

Compétence de fin de cycle 1 : Connaître et mettre en œuvre quelques règles d'hygiène corporelle et d'une vie saine.

Compétence de fin de cycle 2 : Développer un comportement responsable vis-à-vis de sa santé grâce à une attitude raisonnée fondée sur la connaissance

### Séance 1

#### Le pain de mie

Objectif : Comprendre l'importance du lavage des mains

Point de départ : Les adultes nous demandent souvent de nous laver les mains ? Pourquoi ? Quand ? Avec quoi et pourquoi avec cela ?

Emission d'hypothèses. Réalisation de la fiche 1 en dictée à l'adulte.

Expérience du pain de mie pour comprendre pourquoi il faut se laver les mains et ce qu'on a sur les mains.

Les tranches sont placées dans des sacs de congélation dans un endroit sombre et chaud.

- Tranche 1 : témoin
- Tranche 2 : mains sales

#### Matériel :

- Tranches de pain de mie
- Sacs de congélation
- Mains !
- Fiche 1

- Tranche 3 : mains juste rincées à l'eau claire.
- Tranche 4 : mains bien savonnées efficacement.

## Séance 2

### Observation des pains de mie après une semaine.

Objectif : Comprendre que nos mains sont porteuses de microbes.

Description des résultats.

Conclusions : nos mains sont porteuses de microbes si on ne les lave pas, l'eau seule ne suffit pas, ces microbes ne sont pas bon pour la santé.

### Matériel :

- Les expériences.
- Fiche 2

## Séance 3

### Les paillettes sur les mains

Objectif : Comprendre que les microbes se diffusent par les contacts

Faire de faux microbes avec des paillettes très fines et du gel hydroalcoolique pour les mains. (Le gel hydroalcoolique a une texture qui s'étale bien, sèche vite et reste légèrement collante).

On étale une bonne couche de gel + paillettes sur les mains. Puis on serre la main d'un élève, qui serre la main d'un autre... on touche divers objets (crayons, jouets, chaises...) que l'on passe entre enfants... En un rien de temps, à partir d'une seule personne aux mains sales, toute la classe est contaminée, mains, visages, vêtements... il y en a partout !!

### Matériel :

- Paillettes
- Gel hydroalcoolique
- Fiche 3

Conclusions : Il faut se laver très régulièrement les mains.

#### Séance 4

#### La fécule de maïs

Objectif : Comprendre que les microbes se diffusent par l'éternuement, la toux ou les postillons

#### Matériel :

- Salière et fécule de maïs
- Fiche 4

On annonce que le pot est rempli de faux microbes, on prend la salière que l'on place au niveau de sa bouche et on fait semblant d'éternuer ou de tousser. Quand on tousse ou éternue, on secoue d'un ou plusieurs coups secs la salière de fécule, ce qui envoie de magnifiques gerbes blanches sur tout ce qui se trouve devant... Il y a des points blancs sur le sol, les meubles, les vêtements...

"Vous venez d'attraper tous mes microbes!"

Après, on fait voir ce qui se passe quand on tousse/éternue dans sa main = on a la main pleine de microbes et il faut vite se laver les mains sinon on va en mettre partout!

Pour finir, on fait ça bien comme il faut dans son coude, là, les microbes on ne les donnera pas aux autres.

Conclusions : on éternue dans son coude, et on porte un masque quand on est proche.

## Séance 5

### Le lavage à la peinture

Objectif : Comprendre comment se laver les mains efficacement.

Vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=BfVhEFyWY6w>

Réaliser l'expérience.

Matériel :

- 2 gants par élève
- Peinture noire
- Vidéo

## Séance 6

### Le lavage des mains efficace

Objectif : Se laver les mains efficacement

Matériel :

- Affiche sur le lavage des mains

Rappel de l'expérience avec la peinture.

Observation de l'affiche, la commenter tout en faisant les gestes dans le vide.

Puis chaque enfant passe un par un pour se laver les mains au lavabo sous l'observation de la maitresse ou l'astem.

## Séance 7

### Les gestes barrières

Objectif : Comprendre l'importance des gestes barrière

<http://lesptitsloups.tv/>

Présentation des images sur les gestes barrières et regarder les vidéos.

Les élèves expliquent pourquoi doit-on les appliquer.

Colorier les images.

### Matériel :

- Images sur les gestes barrières et vidéo

## Séance 8

### La douche

Objectif : Comprendre l'importance de se laver entièrement tous les jours le corps.

Pourquoi se douche-t-on tous les jours ?

Les microbes sont ailleurs + odeurs corporelles

### Matériel :

Images sur les gestes barrières et vidéos.

*Prolongement* : les dents et l'hygiène dentaire