

Non-Food Rewards for Students

Food is a commonly used, easy and inexpensive way to reward students for good behaviour and classroom success...with many negative consequences. It can teach students to eat when they're not hungry, increase the risk for tooth decay and cause students to associate good behaviour with less healthy foods choices.

Satisfaction for a job well done, rewarded with a smile and a kind word is in itself the best reward a child could receive.

Here are some helpful suggestions for non-food rewards

Create a "Privilege Box". Students and teachers write down privilege ideas and put them in the box. The rewarded students draw from the box. Older students may respond more favorably to accumulating play money or coupons which they can redeem for prizes or privileges. Here are some ideas to include in your "Privilege Box":

- ✓ Run errands for the day
- ✓ Erase the boards
- ✓ Call out the attendance list
- ✓ Have extra art or computer time
- ✓ A no homework pass
- ✓ Take care of class animal or mascot
- ✓ Sit at the teacher's desk for an activity
- ✓ Have a healthy lunch with the teacher
- ✓ Wear a hat, a pin or other item of recognition
- ✓ First in line all day or first out for recess
- ✓ Select a library book before the rest of the class

Suggestions for rewarding the entire class:

- ✓ Extra recess time
- ✓ Extra art or computer time
- ✓ A classroom walk or hike
- ✓ Class party with games, movies, or dance

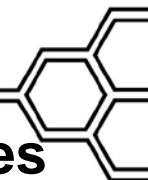
Non-food rewards do not need to be large material rewards. Here are some additional ideas:

- ✓ Stickers and stamps
- ✓ Bookmarks
- ✓ Art supplies
- ✓ Reusable bottle of water
- ✓ School supplies (pencil, eraser)
- ✓ Sports equipment (jump rope, Frisbees)
- ✓ Organize a raffle with recycled or very gently used items provided by teachers or families. For each good deed, the student is granted a ballot for a chance to win a gift of choice.



Need more information?

Talk to your dentist or dental hygienist or call the Ottawa Public Health Information and ask to speak to a public health nurse at 613-580-6744



Récompenses non alimentaires pour les élèves

Les aliments constituent souvent une récompense simple et économique pour un bon comportement en classe ou une réussite scolaire... Une habitude qui a son lot d'effets néfastes. En effet, cela peut apprendre aux enfants à manger quand ils n'ont pas faim, en plus d'augmenter les risques de carie et d'associer les bons comportements à de mauvais choix alimentaires.

La satisfaction tirée d'un travail bien fait, accompagnée d'un sourire et de bons mots, est déjà la meilleure récompense qu'un enfant puisse obtenir.

Voici quelques suggestions utiles de récompenses non alimentaires

Créez une « boîte des privilèges ». Élèves et enseignants écrivent des idées de privilèges et les mettent dans la boîte. Les élèves récompensés tirent un privilège au sort. Les élèves plus âgés peuvent être plus sensibles à l'accumulation de faux argent ou de bons qu'ils peuvent échanger contre des prix ou des privilèges. Voici quelques idées de privilèges à inclure dans votre boîte :

- ✓ Faire les courses pour la journée
- ✓ Effacer les tableaux
- ✓ Prendre les présences
- ✓ Avoir plus de temps à l'ordinateur ou pour faire du bricolage
- ✓ Avoir congé de devoirs
- ✓ S'occuper de l'animal ou de la mascotte de la classe
- ✓ S'asseoir au bureau de l'enseignant pour la durée d'une activité
- ✓ Prendre un repas santé avec l'enseignant
- ✓ Porter un chapeau, une épinglette ou un autre article distinctif
- ✓ Être le premier de la file pour toute une journée ou le premier à sortir à la récréation
- ✓ Choisir un livre de la bibliothèque avant toute la classe

Suggestions de récompenses pour toute la classe :

- ✓ Obtenir du temps de récréation supplémentaire
- ✓ Avoir plus de temps à l'ordinateur ou pour faire du bricolage
- ✓ Faire une promenade à pied
- ✓ Organiser une fête avec des jeux, un film ou de la danse

Les récompenses non alimentaires ne doivent pas nécessairement être grosses. Voici quelques idées supplémentaires :

- ✓ Collants et étampes
- ✓ Signets
- ✓ Articles de bricolage
- ✓ Bouteille d'eau réutilisable
- ✓ Articles scolaires (crayon et gomme à effacer)
- ✓ Équipement sportif (corde à danser ou disque volant)
- ✓ Organiser un tirage avec des articles recyclés ou très peu utilisés fournis par l'enseignant ou les familles. Pour chaque bonne action, l'élève reçoit un bon lui donnant une chance de gagner le cadeau de son choix



Pour obtenir plus d'information, s'adresser à son dentiste ou hygiéniste dentaire, ou encore téléphoner à Santé publique Ottawa pour parler à une infirmière, au 613-580-6744.