

**Education à la
santé :
Alimentation,
sommeil, hygiène**
Cycle I, GS

La Rotonde

Centre de Culture Scientifique Technique et Industrielle de l'école des Mines de Saint-
tienne

158 Cours Fauriel - CS 62362 - 42023 Saint-
tienne cedex 2

www.ccsti-larotonde.com

Le contexte de mise en place

Depuis 2006, La Rotonde de l'École des Mines de Saint-Etienne collabore avec *La Main à la Pâte*, la direction des services départementaux de l'éducation nationale de la Loire et les autorités locales pour mettre en œuvre un **dispositif d'accompagnement et de formation des enseignants de la Loire dans le domaine des sciences.**

Cette action phare a été développée dans un premier temps dans le cadre du projet *Pollen*, reconnu comme programme de référence dans le rapport Rocard sur l'enseignement des sciences. Elle a été poursuivie à partir de 2010 avec le projet *Fibonacci* qui a rassemblé 37 villes issues de 24 pays membres de l'Union Européenne.

En 2013, une convention a été signée pour faire suite à ces deux projets, créant **Le Centre Pilote La Main à la Pâte Saint-Etienne Loire.**

La Rotonde et l'éducation nationale continuent ainsi d'accompagner les enseignants en science grâce notamment à un dispositif de prêt de matériel et de modules, accompagné par de la formation.

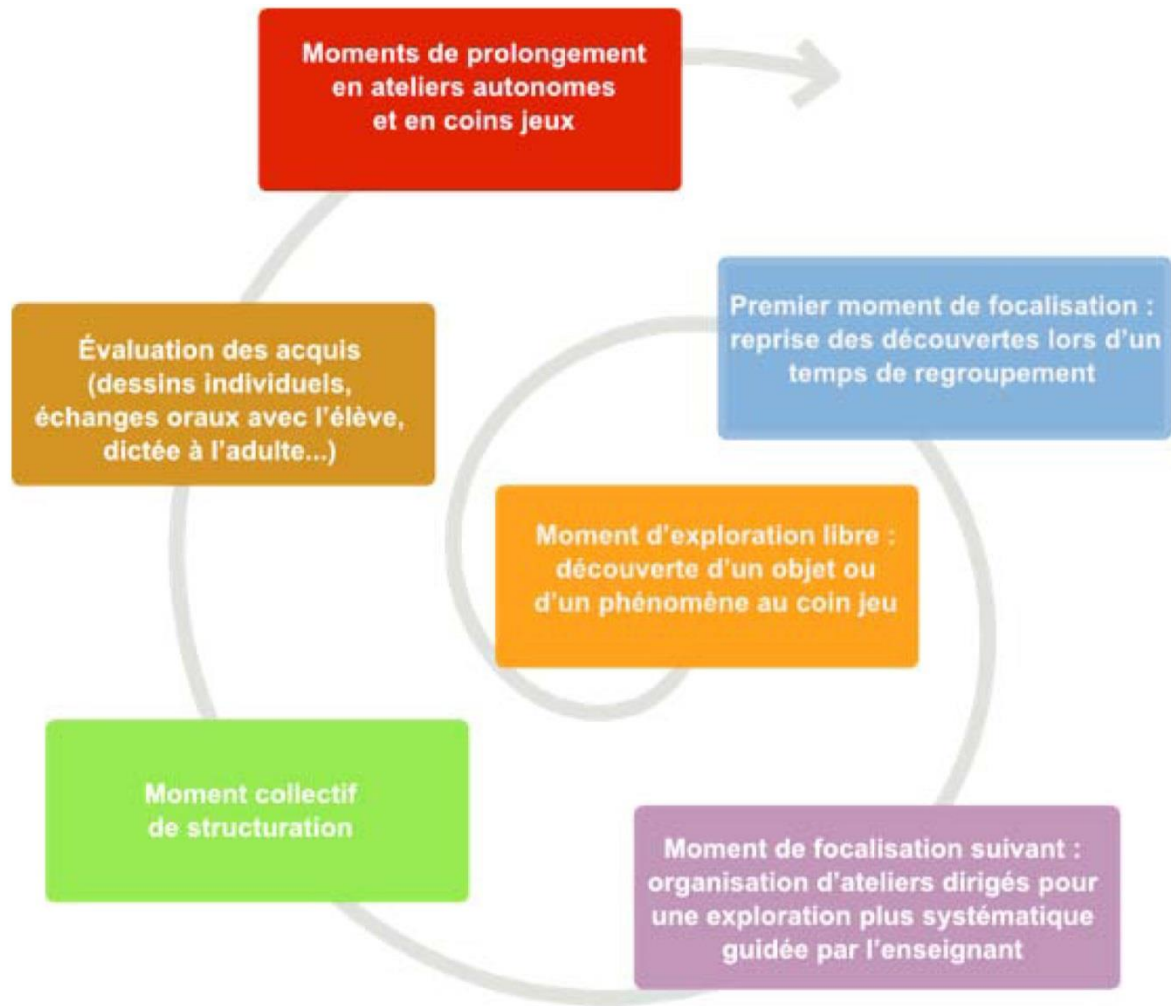
Ce dispositif est déployé pour une durée de 3 ans dans différents réseaux d'écoles du département.



Sommaire

- Le contexte **p.2**
- Les sciences en maternelle **p.4**
- Le module dans les grandes lignes **p.6**
- Le déroulé du module..... **p.7**
- Fiche outil pour les élèves..... **p. 11**
- Pistes d'évaluation **p.13**

« En maternelle, [...] les activités doivent être conçues à partir de l'implication de chacun des enfants et non exclusivement à partir de contenus disciplinaires qui leur seraient extérieurs. Les savoirs et méthodes scientifiques et techniques doivent être considérés comme des repères qui orientent le travail des enseignants plutôt que comme des contenus à transmettre aux élèves de façon systématique.



Le choix de titre retenu dans cette partie des nouveaux programmes - "Explorer le monde" - n'est pas anodin. "Explorer" est un verbe d'action qui sous-entend une action effective de chaque enfant. Si l'on file la métaphore du voyage, cette exploration suppose la rencontre avec un monde inconnu. Le voyage comporte nécessairement une part d'incertitude pour les enfants mais aussi pour leur enseignant.

L'enseignant, qui a conçu l'itinéraire en préparant les parcours d'apprentissage, peut toujours craindre de perdre un «voyageur» en route. Les travaux de recherche établissent que, quelle que soit la qualité de la préparation, il subsiste toujours des imprévus en cours de route. L'enseignant sera parfois conduit à improviser. Cette improvisation - qui est une forme indispensable d'adaptation à une situation inattendue - suppose qu'il puisse s'appuyer sur un éventail de pratiques possibles (vécues par lui-même ou par d'autres enseignants) et sur une certaine connaissance des écueils à éviter. »

Eduscol : http://cache.media.eduscol.education.fr/file/Explorer/45/5/Ress_c1_Explorer_orientation_456455.pdf

Quelques écueils à anticiper

1. Laisser les élèves explorer toutes les idées qu'ils ont au risque de se disperser.
2. Vouloir à l'inverse absolument garder le cap au risque de casser la dynamique des échanges.
3. Dissocier totalement les moments de discussion et les moments d'action (surtout avec les plus petits).
4. Penser que les enfants vont tout découvrir par eux-mêmes sans apport de l'enseignant.
5. Inversement, sous-estimer les facultés intellectuelles des enfants et leurs capacités créatrices.
6. Supposer qu'il existe une relation simple entre ce que font, disent et pensent les enfants.
7. Ne pas laisser suffisamment de temps pour stabiliser les acquis (les élèves peuvent facilement « réussir » une tâche un jour et pas le lendemain...).
8. Passer trop rapidement de la dynamique des échanges oraux à l'écrit.
9. Passer trop rapidement des termes approximatifs utilisés par les élèves aux termes "exacts" (avec le risque de manipuler des "termes-étiquettes" vides de sens).
10. Passer trop rapidement des formes syntaxiques ordinaires aux formes "canoniques" (risque d'un apprentissage formel sans réelle conceptualisation).

AUTEUR

Centre Pilote *La Main à la Pâte* Saint-Etienne Loire

Ce module est inspiré de l'exposition *Le roi Sommeil* du CCSTI La Turbine et du module *Manger, bouger pour ma santé* - Passerelles

RESUME

Ce module permet aux élèves de GS d'être sensibilisés à quelques règles de soin et d'hygiène favorisant dès le plus jeune âge une « vie saine ». Trois thèmes sont proposés : alimentation, sommeil, hygiène des mains.

Ils peuvent être abordés successivement ou de façon plus ou moins marquée selon le projet de la classe.

1. L'alimentation	Les élèves expriment leurs goûts alimentaires, puis ils questionnent l'influence de la publicité sur leurs comportements. Ils découvrent la présence des graisses cachées dans les aliments.
2. Le sommeil	Après la lecture d'un album de jeunesse sur le sujet, les élèves mènent une enquête pour découvrir les bonnes conditions pour bien dormir.
3. L'hygiène des mains	A partir d'une mise en situation, les élèves repèrent la méthode la plus efficace pour se laver les mains.

INSTRUCTIONS OFFICIELLES

« Découvrir le monde du vivant »

« A travers les activités physiques vécues à l'école, les enfants apprennent à mieux connaître et maîtriser leur corps. Ils comprennent qu'il leur appartient, qu'ils doivent en prendre soin pour se maintenir en forme et favoriser leur bien-être. Ils apprennent à identifier, désigner et nommer les différentes parties du corps. Cette éducation à la santé vise l'acquisition de premiers savoirs et savoir-faire relatifs à une hygiène de vie saine... »

BO Mars 2015

1. L'alimentation

Etapas	Déroulement		Conditions
Exploration	L'enseignant...	Les élèves	Regroupement
	<p>ATTENTION : au préalable il est nécessaire de collecter des publicités alimentaires</p> <p>... invite les élèves à reconnaître et nommer des aliments différents présents sur les publicités</p>	<p>... précisent la nature des aliments (et non uniquement le nom de la marque) et si possible l'origine animale/végétale</p>	
	<p>Dans un deuxième temps, le maître invite les élèves à exprimer leurs goûts alimentaires, parfois leurs régimes alimentaires ...</p> <p>Il prépare et valide avec la classe les 2 pictogrammes « J'aime/je n'aime pas »</p> <p>A partir d'une affiche de la campagne « <i>Manger, bouger</i> » (en annexe), le maître explique la nécessité d'une alimentation équilibrée et diversifiée pour être en bonne santé. Un débat peut s'engager sur le décalage éventuel avec les produits mis en avant par la publicité (papier, télévision...)</p>	<p>... trient, découpent et collent sur une fiche selon la catégorisation « J'aime/je n'aime pas »</p> <p>... comparent leurs choix</p> <p>... commentent l'affiche, échangent avec l'enseignant, expriment leurs sentiments après avoir vu une publicité...</p>	<p>Atelier de 5 à 6 élèves</p> <p>Regroupement</p>
Focalisation	<p>ATTENTION : au préalable il est nécessaire d'apporter des aliments gras (beurre, chips, viennoiserie, biscuits apéritifs...) et non gras (fruits, légumes...)</p>		Atelier de 5 à 6 élèves
« Où sont cachées les graisses ? »	<p>L'enseignant demande aux élèves de faire une tâche d'huile et une tâche d'eau avec l'aide de coton-tige</p> <p>Il explique aux élèves en reprenant l'affiche « <i>Manger bouger</i> » que les</p>		

	<p>graisses sont indispensables pour notre corps mais en petite quantité sinon elles sont la cause de problèmes de santé (surpoids, circulation sanguine...). Il pointe que dans la fabrication de certains aliments (sans doute choisis par des élèves au démarrage de cette activité) des graisses sont ajoutées. On parle alors de « graisses cachées ».</p> <p>Il demande aux élèves de faire des hypothèses sur les différents aliments : « Où sont cachées les graisses ? »</p> <p>Il organise un bilan avec la classe (affichage collectif, écrit dans le cahier...) sous forme de dictée à l'adulte : d'une part un classement est établi (gras/non gras) puis une recommandation concernant les aliments à favoriser/éviter</p>	<p>... réalisent une expérience en testant les traces laissées par différents aliments (les tâches d'huile et d'eau servent de témoins)</p> <p>... comparent les résultats</p>	<p>Regroupement</p>
--	--	--	---------------------

2. Le sommeil

Etapes	Déroulement		Conditions
Exploration	L'enseignant propose la lecture de l'album de littérature jeunesse <i>Scratch, scratch, clip, clapote</i> pour aborder les différents thèmes du sommeil (la peur du noir, les rêves et les cauchemars, les rituels lors du coucher...)	Les élèves interagissent et livrent leurs ressentis	Regroupement classe entière
Focalisation	A partir de la fiche d'enquête, l'enseignant interroge chaque élève sur son sommeil : <ul style="list-style-type: none"> - Dors-tu la porte ouverte ? la porte fermée ? - Dors-tu avec ou sans veilleuse/lumière ? - Dors-tu avec un doudou ? (si oui, chacun dessine son doudou) - ... 	Les élèves répondent aux questions, complètent par le dessin la fiche et comparent leurs résultats	En atelier de 5, 6 élèves
Conclusion	L'enseignant construit avec les élèves un diagramme simple des résultats de certaines questions (par exemple sous la forme de 2 colonnes de gommettes associées aux 2 possibilités de réponse à la question 1) Il oriente les échanges vers la formulation par les élèves de « bons conseils pour dormir »	Chaque enfant colle une gommette dans la colonne correspondant à son choix (par exemple, dormir la porte ouverte ou la porte fermée) Sous forme de dictée à l'adulte, les élèves énoncent des idées pour bien dormir à partir de leur propre expérience	Regroupement

3. L'hygiène des mains

Etapas	Déroulement		Conditions
	L'enseignant...	Les élèves...	
Exploration	<p>... invite les élèves à échanger sur les comportements en matière d'hygiène : que fait-on pour garder son logement propre, que fait-on pour le corps notamment en ce qui concerne le lavage ?</p> <p>... demande aux élèves de récapituler les moments de la journée ou les occasions qui conduisent à se laver les mains</p>	<p>... donnent des exemples à la fois personnels et à la fois liés à la vie de l'école</p> <p>... donnent des explications sur le rôle des mains dans la vie quotidienne</p>	Regroupement
Focalisation	<p><i>Comment avoir les mains les plus propres possibles ?</i></p> <p>... lance le défi aux élèves</p> <p>... propose au moins 3 situations (à adapter en fonction des réponses des élèves) : sans eau avec un papier / avec de l'eau / avec de l'eau et du savon (à chaque fois une autre serviette papier est utilisée pour s'essuyer après l'action visée et sert de support à la validation du meilleur procédé)</p>	<p>... font des hypothèses</p> <p>... testent les 3 situations après avoir plongé ses mains dans la terre</p> <p>... comparent les résultats</p>	En atelier de 5, 6 élèves
Structuration	<p>... conclut avec la classe sur la meilleure méthode</p>	<p>... énoncent leurs conclusions, collent les serviettes en papier correspondant aux diverses expériences</p>	Groupe classe

MANGER, BOUGER, C'EST LA SANTÉ



EAU
à volonté

BOUGEZ
AU MOINS
30 MINUTES
PAR JOUR

LÉGUMES
FRUITS

au moins
5 par jour



FÉCULENTS

à chaque
repas



LAIT
FROMAGE
YAOURT

3 par jour



VIANDE OU
POISSON OU
OEUF

1 à 2 fois
par jour



MATIÈRES GRASSES
PRODUITS SUCRÉS OU SALÉS

à limiter



ATTENTION
AUX GRAISSES, SUCRES
ET SEL CACHÉS

250-100613-A



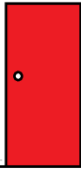
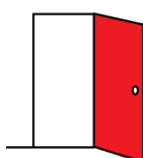





MANGERBOUGER.FR



NOM :

DATE :

Quand je dors : (entoure ce qui te correspond)

LA PORTE		POSITION			POUR M'ENDORMIR
					 

Dessin de ma chambre

Pistes d'Evaluation

L'enseignant observe que l'enfant commence à réussir ou réussit régulièrement à...	Contexte, circonstances, dispositifs, activités...	Pour les apprentissages suivants...
<ul style="list-style-type: none"> • respecter les règles d'hygiène après invitation, avec l'aide de l'adulte ; • réaliser les premiers gestes qui garantissent son hygiène corporelle ex. : souffler dans un mouchoir ; • demander de l'aide pour répondre à ses besoins physiologiques ; • gérer ses besoins physiologiques de façon autonome ; • réguler et anticiper ses besoins physiologiques pour ne pas arrêter les activités prévues ; • énoncer les règles d'hygiène corporelle et de vie saine ; • établir des premiers liens entre ce qu'il consomme et les conséquences possibles sur sa santé (ex : sucre et caries). 	<p>Dans le cadre de la vie quotidienne, activités de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • lavage des mains ; • mouchage de nez ; • passage aux toilettes <p>et éventuellement brossage des dents ;</p> <ul style="list-style-type: none"> • ... 	<p>S'approprier des règles d'hygiène corporelle et de vie saine.</p>

Ressource Eduscol :

<http://eduscol.education.fr/cid97131/suivi-et-evaluation-a-l-ecole-maternelle.html>