PIPSa
Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

KOIPOLUKI ? Kit n°3 : Les écrans / les muscles et les os (la sédentarité)

2021 - fiche modifiée le 21 juin 2022

Le laboratoire des savoirs sur l'environnement et la santé

Un programme éducatif pour prendre conscience des effets de la pollution, agir pour s'en prémunir et transmettre les savoirs acquis.

Support	Kit pédagogique
Âge du public	De 9 à 11 ans
Thèmes associés à cet outil	Activité physique, Corps, Environnement
Obtention	Acquisition Téléchargeable (en partie)
Participants	Jusque 32
Prix	Gratuit

Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

Une boîte avec tout le matériel nécessaire à la réalisation de 3 ateliers :

- Cahier général (PDF)
- Cahier tutoriel Atelier A : La frise du savoir (PDF)
- Cahier tutoriel Atelier B : Les effets de la sédentarité (PDF)
- Cahier tutoriel Atelier C : "Talisman" désenvoûtement des écrans (PDF)
- Cahier pratique et scientifique (pour kits n°2 et n°3) (PDF)
- Supports de la frise du savoir et de la fabrication des transmetteurs
  Fiche preuve (PDF)

Plaquette de présentation (PDF)
Vidéo de présentation (YouTube)

=> Lien pour télécharger les documents

Concept :

KOIPOLUKI est un programme de prévention en santé environnementale dédié aux pollutions, dans toutes leurs dimensions. Il se présente sous forme d'ateliers ludiques et participatifs, en 8 thématiques liant un polluant à ses effets sur l'environnement et sur le corps. Il est destiné aux enfants de 9-11 ans.

Chaque kit est composé de 3 ateliers, chaque atelier dure environ 2h et est accompagné d'un cahier tutoriel. Le kit s'articule en deux grands chapitres : "le laboratoire du savoir" et "la fabrique des transmetteurs".

Kit n°1 Les emballages en plastique / les défenses de l'organisme
Kit n°2 Les écrans / le cerveau
Kit n°3 Les écrans / les muscles et les os (la sédentarité)

Les écrans ont-ils des effets sur l'environnement et sur mon corps?

Les Koipolukits n°2 et n°3 explorent la **thématique des écrans sous plusieurs aspects**. L'aspect environnemental tout d'abord, va permettre aux enfants d'appréhender différentes notions comme les ressources nécessaires à leur fabrication ou leur recyclage. L'aspect santé ensuite, aborde les effets des écrans sur le cerveau, les yeux, le sommeil, l'attention, mais aussi sur les muscles et les os au travers de la sédentarité.

Dans le **premier atelier** (commun aux deux kits), les enfants pourront acquérir de nouvelles connaissances par le biais d'une enquête qu'ils mènent en cherchant des indices dans différentes ressources mises à leur disposition. Ils réalisent ainsi une frise du savoir, retraçant les points clés de la problématique.

Ensuite le **Kit n° 3 explore la sédentarité**, en abordant les effets de celle-ci sur notre corps de la tête aux pieds.

Ce Koipolukit permet aux enfants de prendre conscience de leur propre comportement vis-à-vis des écrans par l'intermédiaire d'objets de médiation qu'ils fabriquent eux-mêmes. Ils peuvent analyser le temps qu'ils passent devant un écran et le type d'usage qu'ils en font. Ils comprennent aussi la nécessité d'alterner écran et activité physique. Ils emportent ces objets dans le cadre familial afin d'y initier un éventuel dialogue sur ce thème et leur donner un plus grand écho.

Objectifs

- Rendre les enfants acteurs de leur santé et de leur bien-être et faire d'eux de futurs adultes proactifs en matière d'environnement et de développement durable
- Aborder la thématique complexe des "pollutions" en gardant une vision systémique. Il s'agit d'apporter une description du système tout entier, sans traiter l'information de manière tronquée ou partielle
- Faire comprendre aux enfants qu'une petite action locale quotidienne peut avoir des répercussions bien plus grandes, globales, lointaines, qui auront potentiellement, à leur tour, un impact local sur leur propre vie
- Contribuer à la connaissance des enfants car, en matière de promotion de la santé, la compréhension est un puissant levier pour adopter les comportements et gestes de prévention.

Objectifs spécifiques du Kit 3:

- Permettre aux enfants, apprentis chercheurs, d'exercer leur esprit critique et leur créativité
- Aborder les ressources nécessaires à la fabrication des écrans et leur recyclage
- Reconnaître et situer les principaux organes du corps
- Découvrir les effets de la sédentarité sur les muscles, les os et différents organes
- Fabriquer un "talisman" pour se désenvoûter des écrans
- Prendre conscience de la nécessité d'alterner écrans et activité physique
- Identifier les bons gestes pour combattre les effets de la sédentarité

Bon à savoir

Les créateurs de ce programme de prévention souhaitent que cette démarche de co-conception se poursuive et contribue à sa nécessaire évolution. Pour leur permettre de l'améliorer au fil du temps, **on demande aux utilisateurs de répondre à 3 questionnaires**. C'est la seule contrepartie demandée en échange de la gratuité d'accès aux programmes de Koipoluki.

Les trois questionnaires sont disponibles sur www.koipoluki.org

Valorémis distribue les kits de Koipoluki.
Un réassort des consommables est possible sur demande.

Kits en cours d'élaboration :

4. L'alimentation transformée / Le système digestif
5. L'alimentation transformée / Le goût
6. La pollution sonore / Le système auditif
7. La pollution de l'air / Le cœur et les poumons
8. La pollution de contact / La peau

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

Valorémis
Rue Pradier 26
75019 - Paris 19
France
+33 (0)1 40 31 83 71 - éditions@valoremis.fr
http://www.valoremis.fr

Koipoluki
France - contact@koipoluki.org
https://koipoluki.org/

Dans les centres de prêt :

Centre local de promotion de la santé de Namur
+32 (0)81 75 00 46 - info@clpsnamur.be
http://www.clpsnamur.be

L'avis de PIPSa

Appréciation globale :

Cet outil pédagogique fournit un matériel de qualité, prêt à l'emploi, pour organiser des activités scolaires participatives autour du lien entre les écrans et la santé.
Elaboré par une équipe pluridisciplinaire à partir des préoccupations des enfants, il fournit des références fiables, sourcées, adaptées à ses objectifs pédagogiques. La thématique (d'actualité) offre un point de vue innovant et pertinent sur les liens entre écrans, pollution et sédentarité.

Basées sur le principe de la pédagogie active, les activités facilitent la réappropriation des savoirs en vue de les faire essaimer ensuite dans l'entourage de l'enfant (pairs, famille). L'outil est accessible dès 9 ans, moyennant peut-être une aide pour la compréhension/vocabulaire auprès de certains.

L'approche du corps dans le module 2 reste descriptive, "savante", bien différente de la réalité dont les enfants vivent le mouvement et leur corps. Le plaisir pourrait constituer un levier intéressant pour sortir de la sédentarité, mais il n'est pas évoqué par l'outil.

L'ensemble des supports, particulièrement bien organisé et structuré, permet une appropriation fluide par l'enseignant.

Objectifs :

- Prendre connaissance d'informations nouvelles (fabrication des écrans, impact de la sédentarité sur les organes/corps/santé)
- Prendre conscience de la possibilité de prévenir certains problèmes de santé dus à la sédentarité
- Développer des compétences personnelles (recherche/tri d'informations) et sociales (apprendre à travailler en groupe)

Public cible :

De 9 à 11 ans

Utilisation conseillée :

- Moduler le temps consacré aux différentes étapes en fonction du groupe : certains pourraient avoir besoin de plus de temps pour s'approprier les contenus
- Enrichir le module "corps" par de petites activités de stimulation corporelle pour observer les modifications dues à l'activité physique
- Envisager aussi la notion du plaisir lié à l'activité physique

Critères d'évaluation :

Cohérent ★★★★
Attractif ★★★★
Interactif ★★★☆
Soutenant pour l'utilisateur ★★★★
Soutenant pour la prom. de la santé ★★★☆

Temps de préparation :

Points forts :

Actualité, innovation, prêt à l'emploi, simplicité d'utilisation

Sujets abordés :

Ecrans, sédentarité, corps, pollution

Date de l'avis : 23 mai 2022