



ESCapade

Pour les Établissements Spécialisés
Activité Physique et Alimentation DivErsifiées

- [Accueil](#)
- [Équipes éducatives et de santé](#)
- [Chefs d'établissements](#)
- [Avis d'experts](#)
- [Actualités](#)
- [Contact](#)

Durée de l'activité : 2 heures

Objectifs

- Pratiquer de l'activité physique avec plaisir
- Développer le sens de l'orientation
- Enrichir les connaissances en activité physique et en alimentation
- Travailler sur l'esprit d'équipe (entraide, écoute) et/ou sur l'esprit de compétition

Matériel et préparation

- 1 feuille de route sous la forme d'un plan de l'établissement où se déroule la chasse au trésor et de photographies des lieux (exemple en ressources)
- Dans la cache au trésor, des lots sont déposés : ballons, balles, frisbee, cordes à sauter,... toujours en lien avec l'activité physique. A la fin du jeu, distribuer les lots aux enfants et adolescents
- Un podomètre pour chaque enfant (en option)

Présentation

Cette chasse au trésor est une activité qui peut se dérouler à l'extérieur et/ ou à l'intérieur. C'est une activité d'équipe, consistant à retrouver le trésor caché dans un emplacement à découvrir. Il est nécessaire de reconstituer la photographie pour connaître cet emplacement. Pour récupérer les 6 parties de cette photographie (sous forme de puzzle), les enfants et adolescents participent à 6 étapes. Chaque étape prévoit une ou plusieurs activités physiques et/ou un quizz sur l'alimentation et l'activité physique. L'image une fois reconstituée révèle l'emplacement du trésor.

Un plan permet de retrouver les lieux où vont se réaliser les différentes activités prévues, en lien avec l'alimentation et l'activité physique : un gymnase, la salle de restauration, un jardin...

L'intérêt est de pouvoir associer la pratique de l'activité physique, la marche, la marche rapide voir la course à la découverte de connaissances en alimentation et activité physique.

Ressources

- [1 feuille de route : cnam-escapade-Feuille_de_route_jeu_orientation_nutrition](#)
- [1 étiquette boite à cache : cnam-escapade-Jeu d'orientation nutrition etiquette boite a cache](#)
- [5 cartes à disposer dans les boites à caches : cnam-escapade-5_cartes_boite_à_caches](#)
- 1 tutoriel podomètre : à suivre

[Télécharger toutes les ressources en un clic !](#)



Pour les Établissements Spécialisés
Activité Physique et Alimentation DivErsifiées

- [Suivre](#)
- [Suivre](#)
- [Suivre](#)

- [POLITIQUE RELATIVE AUX COOKIES DU SITE](#)
- [© CNAM ISTNA](#)
- [© WHY.VISION 2022](#)
- [MENTIONS LEGALES](#)
- [CONTACT](#)