

<https://sbssa.enseigne.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article1348>

Le sommeil, toute une aventure !

- Enseignements généraux, technologiques et SEGPA - Prévention Santé Environnement - Ressources pédagogiques - Ressources thématiques diverses - Domaine Santé -



Date de mise en ligne : dimanche 14 mai 2017

Copyright © SCIENCES BIOLOGIQUES ET SCIENCES SOCIALES

APPLIQUEES - Tous droits réservés

Ce dossier pédagogique, réalisé dans le cadre de l'opération « **Pièces jaunes 2017** », sensibilise les élèves aux **enjeux du sommeil sur la santé**. Il contient :

- ▶ un **cahier pédagogique** composé d'une douzaine d'activités et de corrigés ;
- ▶ une **affiche** décrivant les cinq phases d'un cycle de sommeil et leurs bénéfices sur la santé.