

20 AU 24
MARS

2023



GUIDE PRATIQUE

VIVRE AVEC L'UGSEL

L'ÉCO CHALLENGE

SPORT SANTÉ



Fédération
Française de
Cardiologie



L'ÉCO CHALLENGE SPORT SANTÉ

Cycles 2 et 3

Relevons le challenge d'une mobilisation en harmonie avec le développement intégral de la personne. L'UGSEL s'est emparée de cette dynamique pour mettre en avant la nécessité d'une reprise d'activité physique, un enjeu fondamental pour le maintien d'une bonne santé physique et mentale de nos jeunes.

POURQUOI

Un éco Challenge Sport Santé ?

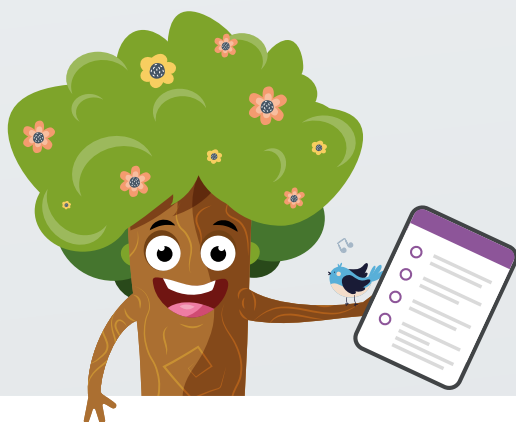
Notre action Éco challenge Sport Santé est lancée depuis 5 années, en partenariat avec les Parcours du Cœur de la Fédération de Cardiologie ainsi que l'APEL.

Incluse au sein de ce projet, nous avons voulu lui ajouter une dimension écologique, permettant de prendre en compte le respect de sa santé, en harmonie avec celle de notre planète.

LE CONCEPT

Afin de matérialiser des bonnes pratiques éco-responsables, leurs bienfaits pour notre Terre et l'importance d'une pratique sportive régulière pour leur santé, les élèves devront cumuler des cœurs et des arbres virtuels sur une période donnée. Une multitude d'actions permettra à nos jeunes de mesurer l'impact de leurs gestes et ainsi créer une dynamique éducative au sein de la classe. Plusieurs modèles d'organisation sont proposés.

Un développement de ce challenge sur une semaine nationale avec de multiples actions ciblées pour les enfants et les parents : la semaine des APEL semble idéale dans un lien école/famille.



POUR VIVRE PLEINEMENT CE DÉFI

Proposition d'une semaine nationale du 20 au 24 mars 2023 pendant la semaine des APEL

Les élèves se voient attribuer des cœurs et des arbres virtuels grâce à la réalisation d'actions sportives et éco-responsables (Cf. une liste non exhaustive d'actions possibles).

Les enfants et les jeunes sensibilisent leurs parents en réalisant différentes actions sportives et éco-responsables en famille. En partenariat avec l'APEL, l'UGSEL propose une liste des événements à organiser et à adapter au niveau local.

Comment vivre pleinement ce défi

Il est important de maîtriser la fréquence du comptage des cœurs et des arbres virtuels. Nous vous proposons plusieurs modèles favorisant la régularité des bonnes pratiques-éco responsables et également la valorisation des grandes actions du projet « Ma Maison la tienne aussi ».

Une valorisation du parcours Éco Santé responsable

Pendant ce défi, chaque élève reçoit différents badges valorisants :

- Son engagement sportif pour sa santé à travers le cumul de cœurs virtuels.
- Son engagement éco-citoyen pour sa planète à travers le cumul d'arbres virtuels.

[Cliquez sur les badges pour les télécharger](#)

