - Tisane  
*P* - Jus de légume  
*M* - Lait  
*Fs* - Eau robinet  
*Fe* - Eau aromatisée  
*I* - Eau gazeuse

### Des loisirs actifs

*GP* - Jardinage  
*GM* - Rondes, danses  
*P* - Équitation  
*M* - Activités aquatiques  
*Fs* - Jeux de ballons  
*Fe* - Corde, marelle  
*I* - Structures de jeux

### A tartiner

*GP* - Moutarde  
*GM* - Pate à tartiner  
*P* - Chocolat  
*M* - Fromage  
*Fs* - Confiture  
*Fe* - Miel  
*I* - Beurre

### Des sports

*GP* - Natation  
*GM* - Danses rythmiques  
*P* - Avec ballon  
*M* - Avec raquette :  
*Fs* - Athlétisme, course  
*Fe* - Arts martiaux  
*I* - Escalade

# Echéancier 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 »	Famille des 7 pains	Mime des pas	Famille des 7 pas
Semaine 3 9 au 13 mars	Jeux et fruits	Famille des 7 pas		Chef d'orchestre	Jeux traditionnels
Semaine 4 16 au 20 mars		Famille des 7 fruits		Livre « Le grand jour d'Éric »	Famille des 7 loisirs actifs
Semaine 5 23 au 27 mars	Équipe à tartiner	Les olympiades	Famille des 7 sports	Livres sur le plaisir de manger	Famille des 7 à tartiner
Semaine 6 30 mars au 3 avril	Ballade de l'eau	Bar à eau	Jeux et expression corporelle 1	Famille des 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			



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

# Tableau de bord



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	Famille des 7 pains	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire les dessins pour construire la famille des 7 pains</li> </ul>	Fiche jeu des familles	<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	Famille des 7 pas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire des dessins pour construire la famille des 7 pas</li> </ul>	Fiche jeu des familles	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 planche dessin trait à trait famille 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

## Mettre en œuvre les activités

Lucette Barthélémy

Chargée de développement et d'expertise

© 2016 - Cnam Istna

Tous droits réservés