

## Ressources : manger / bouger

Pour aborder le thème de la santé à travers l'alimentation et l'activité physique, nous vous proposons pour compléter votre documentation personnelle quelques documents. Ils pourront permettre à vos élèves de répondre aux questionnaires et de préparer leur venue sur les stands de l'association Xavier Lerverve et Bernard Beaufrère, partenaire de la Foulée Blanche pour cette année.

✚ La bande dessinée que vous avez reçue.

Une BD pour comprendre comment bien manger et bouger association Xavier Lerverve et Bernard Beaufrère.

*Cycle 2 et 3*

Une BD complète avec des apports de connaissances et des jeux tests.

✚ Passerelles.info : <http://mangerbouger.passerelles.info/>

Manger bouger pour ma santé

*Cycle 1 et 2*

Par une démarche active, les élèves découvrent, dès la petite section de maternelle, l'importance d'une alimentation variée et de l'exercice physique pour leur santé. Un guide gratuit + des ressources en ligne.

✚ USEP sport et santé

*Cycle 2*

Un CD en ligne « l'attitude santé » : <http://www.usep-sport-sante.org/OUTILS-AS/AS2/> proposition d'outils pratiques

*Cycle 3*

Un CD en ligne « l'attitude santé » : <http://www.usep-sport-sante.org/OUTILS-AS/AS3/> proposition d'outils pratiques

✚ Manger/bouger

Programme national nutrition santé : <http://www.mangerbouger.fr/>

9 repères pour être en bonne santé

La mallette des écoles carambole : <http://www.mangerbouger.fr/pro/le-pnns/labellisation-pnns/actions-ou-documents-labellises/la-mallette-des-ecoles-carambole.html>

✚ Fondation la main à la pâte

Proposition d'activités

*Cycle 2*

Les 5 sens et l'alimentation : <http://www.fondation-lamap.org/fr/page/15943/les-5-sens-et-l'alimentation>

*Cycle 2 et 3*

Que deviennent les aliments que nous mangeons ? : <http://www.fondation-lamap.org/fr/page/11156/que-deviennent-les-aliments-que-nous-mangeons>

*Cycle 3*

Mieux comprendre le fonctionnement de mon corps pour préserver ma santé : <http://www.fondation-lamap.org/fr/page/11457/mieux-comprendre-le-fonctionnement-de-mon-corps-pour-preserver-ma-sante>

Que doit-on manger ? : <http://www.fondation-lamap.org/fr/page/11121/que-doit-on-manger>

✚ Le site EPS 38

Dans le cahier du skieur, il y a une rubrique santé : <http://www.ac-grenoble.fr/eps1/spip.php?article545>

✚ Émission télévision

Emission « c'est pas sorcier » France 3 la nutrition : <https://www.youtube.com/watch?v=LgHgOxtonmM>