

Cadre logique de l'action : Action sommeil/écrans auprès de 6^{ème}

Correction – document enseignants/formateurs

	Logique d'intervention	Autres effets possibles
Objectif général	6. Sensibiliser sur l'importance du sommeil sur la santé des enfants et des adolescents	14. Meilleure implication des parents dans l'organisation des habitudes de la famille autour du sommeil et de l'utilisation des écrans
Objectifs spécifiques	11. Connaître les rôles du sommeil et son impact sur la santé et le développement 15. Identifier les facteurs influençant la qualité et la quantité de sommeil 5. Définir des techniques/habitudes à mettre en place pour faciliter l'endormissement	
Activités	4. Brise-glace je m'appelle et j'aime 17. Abaque faisant débattre sur la question du sommeil et des a priori à ce sujet 9. Jeu de la ligne explorant les habitudes des élèves concernant leur sommeil ou avant de s'endormir 13. Travail en groupe : construction d'un emploi du temps fictif incluant les habitudes courantes des collégiens, avec mise en œuvre de comportements favorisant le sommeil (quantité et qualité) 7. Evaluation de la séance par questionnaires	
Moyens	12. Quatre étudiants en santé organisés en deux binômes 3. Deux salles de classes équipées de vidéoprojecteur 8. Diaporama 1. Tableau et feutres 18. Cartons de trois couleurs différentes 16. Questionnaires imprimés	
Partenaires	2. Infirmière scolaire 10. Professeur de SVT	