



## 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 : 1 heure

### Objectifs

- Développer les connaissances en alimentation et activité physique pour la santé
- Renforcer les capacités physiques
- Développer la compréhension des règles de jeu et du vivre ensemble

### Matériel et préparation

**Pour la conception du plateau de jeu** : un drap blanc, des feutres, de la peintures de plusieurs couleurs, des pinceaux

**Pour la conception des cartes questions et défis** : feuilles de trois couleurs (une pour les questions alimentation, une pour les questions activité physique et une pour les défis), des feutres si pas possible d'imprimer, feuilles de plastifieuse, plasitfieuse (pour limiter l'usure des cartes), des ciseaux pour découper les carte format A5.

Cliquer ici pour télécharger [des modèles de questions et de défis](#)

**Pour l'animation du jeu** : un dés géant (possible à fabriquer soi même), des pions (possible à fabriquer soi même) et du matériel d'activité physique (par exemple : panier de basket, jeu de quilles, cibles, corde à sauter, ballon, balles...)

## Déroulement

### 1. Créer le jeu

Selon le niveau des participantes, il peuvent être solliciter pour la création du jeu.

Sur le drap, dessiner aux feutres les cases rectangles du jeu. Peindre les cases ensuite dans les trois couleurs sélectionnées (correspondante aux couleurs des cartes), alterner les couleurs. Identifier des cases départ et arrivée dans une autre forme et une autre couleur.

Ensuite, une fois la peinture sèche indiquer des cases bonus (avancer d'une case) et cases pénalités (reculer d'une case).

Vous pouvez décorer ensuite le tout avec des images sur alimentation et l'activité physique en lien avec la santé : valoriser les fruits et légumes par exemple.

Concevoir les pions avec du matériel de récupération : tube en carton... les peintres avec des couleurs différentes. Vu qu'il s'agit d'un jeu géant, prévoir les tailles en conséquence.

### 2. Jouer

L'animateur explique les consignes : lancer le dés chacun son tour, avancer son pion sur le plateau et soit répondre à une question soit réaliser un défi selon la case correspondante.

L'animateur lit les questions et les défis. L'animateur lit les réponses.

Les joueurs peuvent s'aider.

### 3. Bilan et synthèse

L'animateur effectue une synthèse de l'activité et recueille le ressenti/réactions des participants.



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](#)