Semaine des lycées français du monde 2026 au Collège Français Jules Verne d'Antsirabe

« Promouvoir, prévenir, accompagner : agissons ensemble pour notre santé »

Un projet commun, de la maternelle à la 3e

Cette année, tout l'établissement s'est mobilisé pour la Semaine des lycées français du monde, de la Petite Section à la 3e. Notre fil conducteur est simple : comprendre que la santé se construit chaque jour, par de bonnes habitudes. Nous avons retenu quatre piliers : **l'alimentation, l'activité physique, le sommeil et l'usage raisonné des écrans**. Chaque cycle travaille sur un pilier adapté à l'âge des élèves. L'ensemble forme un parcours cohérent de l'école au collège.

Au collège : le CVC à l'initiative

Le Conseil de la vie collégienne (CVC) a choisi de valoriser les bienfaits du sport et de l'alimentation sur la santé. Il met un accent particulier sur les fruits, sous toutes leurs formes.

- **Le sport au quotidien :** pendant la pause méridienne, des rencontres sportives sont organisées entre les classes. Elles favorisent le plaisir de bouger, l'esprit d'équipe et les liens entre élèves de niveaux différents.
- **Un temps fort fédérateur :** une grande activité de Zumba collective réunit tous les élèves, du cycle 2 au cycle 4. Ce moment festif rassemble l'école et le collège autour du même projet.
- **Les fruits à l'honneur :** les menus de la cantine ont été adaptés pour proposer des fruits à chaque repas. Les élèves les découvrent cuits, crus ou au bar à fruits. C'est une façon concrète de faire évoluer les habitudes alimentaires.

À l'école : un parcours progressif par cycle

Chaque classe de l'école primaire travaille un thème précis selon la même démarche : un objectif pédagogique, une activité au CDI avec Cyndia, un débat en classe et une production d'élèves. Tous ces travaux s'appuient sur les programmes.

Cycle 1 : le sommeil, première source de bien-être
(Programme : *Explorer le monde : le corps, la santé et le bien-être*)

- **Petite Section, « Le sommeil et les rituels » :** les élèves apprennent à vivre la séparation du coucher et à repérer le moment de s'apaiser. Au CDI, ils lisent des albums sur le doudou et l'endormissement. En classe, ils réfléchissent à la question : « De quoi as-tu besoin pour t'endormir paisiblement ? » Ils réalisent un imagier jour/nuit.
- **Moyenne Section, « Le sommeil et le repos » :** les élèves font le lien entre la fatigue, le repos et la journée d'école. Ils trient des images d'activités calmes et d'activités agitées. Ils se demandent pourquoi le corps a besoin de dormir pour grandir. Ils participent à un imagier collectif des rituels du coucher.
- **Grande Section, « Le sommeil et l'horloge biologique » :** les élèves distinguent le temps du sommeil du temps des écrans ou des jeux tardifs. Ils écoutent des histoires sur le sommeil des animaux et des humains. Ils débattent : « Pourquoi est-il difficile d'aller se coucher quand on a envie de jouer ? » Ils créent une frise collective des rituels du dodo.

Cycle 2 : le corps en mouvement et les valeurs du sport
(Programme : *Questionner le monde : le vivant et la santé / EPS*)

- **CP, « La découverte du corps en mouvement » :** les élèves découvrent le plaisir de bouger grâce à des albums et des documentaires sur différents sports. Ils se demandent si l'on fait du sport pour gagner ou pour le plaisir. Ils dessinent leur équipement sportif préféré et le légendent.
- **CE1, « L'effort et la santé » :** les élèves comprennent les bienfaits de l'exercice sur le cœur et la forme. Au CDI, ils jouent aux devinettes autour des objets et des tenues de sport. Ils réalisent une mini-affiche qui encourage l'activité physique quotidienne.
- **CE2, « Les valeurs du sport (fair-play) » :** les élèves apprennent à coopérer, à respecter les règles et à accepter la défaite. Ils réfléchissent à ce qu'est un bon coéquipier et un adversaire respectueux. Ils rédigent ensemble des « règles d'or » pour les jeux de la cour.

Cycle 3 : les écrans et l'esprit critique
(Programme : *EMC : sensibilité, règles de vie et responsabilités face au numérique*)

- **CM1, « Les écrans et les loisirs » :** un atelier d'éducation aux médias et à l'information (EMI) aide les élèves à distinguer le temps d'écran du temps de repos et des autres loisirs. Ils dressent la liste des activités possibles sans écran après l'école.
- **CM2, « L'esprit critique et l'impact des écrans » :** les élèves étudient les effets des écrans sur le cerveau, le sommeil et la concentration, à partir de situations concrètes (jeux vidéo, réseaux sociaux, écrans le soir). Ils se demandent à partir de quand les écrans deviennent une perte de temps ou un danger. Ils rédigent la charte des bons usages numériques de leur classe.

Un projet cohérent et fédérateur

Le projet suit une progression claire. Les plus jeunes découvrent l'importance du sommeil et des rituels. Les élèves du cycle 2 apprennent à aimer bouger et à respecter les autres. Au cycle 3, ils développent un regard critique sur les écrans. Les collégiens, enfin, deviennent acteurs de leur santé et de celle des autres, grâce au CVC.

Cette semaine montre aussi les points forts de notre établissement : la continuité entre l'école et le collège, le rôle central du CDI, la place donnée à la parole des élèves dans les débats, et l'engagement de toute la communauté éducative, y compris le service de restauration. Les productions réalisées (imagiers, frises, affiches, règles d'or, chartes) seront exposées et pourront servir toute l'année.

Avec ce projet, le Collège Français Jules Verne veut donner aux élèves des habitudes durables pour bien manger, bouger, dormir et utiliser les écrans de façon raisonnable.