

**Introduction** (aula & iPads réservés)

Créer 3 groupes de 8 et 2 groupes de 7 (min 3 élèves de A et 3 élèves de B).

Réflexion, mind map par groupe sur le thème « La santé » : 10'

- Qu'est-ce que c'est « être en bonne santé » ?
- A quoi ça sert d'être en bonne santé ?
- Quels domaines concernent la santé ?
- Etc

Discussion en commun, mise en évidence des 5 sous-thèmes. 10'

Répartition des thèmes dans les groupes

Explication du but et des consignes des panneaux. 10'

Début du travail par groupe. 10'

### Consigne pour votre panneau

- Créez un panneau d'information concernant votre domaine de la santé. Vous pouvez prendre de 1 à 5 pages A0, en format portrait ou paysage. Veillez à ce que les **informations** que vous y mettez soient **correctes et pertinentes** (vérifiez les sources, confirmez les informations). Vous pouvez utiliser Internet (préférez les moteurs de recherche adaptés à votre âge (qwant junior, vikidia, etc), mais aussi d'autres moyens de références (dossier sommeil de 7H, chapitre 1 de Connected, Unit 7 de More ! 7H, des dictionnaires, des contacts (mail, rencontre, téléphone, etc) avec des « experts », etc).
- Il faut qu'on ait envie de lire votre panneau. Il doit donc être **clair et propre**. Mettez ce qu'il faut d'informations pour qu'on puisse comprendre sans explications supplémentaires, mais ne faites pas non plus des phrases trop longues qui prennent de la place et perdent le lecteur.
- Si vous faites des **dessins**, faites-les au feutre pour que ça ressorte bien. Si vous collez des **images**, coupez-les et collez-les proprement. Si vous dessinez des **tableaux**, utilisez vos règles. Les **textes et légendes** doivent être écrits assez grand, au feutre et sans fautes d'orthographe.
- Commencez par vous **répartir** les différents sous-domaines et tâches à faire. **Récoltez** ensuite un maximum d'informations et mettez-les ensemble. Comparez-les et **organisez**-les de manière logique. Prenez le temps de faire une maquette de votre panneau (zones textes, images, etc) avant de passer au propre, afin de ne pas avoir de mauvaises surprises quand vous passerez à la réalisation. Ne passez à la réalisation finale du panneau qu'à la fin, de manière efficace.
- Vous avez 4 semaines, à raison d'une leçon par semaine, pour réaliser ce panneau d'information. Il y a donc des recherches et contacts qui doivent être faits en-dehors du temps d'école. Dernière leçon de préparation : mardi 4 octobre. **Exposition** dans les couloirs dès le **mercredi 5 octobre**.

## L'alimentation

Quelques mots-clés et pistes de recherches ...

- Que doit-on manger ? En quelles quantités ? (pyramide alimentaire).
- Quels aliments apportent quels nutriments ? A quoi sert chaque nutriment ?
- Comment gérer une alimentation saine avec un régime particulier (végétarien, sans lactose, sans gluten, etc).
- Quels sont les risques / conséquences d'une alimentation déséquilibrée ?
- L'alimentation diffère-t-elle selon les âges ? Activités (métier, sportif d'élite, etc) Pays ?
- Autres thèmes / idées de groupe.

## Le sommeil

Quelques mots-clés et pistes de recherches ...

- A quoi sert le sommeil ? Quels sont les effets positifs du sommeil sur notre organisme ?
- Que se passe-t-il si l'on manque de sommeil ? Quels sont les effets du manque de sommeil sur notre organisme.
- Que se passe-t-il pendant qu'on dort ? (Phases de sommeil)
- Combien de temps devrait-on dormir à 12 ans ?
- Y a-t-il des différences de sommeil en fonction de l'âge ? Pourquoi ?
- Quels sont les conseils pour bien dormir ?
- Autres thèmes / idées de groupe.

## Les écrans

Quelques mots-clés et pistes de recherches ...

- Quelles sont les effets d'une exposition trop grande aux écrans ?
- Quelles sont les conséquences positives et négatives à la pratique d'un jeu vidéo ?
- À quel âge au plus tôt est-il conseillé d'utiliser la télévision à un enfant ? De lui offrir sa propre console ? De lui donner accès à internet ? De lui créer un compte sur les réseaux sociaux ?
- En moyenne combien de temps consacre un enfant de 12 ans aux écrans ? Et environ combien de temps d'écran par jour est-il conseillé ?
- Quels sont les conseils pour permettre une gestion saine des écrans ?
- Autres thèmes / idées de groupe.

## Les maladies usuelles

Quelques mots-clés et pistes de recherches ...

- Quelles sont les maladies « typiques, courantes » des différentes tranches d'âge (0-5 ans, 5-10 ans, 10 – 20 ans, 20 à 60 ans, 60 à 80 ans) ?
- Quels sont les causes, les symptômes, les risques de ces maladies ?
- Comment peut-on les prévenir, les guérir ?
- Les maladies typiques diffèrent-elles selon les activités (métier, sportif d'élite, etc) ou selon les pays ?
- Autres thèmes / idées de groupe.

## Le sport

Quelques mots-clés et pistes de recherches ...

- Pourquoi faudrait-il faire du sport ? Quelles sont les conséquences positives du sport sur notre corps et notre cerveau ?
- Quels sont les risques si l'on ne fait pas assez de sport ?
- Quels sont les risques si l'on fait trop de sport ?
- Combien de temps de sport ou de mouvement est recommandé pour des enfants de 12 ans ? (et aux autres âges ?)
- En plus des effets sur notre corps, quelles compétences développe-t-on également en pratiquant un sport ? Que peut-on apprendre encore ?
- Autres thèmes / idées de groupe.