

Carnet de bord de l'élève : \_\_\_\_\_

## Groupe scolaire MOLINA



Relève le défi!

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Jours pour voir autrement

DU 07 AU 16 JUIN 2022

### Partenaires



La solidarité en action

Ludothèque La Jarjille



ENQUÊTE ANONYME

pratiques des écrans

SCANNEZ-MOI!

**Le nombre et la capacité des écrans ont rapidement évolué** et ils deviennent omniprésents à chaque instant de la journée, envahissent nos vies, interfèrent dans nos relations familiales au point de créer une véritable dépendance chez la plupart d'entre nous.

**Téléphones portables, ordinateurs, tablettes** peuvent être d'extraordinaires outils de découverte pouvant aiguïser la curiosité et faire naître des passions, chez les adultes comme les plus jeunes. Mais au jour le jour, par les multiples applications permises et accessibles en quelques secondes, ces outils peuvent tout simplement devenir dévastateurs en particulier pour le développement personnel et social de nos enfants.

**De nombreux scientifiques et professionnels de santé** s'accordent à penser qu'une utilisation trop précoce et/ou trop excessive des écrans engendre : des retards de langage, des troubles du comportement et de l'attention (agitation, passivité, agressivité, repli...) ainsi que des problèmes de santé divers (troubles du sommeil, troubles visuels, obésité...).

**Alors que faire ?** Tout d'abord voici quelques recommandations :

- **Pas d'écrans avant 3 ans**, et pour les plus grands le temps d'exposition devra être limité (idéalement 30 min/1h maximum par jour)
- **Pas de TV sans un adulte qui met des mots**, et qui explique les images
- **Rester vigilant au contenu des programmes** (TV, jeux vidéo...) et s'assurer qu'il soit adapté à son âge.

Nous savons que les enfants demandent beaucoup d'attention, les écrans sont parfois un moyen de retour au calme mais n'oubliez pas que le temps que votre enfant passe devant les écrans c'est autant de temps qu'il ne passe pas à jouer, explorer, utiliser ses sens, lire, construire, développer ses compétences motrices, cognitives et langagières. Profitez du temps passé sans écrans pour proposer des activités en autonomie à votre enfant (colorier, coller, peindre, écouter de la musique, jouer dehors...), le faire participer aux tâches de la maison (ranger, cuisiner...) ou tout simplement partager un moment convivial en famille autour d'un livre ou d'un jeu de société.

**Rejoignez le défi pour voir autrement !**

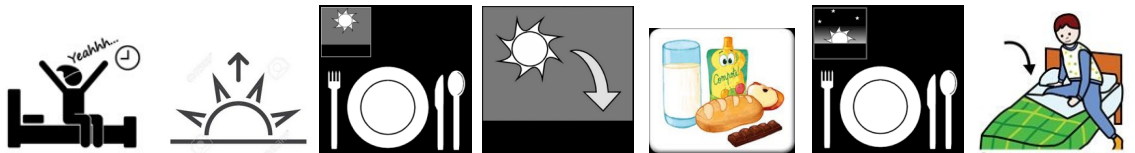
# DEFI

## LE TABLEAU DES POINTS



Chaque case avec « 1 » permet de marquer un point si vous n'avez pas utilisé un écran à ce moment-là de la journée.

Coloriez les cases où vous avez marqué un point.



	Réveil	matin	midi	après-midi	Avant le repas du soir	Pendant le repas du soir	Après le repas du soir
Mardi 7 juin	1	école	1	école	1	1	1
Mercredi 8 juin	1	1	1	1	1	1	1
Jeudi 9 juin	1	école	1	école	1	1	1
Vendredi 10 juin	1	école	1	école	1	1	1
Samedi 11 juin	1	1	1	1	1	1	1
Dimanche 12 juin	1	1	1	1	1	1	1
Lundi 13 juin	1	école	1	école	1	1	1
Mardi 14 juin	1	école	1	école	1	1	1
Mercredi 15 juin	1	1	1	1	1	1	1
Jeudi 16 juin	1	école	1	école	1	1	1
Total des points marqués pendant les 10 jours							

Si la moyenne de classe est supérieure à 50 points alors la classe choisira une récompense collective en conseil de classe pour la fin d'année scolaire.

## Idées d'alternatives aux écrans

### Sorties

→ Mercredi 8 juin et mercredi 15 juin de 14 à 17h :\_

Venez jouer à la ludothèque, école élémentaire Molina rue Eugène Claudius Petit, tel : 06 78 87 59 57, mail : ludotheque.jarjille@lespep42.org

→ Vendredi 10 juin :

- Montreynaud, salle Aretha Franklin, **spectacle musical est destiné aux enfants à partir de 5 ans**
- **kermesse des écoles Molina, avec l'APEM (à partir de 16h45).**

→ Dimanche 12 juin :

Musée d'art moderne : visite guidée gratuite, à partir de 6 ans, à 11h (sur réservation)

- ASSE KID'S :

Avec son aire de jeu de près de 1 000 m<sup>2</sup> et ses structures gonflables vertes et blanches, l'ASSE Loire Kids' tour ne passe pas inaperçu. Il a pour objectif de promouvoir le sport et ses valeurs auprès des enfants.

Jeux, activités sportives et de nombreuses animations : babyfoot géant, ballon sauteur, tir de précision, labyrinthe, présence du bus officiel des joueurs, etc. attendent les enfants de 4 à 12 ans. Le tout en présence de Pantéo, la célèbre mascotte des Verts. Les footballeurs en herbe s'en donnent à cœur joie, sous les couleurs de leur équipe favorite.

- Chalmazel-Jeansagnère le samedi 11 juin de 9h30 à 17h30 Stade de foot
- Caloire le dimanche 12 juin de 9h30 à 17h30 Lieu-dit La France
- Renaison le mercredi 15 juin de 9h30 à 17h30 Terrain de foot
- Andrézieux-Bouthéon le samedi 18 juin de 9h30 à 17h30 Quartier de la Chapelle



## Lieux à découvrir

### - la base nautique de Saint Victor sur Loire

Vous trouverez **4 parcours (débutant, bleu, rouge et noir) de course d'orientation**. Ils sont réalisables en moins d'une heure pour 1,1 à 3,3 km de distance à vol d'oiseau. Les cartes sont votre disposition gratuitement à la mairie de Saint-Victor-sur-loire et au club nautique, sur le port.  
Plage et baignade.

### - Massif du Pilat

Choisissez l'une des 4 aventures, suivez des personnages fantastiques et enquêtez en famille pour découvrir le Pilat en s'amusant !

Prix du sac aventure jeu disponible dans les offices de tourisme du Pilat ou sur la boutique en ligne: 13€

Accès sur le site libre et gratuit



## Radio pour enfant

<https://radiobarbouillots.com/>

*Radio Barbouillots la radio des enfants et des parents, des berceuses, des comptines, des jeux et des programmes éducatifs. La radio éclectique et ludique ...*

<https://www.radiopommedapi.com/>

*Radio Pomme d'api, le meilleur de la musique et des chansons pour enfants de 3 à 7 ans, des comptines, des histoires et des poésies sur la première radio ...*

# La recette de la pâte à modeler maison

Préparation : 5 mins    Temps de cuisson : 2 mins

## Ingrédients

- 300 g de farine
- 380 ml d'eau chaude
- 250 g de sel
- 1 cuillère à soupe bombée de bicarbonate
- 2 cuillères à café d'huile
- Colorants alimentaires gels ou liquides (optionnel, pour colorer la pâte à modeler)

## Instructions

1. Dans un petit saladier, mélanger la farine, l'eau et l'huile jusqu'à obtenir un mélange homogène.



2. Ajouter le sel et le bicarbonate. Mélanger à nouveau.



3. Verser la préparation dans une casserole et faire cuire à feu doux en remuant sans cesse jusqu'à ce que la préparation se décolle des bords de la casserole et devienne épaisse et pâteuse.



4. Arrêter le feu et transférer la pâte sur une planche à découper ou une assiette. Laisser refroidir 1 ou 2 minutes puis pétrir vigoureusement la pâte avec les mains. Séparer la pâte en plusieurs boules selon le nombre de couleurs souhaitées.



5. Placer chaque boule dans un bol différent, verser un peu de colorant alimentaire sur chaque boule et malaxer longuement pour que la couleur se diffuse dans la pâte (le couleur continuera à se diffuser et deviendra homogène après avoir été manipulée quelques minutes par les enfants).
6. Conserver la pâte dans du film transparent au réfrigérateur pour ne pas qu'elle durcisse et . Si votre pâte est trop épaisse/dure, une heure dans du film transparent permettra de la ramollir.



## LES BONS GESTES À ADOPTER

la formule des 4 pas



pas le matin



pas aux repas



pas dans la chambre



pas au moment du coucher



Lâche  
avec  
ÉCRAN!

# ENFANT ET ÉCRANS

*la nature des risques*



Pour contacter l'association, n'hésitez pas à nous envoyer un mail à [lachetonecran@gmail.com](mailto:lachetonecran@gmail.com)

d'infos sur  
[lachetonecranasso.fr](http://lachetonecranasso.fr)  
[www.facebook.com/lachetonecran](https://www.facebook.com/lachetonecran)

