

FICHE PÉDAGOGIQUE



Le chemin du sommeil

OBJECTIFS



- Repérer les rythmes de la journée d'un enfant
- Comprendre les éléments qui favorisent un bon sommeil
- Aborder la place des écrans

CONTEXTE



Créé par un médecin et une éducatrice pour animer un atelier autour du sommeil et des écrans: "en route vers le sommeil". Utilisé secondairement pour une sensibilisation d'animateurs de CLAE sur les rythmes des enfants sur une journée d'école avec un outil qui peut être utilisé en autonomie ensuite auprès des enfants.

PUBLIC CIBLE



- Enfants d'âge élémentaire
- Professionnels de l'enfance

MATÉRIEL



- 28 cartes à imprimer en A4 ou A5
- tableau aimanté ou grande table
- aimants pour le tableau



Téléchargement gratuit

INTERVENANTS



- 1 animateur

DURÉE



- 30 minutes

