

# Document pédagogique: Bougez avec Tom!

La fiche d'activités «Bougez!» du Musée Olympique vous propose une série d'exercices sur les thèmes de l'activité physique, de la santé et du bien-être.

Ce document pédagogique est destiné aux enseignant(e)s du deuxième cycle primaire (cycle 2). Il a été conçu en prenant en considération les visées prioritaires du Plan d'études romand. Ses objectifs sont les suivants:

- Attirer l'attention sur l'importance de bouger.
- Prendre conscience des compétences sollicitées quand on bouge et des avantages qu'on peut en retirer comme le bien-être, le vivre ensemble, l'estime de soi.
- Susciter l'intérêt pour la pratique régulière d'un sport ou d'une activité physique.

## Fiche d'activités «Bougez!»

Le Comité International Olympique participe à la lutte contre la sédentarité et contre l'obésité, notamment avec son programme «[Sport pour tous](#)» ou l'exposition jeune public «[Bougez!](#)» du [Musée Olympique](#) (2015). Ces efforts sont entrepris en complémentarité avec les actions menées par des organisations partenaires: [l'Organisation Mondiale de la Santé](#) ainsi que [Promotion Santé Suisse](#) et [l'Office fédéral du sport](#).



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**