

# FICHE PÉDAGOGIQUE



## Affiches repères sur l'activité physique et la sédentarité

### OBJECTIFS



- Disposer d'un outil visuel reprenant les recommandations d'activité physique et de sédentarité en particulier le temps d'écrans de façon imagée et simple

### CONTEXTE



Créées par l'éducatrice pour un jeu et pour un livret destiné au public d'un événement de quartier QPV de la ville de Toulouse.

### MATÉRIEL



- 1 affiche reprenant la différence entre les activités physiques quotidiennes, les activités sportives en club et la sédentarité
- 3 affiches : 1 enfant avec les bienfaits de l'activité physique, 1 adulte avec les bienfaits également, 1 sur la sédentarité avec des astuces anti-sédentarité (vidéos)

### PUBLIC CIBLE



- Enfants à partir de la maternelle et adultes

### INTERVENANTS



- L'outil peut être laissé en libre accès ou utilisé en atelier ou en support

### DURÉE



- Indéfinie

 Téléchargement gratuit

