Matériel pédagogique pour l'accompagnement du livre d'images « Comme de l'eau de source. Un pur plaisir » de Lorenz Pauli et Maria Stalder.

L'auteur Lorenz Pauli et l'illustratrice Maria Stalder ont imaginé une histoire dont l'héroïne est un élément dont nous considérons tous aujourd'hui qu'il « coule de source »: l'eau. Les enfants peuvent ainsi découvrir de façon originale le rôle précieux que joue l'eau et le plaisir immédiat qu'elle procure en tant que boisson. L'eau est une alternative peu coûteuse et sans calories aux boissons sucrées et contribue à un poids corporel sain.

Le livre pour enfants «Un pur plaisir» s'adresse aux enfants de 4 ans et plus. Il est disponible au format Pixi et en édition reliée.

L'avant-propos et l'appendice apportent des conseils et des informations sur l'eau potable et sur la consommation de boissons sucrées chez les enfants et les adolescents.

Édition reliée :
Lorenz Pauli / Maria Stalder : Un pur plaisir
ISBN 978-3-9523709-3-3

Le livre d'images a été créé à l'initiative de Promotion Santé Suisse et est publié dans les trois langues nationales. Il s'adresse aux classes de 1ère et 2ème années du Cycle 1 et aux familles avec enfants entre 4 et 6 ans.
Le livre et les propositions pédagogiques abordent plusieurs thèmes et objectifs du Plan d'Etudes Romand (PER):

MSN16 | Phénomènes naturels et techniques
Matières : expérimenter les différents états de l'eau
Forces et énergie : réaliser des expériences simples (moulins, roue à aube, etc.)
Planète Terre : observer des phénomènes naturels liés à l'eau (nuages, pluie, neige, grêle, inondations, etc.)

MSN 17 | Corps humain
Organes des sens : expérimenter ses sens en lien avec l'eau

MSN18 | Diversité du vivant
Diversité des milieux : réaliser des observations en milieu aquatique (faune, flore), cycles de vie, cycle de l'eau

FG12 | Santé et bien-être
Reconnaître ses besoins fondamentaux en matière de santé et ses possibilités d'action pour y répondre

CM16 | Education nutritionnelle
Equilibre alimentaire : sensibiliser à l'importance de l'eau sur la santé

Buts :
- Expérimenter que boire de l'eau est agréable et bon pour notre corps.
- Découvrir comment l'eau arrive aux robinets.
- Savoir que la Suisse est un puits d'eau naturelle qui permet de bénéficier d'une eau au robinet de grande qualité.
- Découvrir que les enfants en Suisse ont la chance de pouvoir boire à tous les robinets en quantité suffisante, et que cela n'est pas le cas pour tous les enfants du monde.

Promotion Santé Suisse

CHÂTEAU LA POMPE
www.chateaulapompe.ch

éducation21

1ère activité **L'eau un pur plaisir pour notre corps !**

Temps nécessaire : 2 à 3 heures

Matériel
— Bandeaux pour les yeux
— Carafe pour verser l'eau
— 3 récipients, gros bols
(1 bol pour 3 enfants si petits groupes)
— 3 boissons de différentes couleurs
— Linge pour s'essuyer
— 1 gobelet par enfant
— Plastique pour le sol
— Copies avec les silhouettes[1]

Objectifs
Les enfants découvrent l'eau avec leurs 5 sens en s'amusant.
Les enfants prennent conscience que leur corps est composé d'une grande partie d'eau.

Partie de l'histoire :

« … source fraîche. Vitus boit avec délectation. Oui ! claire et pure … un pur plaisir ! Dommage, déjà tout est bu. »

Déroulement

Introduction
Rappel de l'histoire, qu'est-ce que Vitus aime boire ? … Et vous quelle est votre boisson préférée ? Petite discussion sur les diverses boissons à disposition, leurs différences, sucre / pas sucre, emballage, habitudes personnelles / des familles / des fêtes, etc. Sans jugement, accueillir les diverses propositions et les lister symboliquement au tableau noir ou sur grande feuille.

Découvrir l'eau avec ses 5 sens
Comme Vitus, nous allons découvrir l'eau, apprendre à la savourer. Les enfants fontl'expérience de plusieurs de leurs sens, à choix, ou tous, ou en 2 séquences.
Selon l'âge et le niveau d'attention des enfants, il est possible de faire les activités en grand groupe ou en petits groupes de 3 enfants. Prévoir le matériel en fonction. Il peut être utile de laisser les enfants jouer un petit moment avec l'eau au début de l'activité. Toutes les activités peuvent être menées à l'extérieur en y associant par exemple une promenade.
A la fin de l'activité prévoir un échange, donner la parole aux enfants : qu'ont-ils perçu, senti, goûté, entendu, touché, vu, découvert ? Richesse des ressentis, des expériences, du plaisir de percevoir avec tous ses sens.

Toucher : Les yeux bandés, sentir avec ses doigts et ses avant-bras. Avec une carafe d'eau simple, laisser couler un filet d'eau sur les avant-bras. Possible aussi de se rendre près d'une fontaine ou un petit ruisseau. Préparer 1 récipient rempli avec de l'eau du robinet, les enfants viennent y tremper leurs doigts.

Comment ressent-on l'eau ? Agréable, doux, … ? Différences entre sentir avec les doigts et les avants bras ? A quelles expériences cela nous fait-il penser ? Se baigner, jouer avec l'eau, laver la salade, sentir la pluie couler sur son visage, etc.

Gout : Yeux bandés, goûter avec ses lèvres, sa bouche. Préparer 3 récipients avec de l'eau du robinet, de l'eau gazeuse et un sirop ou jus de fruits. Chaque enfant, toujours les yeux bandés, se tient prêt avec son gobelet dans lequel une petite quantité de chaque boisson sera versée.
Les enfants goûtent en essayant de reconnaître et percevoir les différences entre les 3 boissons.
Y a-t-il des différences, des préférences de goût ?

Odorat : Sentir, humer avec son nez, possible aussi les yeux bandés. Lorsqu'il pleut, aller dehors avec la classe et sentir l'odeur de la pluie. Chercher avec les enfants différents endroits où l'eau s'accumule et sentir. Est-ce que la pluie, une gouille, un pot d'eau ont une odeur particulière ? De retour au sec, est-ce que l'eau a une odeur ? Si nécessaire, faire passer un verre d'eau pour mieux sentir.

Ecoute : Sans bruit aller à la rencontre des bruits que fait l'eau. Entendre la pluie sur une plaque métallique, un robinet couler, le ruissellement sur les trottoirs, un lavabo qui se vide, … écouter les musiques de l'eau.

Vision : Voir diverses boissons. Préparer 3 boissons de différentes couleurs et un verre d'eau dans des récipients transparents. En silence, les observer, apprécier les nuances, les couleurs, la densité, …
Ou lors de l'expérience dehors sous la pluie, récolter différentes eaux trouvées dans 3-5 verres transparents. A quoi ressemble l'eau? Différences d'apparence, eau propre, eau sale, …

L'eau dans notre corps

Après toutes ces expériences, questionner les enfants : où se cache encore l'eau ? Chercher tout près …
Plus de la moitié du poids de notre corps est du liquide ! L'eau est essentielle pour qu'il travaille bien, que je me sente bien dans ma peau. Comment le remarque-t-on ? Que se passe-t-il si l'on manque d'eau, si l'on a très soif ? Que se passe-t-il lorsque je transpire à la gymnastique ? Comment le corps nous envoie le signal de la soif, l'envie de boire ?
Distribuer aux enfants une feuille (à copier) représentant les contours du corps. Chaque enfant individuellement va, avec des couleurs, dessiner toutes les sortes d'eau qu'il trouve, sent dans son corps. Il peut imaginer comment l'eau bouge, circule à l'intérieur du corps et s'inspirer des expériences de découvertes de l'eau avec ses 5 sens.

Affichage des dessins. Chacun ressent l'eau de manières diverses, et pourtant nous avons tous besoin de l'eau pour vivre.

Proposition :
Il arrive que les enfants oublient de boire. Instaurer un rituel, par exemple avant les pauses, et inviter l es enfants à se servir d'eau du robinet pour prendre soin de leur soif, du bon fonctionnement de leur corps. Prévoir des gobelets personnalisés (ou à personnaliser avec les enfants), y associer un geste, un chant pour renforcer le rituel sont autant de moyens pour que les enfants apprécient durablement de se servir d'eau du robinet et aient plaisir à en de boire.

Autre matériel pédagogique en complément
Livre de photos « L'eau dans le monde », photos agence : Biosphoto, Corbis, Explorer-Hoa-Qui-Jacana, Gamma, Sunset, Ed. Milan 2012. Très belle présentation d'images d'enfants dans les divers pays avec leurs divers usages de l'eau.

1 Téléchargement des «Silhouettes d'enfants» coloriées et à colorier sous : www.promotionsante.ch/eau-de-source

2ème activité L'eau un pur plaisir en Suisse !

Temps nécessaire : 1 à 2 heures

Matériel
Une carte du cycle de l'eau en Suisse[2]. A imprimer en couleurs et à découper pour former des parties de puzzle (la plastifier si possible).

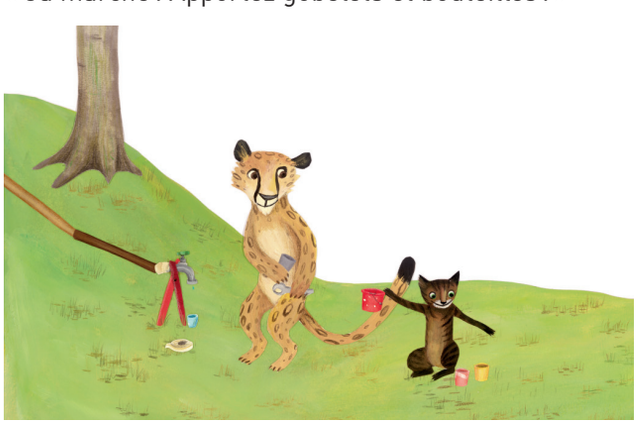
Objectifs
Les enfants découvrent le parcours de l'eau, depuis la source jusqu'au robinet.
Les enfants apprennent que la Suisse a un grand réservoir d'eau.

Partie de l'histoire :
« Une source ! Bien sûr ! »

« Je t'offre une boisson faite d'après une recette très ancienne :

Nuages, vent, pluie s'infiltrent, coulent,
giclent, tambourinent
sur les cailloux, dans les fissures ;
aucun rocher n'arrête son cours,
longtemps sous la montagne,
puis au grand jour
elle jaillit, source fraîche. »

« Ca marche ! Apportez gobelets et bouteilles ! »



Déroulement

Introduction
Rappel de l'histoire, d'où vient l'eau que trouve Aya ? Est-ce que vous savez ce qu'est une source ?

D'où vient notre eau ?
Découverte de la carte du voyage de l'eau. Assis en rond, les enfants assemblent les diverses parties du puzzle. Que voit-on sur l'image ? Est-ce que quelqu'un a déjà vu une source ? D'où provient l'eau de la source ? Comment l'eau arrive jusqu'au robinet ? Par où passe-t-elle ?
Où trouve-t-on de l'eau dans le village, le quartier, la ville ? Fontaines, jets d'eau, piscines, rivières, lacs, etc. Différences entre eau et eau potable.
Interroger les enfants s'ils ont déjà vu des torrents dans les montagnes, des glaciers, autres points ou formes d'eau : neige, glace, etc.
Décrire comment était cette eau : couleur, température, odeur, beauté, ...
Rappeler aux enfants que la Suisse a naturellement beaucoup d'eau de par sa géologie (montagnes, glaciers, lacs, rivières, nappes phréatiques, ...) et de part la quantité de précipitations annuelles (pluie, neige, ...).

Mime du cycle de l'eau
Faire mimer les enfants avec leurs corps, gestes, sons, bruits ou avec d'autre matériel dans la classe, le circuit de l'eau dans la nature et/ou le circuit de l'eau dans notre corps.

Complément
Prévoir une visite de la centrale d'eau potable de la commune ou promenade accompagnée autour des points d'eau dans la commune.

Autre matériel pédagogique en complément
Lire le livre imagé « Bon voyage petite goutte » d'Anne Crausaz, éd. MeMo, 2012

2 Téléchargement du «Puzzle Gestion de l'eau en Suisse – à imprimer» sous www.promotionsante.ch/eau-de-source

3ème activité **L'eau un pur plaisir pour tous les enfants du monde!**

Temps nécessaire : 1 à 2 heures

Matériel
- Pailles, scotch, tuyaux et divers matériaux récupérés par les enfants (autant que possible transparent)
- Un arrosoir et autres ustensiles (éponge, ...)
- Un colorant naturel pour colorer l'eau
- Photos d'eau dans le monde à imprimer[3]

Objectifs
Les enfants découvrent la chance de bénéficier de l'eau potable dans toute la Suisse.
Les enfants découvrent que dans beaucoup de pays les enfants n'ont pas accès à l'eau potable.

Partie de l'histoire :
Mais comment faire pour transporter de l'eau ?

« Qui n'a pas bouteille prend une cruche.
Qui n'a pas de cruche prend une guitare. »
Aya prend son seau-guitare et le remplit d'eau de source, bien fraîche et claire.

Aya rit :
« J'ai une idée. Prends les tuyaux de ton orgue, et viens !»
Ca marche ! Apportez gobelets et bouteilles ! »

Déroulement

Comment transporter de l'eau ?

Comment Aya et Vitus se sont mis à transporter de l'eau ? Chez nous, comment transporte-t-on l'eau ? Et dans les autres pays ? Montrer les photos de transport d'eau dans les divers pays. Souligner l'importance de l'eau potable, qui n'est pas facilement accessible dans tous les pays, au contraire de la Suisse.
Attention, toutes les eaux ne sont pas bonnes à boire, l'eau douce, potable est essentielle pour la santé.

Bricolage d'une petite amenée d'eau à l'extérieur

Avec du matériel divers récupéré, les enfants coopèrent par petits groupes de 4 pour fabriquer une amenée d'eau sur env. 1 mètre, ou plus.
Ensuite, avec l'arrosoir, faire couler l'eau (colorée) et observer comment fonctionne l'amenée d'eau, éventuellement améliorer le bricolage.

Complément

Egalement possible de faire un parcours/course de transport d'eau avec bidon ou petits récipients dans les mains, sur la tête, tout en essayant de ne rien renverser.

Autre matériel pédagogique en complément

Visionnement du court métrage documentaire « A la recherche de l'eau », documentaire de 10 minutes, par Lecomte B., Burkina Faso. Ce film montre de manière détaillée et concrète, à travers le regard d'une enfant de 9 ans, les multiples usages de l'eau. Disponible dans le DVD « L'eau », Films pour un seul Monde, 2003.

Conte sous forme de kamishibaï, « L'eau du puits », Juliet R., Ed. CREDE, 2006. Une histoire d'amitié, d'entraide et de partage autour de l'accès à l'eau, avec pour personnage principal un lapin et ses compagnons de la forêt.

3 Téléchargement « Photos de la Suisse et de pays en développement « sous www.promotionsante.ch/eau-de-source

Impressum

Editeur
Gesundheitsförderung Schweiz und éducation21

Auteures
Claire Hayoz Etter und Sarah Gersbach, éducation21

Responsabilité
Jvo Schneider, Gesundheitsförderung Schweiz

Idée et coordination
Silvia Vögeli, Pavati GmbH

Texte du et illustrations
Lorenz Pauli und Maria Stalder

Bases
Wassergeschichte „Das reinste Vergnügen" von Lorenz Pauli und Maria Stalder

Informations

Gesundheitsforderung Schweiz
Dufourstrasse 30, Postfach 311, CH-3000 Bern 6
Tel. +41 31 350 04 04
office.bern@promotionsante.ch
www.gesundheitsfoerderung.ch

éducation21
Monbijoustrasse 31, Postfach 8366, 3001 Bern
Tel. +41 31 321 00 21
info@education21.ch | www.education21.ch
Originaltext Französisch

Télécharger en pdf
www.gesundheitsfoerderung.ch/wassergeschichte

www.education21.ch

Promotion Santé Suisse

éducation21