

COMPOSANTES VISÉES :

- Environnement physique et milieu social
- Curriculum, enseignement et apprentissage

RESSOURCES

- Letter to Parents/guardians
- Liste d'exemples de bonnes récompenses (peu coûteuses) pour les enfants
- [10 façons des créer un environnement alimentaire positif](#)

Repenser les récompenses

OBJECTIF DE L'ACTIVITÉ : Souligner les réussites et les efforts des élèves au moyen de récompenses originales qui ne sont pas liées à la nourriture.

IDÉES CONCERNANT LA POLITIQUE

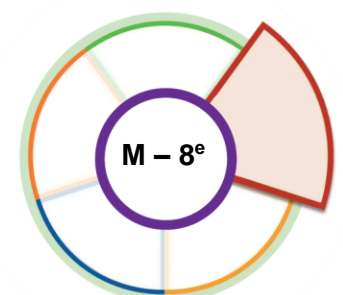
- **Raison d'être de la politique :** Souligner les réussites et les efforts des élèves au moyen de récompenses originales qui ne sont pas liées à la nourriture afin de favoriser l'établissement d'une relation positive avec la nourriture pour toute la vie.
- **Exemple d'énoncé de politique :** « Notre école/classe s'engage à reconnaître les réussites et les efforts des élèves au moyen de récompenses qui ne sont pas liées à la nourriture »

Pour favoriser l'adoption de la politique

- Fournissez aux membres du personnel l'information nécessaire ou une formation en cours d'emploi qui explique pourquoi il ne faut pas utiliser la nourriture comme récompense.
- Envoyez des renseignements à la maison pour informer les parents de la politique. Consultez l'exemple de lettre aux parents.
- Pour obtenir des conseils concernant cette politique, consultez les exemples fournis plus loin.
- Gardez une liste de récompenses peu coûteuses pour vos élèves.
- Demandez aux élèves de trouver, à l'aide d'une stratégie de type « penser-préparer-partager », des moyens non alimentaires de les récompenser.
- Créez un mur de « marques de reconnaissance » dans la classe ou à un lieu central de l'école.
- Inscrivez-vous au programme C'est un honneur, récompenses et écussons. Visitez le <http://brightbites.ca/fr/badge/cest-un-honneur/>.

Liens avec le curriculum

- Maternelle et jardin d'enfants à temps plein : 7 Manifeste une conscience de sa santé et de son bien-être
- 1^{re} année : D1.1 Alimentation pour un corps et un esprit sains
- 2^e année : D 2.1 Habitudes alimentaires saines; D2.2 choix de nourriture (repas et collations)
- 3^e année : D3.1 Aliments locaux, aliments importés
- 4^e année : D3.1 Choix alimentaires plus sains dans des contextes variés
- 5^e année : D2.1 Influence des médias – choix alimentaires
- 6^e année : D2.1 Alimentation saine – facteurs d'influence
- 7^e année : D3.1 Choix alimentaires – facteurs personnels et externes
- 8^e année : D3.1 Promotion – alimentation saine



Exemples de bonnes récompenses (peu coûteuses) pour les enfants

❖ Récompenses sociales

- Attention, louanges, sourires ou remerciements (dans bien des cas, les enfants les préfèrent aux jouets et à la nourriture)
- Affirment la valeur d'un enfant en tant que personne

❖ Reconnaissance

- Remettre un ruban, un certificat de reconnaissance ou de réalisation ou un autocollant portant un message affirmatif (p. ex. « *Excellent travail* »)
- Reconnaître la réussite d'un enfant dans le cadre des annonces du matin ou sur le site Web de l'école
- Téléphoner aux parents ou au tuteur de l'enfant ou leur envoyer un courriel ou une lettre pour féliciter l'enfant de son travail
- Rédiger une note à l'élève pour le féliciter de son exploit

❖ Privilèges

- Être le premier
- S'asseoir avec des amis ou à un endroit spécial près du bureau ou au bureau de l'enseignant ou de l'enseignante
- Aider l'enseignant ou l'enseignante
- Faire les livraisons au secrétariat de l'école
- Lire les annonces du matin à toute l'école
- Donner un coup de main dans une autre classe
- Choisir une activité pour la classe
- Aller à la bibliothèque pour choisir un livre
- Faire une marche avec la direction ou l'enseignant ou l'enseignante

❖ Équipement et articles de sport

- Frisbees
- Bouteilles d'eau
- Balles en mousse style NERF
- Cerceaux
- Cordes à danser
- Bandeaux et poignets

❖ Récompenses pour toute la classe

- Récréation supplémentaire
- Dîner dehors
- Leçon en plein air
- Temps supplémentaire pour l'art, la musique, l'éducation physique ou la lecture
- Chanson, danse ou présentation donnée par l'enseignant ou l'enseignante ou les élèves
- Lecture d'un livre à voix haute par l'enseignant ou l'enseignante
- « Temps libre » à la fin de la journée
- Écouter de la musique en travaillant
- Danser au son de la musique
- Jouer à un jeu ou faire un casse-tête ensemble

❖ Fournitures scolaires

- Crayons, stylos et gommes à effacer
- Calepins ou cahiers
- Crayons et craies de couleur (p. ex. craies à trottoir)
- Règles et taille-crayons
- Étampes
- Signets
- Cahiers ou pages téléchargées à colorier

❖ Articles de mode

- Tatouages temporaires
- Bracelets, bagues et colliers
- Lunettes de soleil

❖ Système de jetons ou de points

- Les enfants reçoivent des points qu'ils accumulent pour obtenir un prix
- Les prix peuvent inclure les articles susmentionnés

❖ Boîte aux trésors

- Autocollants, stylos, crayons, calepins originaux, balles rebondissantes, jeux de cartes, jeux de jacks (osselets), loupes, Slinky, cordes à danser, frisbees.
- Allez jeter un coup d'œil dans les magasins de vente au rabais pour trouver d'autres idées.

Exemple de lettre destinée aux parents ou aux tuteurs à l'appui des récompenses en classe et dans toute l'école

Chers parents et tuteurs,

À notre école, nous voulons souligner les réussites des élèves au moyen de récompenses originales non liées à la nourriture, par exemple du temps supplémentaire à la récréation, un mot positif ou des possibilités de leadership supplémentaires. De plus, nous prévoyons créer une boîte aux trésors pour reconnaître les réussites des élèves. Si vous vouliez faire don d'articles à inclure dans cette boîte, par exemple des crayons, des stylos, des gommes à effacer ou des autocollants, nous vous en serions très reconnaissants.

Merci de votre appui.