



Fiche d'information: Défi enfant santé

Le programme Défi enfant santé regroupe une série d'activités amusantes et stimulantes que les enseignants et les chefs de groupes communautaires peuvent utiliser avec leurs élèves. Il est conçu pour encourager les élèves à adopter des habitudes de vie saine. Avoir un mode de vie sain et équilibré est important pour les enfants puisque les habitudes prises tôt restent souvent acquises toute la vie. Le Défi enfant santé a été mis au point par le Musée de l'agriculture et de l'alimentation du Canada avec le soutien de Nestlé Canada et du gouvernement canadien.

- Il comprend des plans de leçon amusants adaptés au programme scolaire des élèves de la 1^{re} à la 3^e année de l'ensemble des provinces et des territoires canadiens. La matière couverte ne se limite pas au programme d'éducation physique et de santé: français, mathématiques, sciences, technologie et études sociales sont aussi abordés.
- Les activités et les défis peuvent tous être adaptés en fonction des besoins de la classe ou du groupe communautaire.
- Les enseignants et les chefs de groupe peuvent choisir parmi six modules d'activités portant sur les thèmes suivants: légumes et fruits, grains entiers, collations santé, boîte à lunch équilibrée, eau et activité physique.
- Chaque thème comprend un plan de leçon, une suggestion de défi, des activités de suivi ainsi qu'une fiche d'information à l'intention des parents.
- Les participants se fixent en groupe des objectifs à réaliser au cours du programme. Les classes qui atteignent leurs objectifs obtiennent une récompense, par exemple une soirée sans devoir ou une journée pyjama.
- Toutes les ressources du programme sont offertes en français et en anglais.
- Toutes les ressources du programme sont **gratuites** et peuvent être téléchargées à partir du site Web du Musée.

Pour obtenir de plus amples renseignements et télécharger cette trousse de ressources éducatives et amusantes, visitez le site Web du [Défi enfant santé](#).



CANADA AGRICULTURE
AND FOOD MUSEUM



Canada