

Si on veut aller plus loin dans le domaine de la santé

1. Travail sur les connaissances scientifiques de chaque domaine (en complément du point 5)

⇒ pour apprendre à se connaître (traiter les autres notions que celles envisagées au préalable)

- squelette
- alimentation
- nutrition
- respiration
- circulation sanguine
- conduites à risque (tabac, alcool, soleil...)

2. Travail sur l'hygiène de vie

⇒ pour respecter son corps et autrui

- hygiène dentaire
- Hygiène corporelle de tous les jours
- hygiène corporelle après activité physique
- règles d'hygiène lors de maladies infectieuses
- les différentes formes de circulation des germes
- ...

3. Travail sur les connaissances scientifiques des produits utilisés (en complément du point 7)

⇒ pour aider à être critique sur ce qui nous est proposé : recherche documentaire et explication des termes spécifiques utilisés sur les emballages

- composition de certains plats préparés
- composition d'une cigarette
- chaîne alimentaire
- chaîne du froid
- règles d'hygiène d'une cantine
- ...

4. Travail sur les effets de la consommation

⇒ pour envisager les conséquences : étude de cas concrets d'une consommation excessive à court terme et à long terme sur le corps humain (maladies et problèmes inhérents tels que l'accoutumance ou la dépendance)

- de graisse
- de sucre
- d'alcool
- de tabac
- de nourriture en général
- de soleil
- d'activité physique

5. Travail sur la connaissance de soi (image et perception de soi)

⇒ pour s'évaluer et ainsi mieux appréhender l'avenir

- connaissance de son corps : vision externe (physionomie) et interne (les différents appareils et systèmes)
- connaissance de soi : goût, caractère, défaut, qualité, émotion, sentiment

- son rapport à la santé (un atout à préserver, une chance, la peur de la maladie, rapport au monde médical et aux médicaments...)
- comment chacun consomme : énumération de la consommation alimentaire, évaluation individuelle de la quantité et de la qualité de l'alimentation (mieux se connaître en tant que consommateur)
- comment chacun pratique une activité physique : calcul de l'activité physique -à définir- pendant une journée ou une semaine
- définition de son milieu de vie : cigarette en fumeur passif, consommation alimentaire non contrôlée...

6. Travail sur la connaissance d'autrui

⇒ pour le respect et transfert du mode de vie d'autrui sur son propre mode de vie

- goût, caractère, défaut, qualité, émotion, sentiment
- connaissance des modes de vie de personnes d'une autre culture
- reconnaissance de la manière de vivre d'autrui (alimentaire, vestimentaire, activité physique en fonction d'une appartenance culturelle...)
- être attentif à autrui pour l'aider le cas échéant (solidarité)

7. Travail sur l'estime de soi

⇒ pour aider à gérer les tentations d'imitation, trouver sa liberté au cœur de la cité : éducation à la citoyenneté

- compréhension de son unicité relative : tous parents mais aussi tous différents
- résistance à la pression des stéréotypes : faire comme les copains (effets de groupe), les grands, les idoles ou les parents : maîtrise sociale (sur l'alimentation, la boisson, la cigarette...)
- les croyances populaires (idées reçues) : esprit critique face à des commentaires édictés de génération en génération
- résistance à l'emprise des médias : définition de ce que véhiculent les médias tels que la télé, les affichages, les étiquettes et messages publicitaires...
- consommation raisonnée : maîtrise de ses émotions et de ses tentations (intelligence émotionnelle), apprendre à dire non
- savoir demander de l'aide : quelle aide, où la trouver, impact moral, pour soi et pour autrui

Moyens

* Littérature

Lecture de textes

Etudes de textes (évolution du message au fil des ans...)

Ecriture de textes, de slogans...

Ecriture de textes à fins multiples (choix de différentes stratégies du héros face à un problème de santé)

* Documentation

Etudes de documents écrits, sonores ou audiovisuels (articles de journaux, émissions radio ou TV)

Etude de cas concrets et réels (pas de la classe)

Etude de textes réglementaires ou législatifs

Utilisation d'études scientifiques (sciences)

Questionnaire de connaissances (QCM ou réponse large) et vérification par recherche documentaire sur le sujet

* Art visuel, activité d'expression

Photolangage (art visuel et oral)

Construction d'un blason avec slogan ou devise sur le sujet d'un point de vue positif ou négatif

Remue-méninge (association d'idées : image-mot, mot-mot, expression-expression...)

Jeu de rôles à partir d'un scénario de départ

* Débat (éducation civique et philosophique)

Argumentation (le pour et le contre)

Discussion débat sur des affirmations plus ou moins fausses

Discussion sur une question

⇒ Evaluation du message transmis au niveau de la compréhension et non au niveau de la mise en pratique