



PROJET DE PRATIQUE INTERDISCIPLINAIRE LUTTER CONTRE L'OBÉSITÉ OU LE SURPOIDS GRÂCE À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET UNE ALIMENTATION VARIÉE ET ÉQUILIBRÉE

SÉQUENCE 5 Exposition

BRIEFING*

L'événement, vous l'avez compris est double : d'un côté les disciplines sportives/activité physique qui ne sont pas une compétition mais plutôt un moment de convivialité qui permet de mieux vivre ensemble quelles que soient les différences de chacun. De l'autre une exposition qui va mettre en avant le problème de santé publique que sont l'obésité et le surpoids.

Grâce aux **fiches séquences 1 à 6**, les élèves de 4^e sont désormais familiarisés avec l'obésité/surpoids, l'activité physique, l'organisation d'un événement sportif, les valeurs du sport et l'olympisme, l'alimentation équilibrée, les bienfaits conjugués d'une alimentation équilibrée et du sport.

Grâce aux **fiches synthèse**, chaque groupe de 4^e ayant travaillé sur l'un des sujets énoncés plus haut a pu reporter aux autres groupes en classe entière lors d'un exposé ce qu'il a compris.

L'exposition, montée par le groupe 5 (composé d'élèves de différentes 4^e), reprend les éléments recueillis lors de la recherche d'informations. Elle est le reflet des réflexions et apportent des réponses au problème posé : « Croiser Alimentation, Poids et Sédentarité ». Vos professeurs de SVT vont vous soutenir dans cette tâche mais d'autres professeurs peuvent être impliqués comme l'Éducation artistique, le Français... Si on peut faire beau c'est mieux, mais l'important c'est d'être clair et convaincu pour convaincre.

AVANT

- Vous, le groupe 5, êtes seuls maîtres à bord.
- Il vous faudra également décider du lieu de l'exposition au sein du collège qui doit être accessible à tous le jour de l'événement. Vous devrez réfléchir au support pour mettre en avant l'exposition (tableau/plaque de contreplaqué, feuilles fixées au mur à l'abri sous le préau, hall d'accueil du collège...). Un seul panneau assez grand peut être suffisant. N'hésitez pas à demander de l'aide aux personnels du collège ou à la mairie.
- Il vous faut rassembler les fiches synthèse de toutes les 4^e pour faire ressortir les éléments clés et répondre au mieux à la question. Une fois exploitées, mettez-les en scène avec des photos, des coupures de journaux, une vidéo si vous disposez d'un téléviseur au collège.
 - exposer, c'est faire des choix
 - « mettre en page » les éléments textes et visuels
 - travailler un sens de lecture de l'exposition (de préférence de gauche à droite)
 - travailler la hauteur des contenus sur le panneau et leur simplicité (il y aura des plus jeunes, les 6^e et des adultes, les familles)
 - afficher à l'aide d'une flèche le sens de circulation surtout si vous faites une frise

* instructions en français

MISSION CAPSPORT
Avec les produits laitiers

PROJET DE PRATIQUE INTERDISCIPLINAIRE
LUTTER CONTRE L'OBÉSITÉ OU LE SURPOIDS
GRÂCE À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET UNE ALIMENTATION
VARIÉE ET ÉQUILIBRÉE

SÉQUENCE 5
Comment faire pour enrayer l'obésité ou le surpoids qui
concernent la population mondiale et qui se propagent très vite ?

DEFINITIONS :
Le surpoids et l'obésité correspondent à un excès de matière grasse et de matière maigre dans le corps qui présente un risque pour la santé. La matière grasse est l'ensemble de la graisse ou des adipocytes dans le corps. La matière maigre, quant à elle, correspond aux muscles. On définit le surpoids selon l'IMC, indice de Masse Corporelle. Chez l'adulte, un IMC inférieur à 18,5 est considéré comme étant un poids normal, un IMC compris entre 18,5 et 25 comme étant un surpoids et jusqu'à la fin de sa croissance, l'IMC se sert pour comparer la proportion de la matière maigre et de la matière grasse dans le corps. Un adulte très musclé pourra avoir un IMC très élevé, sans pour autant avoir un haut degré de gras dans son corps. À l'inverse, quelqu'un de très mince pourrait avoir un IMC faible sans pour autant être un IMC faible tout en ayant accumulé beaucoup de gras.

LE SAVIEZ-VOUS ?
L'obésité est considérée comme une maladie par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) depuis 1987. La grande cause à prendre en compte pour un excès de poids est le rapport énergétique. Plus contra, elle n'est pas considérée comme un handicap car elle n'est considérée que comme un trouble métabolique et d'excès de poids. Un programme adapté en cours d'EPS, d'un suivi et d'un suivi, peut réduire et prévenir l'obésité et le surpoids.

DES CHIFFRES
LE PHÉNOMÈNE
• En France, en 2019, 12% des enfants de grande section de maternelle étaient en surpoids (probabilité de 22,5 à l'âge adulte).
• Des chiffres inquiétants remontent en 2017 dans les classes de 2^e primaire qui près de 1/4 des élèves étaient en surpoids (19,4%) ou obèses (5,2%).
• Combien d'études prouvent qu'il y a l'impact de la surpoids sur la santé ?

LES SAUSES
• Non, la prise de poids vient pas de :
• uniquement à une alimentation déséquilibrée
• à un mauvais régime d'activité physique
• à la relation des choses : augmentation des apports alimentaires en distribution des dépenses d'énergie.
Pour nous aider à réfléchir et qui ne prendra pas de temps pour nous donner une idée de la différence entre les deux situations de la prise en développement, nous allons commencer avec cette vidéo comparative entre la fois de l'activité physique et celle de la sédentarité pour de rendre uniforme chez tous les élèves humains par exemple, nous allons commencer à réfléchir à l'obésité, même si nous ne sommes pas atteints de l'obésité, nous allons commencer à réfléchir à l'obésité, même si nous ne sommes pas atteints de l'obésité.

MISSION CAPSPORT
Avec les produits laitiers

SYNTHÈSE GROUPE 1
4^e 1c

NUMÉRIQUES

CONCEPTS

SYNTHÈSE

ENJOYEZ-VOUS L'ÉCOLE EUROPE
AVEC L'EUROPE, ON S'Y REMET !

SÉQUENCE 5 : Exposition

- penser à l'éclairage (naturel ou non)
- réfléchir à une mise en scène qui valorise ceux qui sont concernés par la maladie.
- penser à informer sur le lieu que vous aurez défini et pour cela appuyez-vous sur le groupe 1 « Communication » et n'oubliez pas de leur donner les bonnes informations (par écrit c'est mieux, il n'y aura pas d'erreurs).

PENDANT OU LA VEILLE DU JOUR]

- Vous vous arrangez à laisser une permanence à tour de rôle près de l'exposition afin de pouvoir répondre ou d'orienter les visiteurs. Cette permanence est fonction de vos disponibilités (surtout si vous participez à une discipline sportive ou une activité physique). Prévoyez un planning où vous indiquez l'heure, le nom de celui ou celle qui va être présent.

APRÈS

- Vous devez démonter l'exposition à moins qu'on ne vous demande de la laisser quelques temps parce qu'elle aura beaucoup plu.