Code :
MS515929

PROMOTION DE LA SANTÉ

Approche ludique et pratique de l'initiation à l'hygiène et au bien-être.

Domaine : Activités d'éveil
Option : Section Maternelle



2
2ème Année Maternelle

Conforme au Programme national

TABLE DES MATIÈRES

PRÉLIMINAIRES **1**

0.1. Note pédagogique à l'enseignant 1

- 1.1. L'enfant au centre de l'action 1
- 1.2. Le jeu comme seul langage 1
- 1.3. La simplicité est votre alliée 1
- 1.4. Votre rôle : un guide bienveillant 1

0.2. Objectifs généraux du cours 2

- 0.2.1. Ancrer les gestes d'hygiène 2
- 0.2.2. Éveiller la conscience du corps et du mouvement 2
- 0.2.3. Initier au goût des bons aliments 2
- 0.2.4. Construire les premiers réflexes de sécurité 2

0.3. Profil de sortie de l'élève 2

- 0.3.1. Autonomie et Hygiène 3
- 0.3.2. Conscience du Corps et Sécurité 3
- 0.3.3. Expression et Langage de la Santé 3
- 0.3.4. Vie en Groupe et Bien-être 3

0.4. Méthodologie et routine sanitaire 3

- 0.4.1. L'action avant les mots 3
- 0.4.2. La répétition crée l'habitude 4
- 0.4.3. Le jeu comme moteur 4

PREMIÈRE PARTIE : ÉDUCATION À L'HYGIÈNE CORPORELLE ET ENVIRONNEMENTALE **5**

Pourquoi c'est important ? Le corps, notre première maison 5

Comment on apprend ? Par le jeu, jamais par la leçon ! 5

Et autour de nous ? Notre classe, notre cour, nos trésors 5

Votre rôle : Lancer le jeu, puis observer la magie 5

CHAPITRE 1 : SOINS ET PROPRETÉ DU CORPS **6**

1.1. Hygiène des mains et de la bouche 6

- L'accroche : Mains sales, mains propres 6
- A. Le matériel 6
- B. Ce qu'on va faire 6

FIGURE 1 : RÉF. IMG (4125-9393-4923) **8**

Des enfants joyeux se lavant les mains avec du savon 8

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

- La petite comptine....8

FIGURE 2 : RÉF. IMG (6064-8238-2000)....11

Matériel simple pour l'atelier de l'hygiène des mains en classe....11

1.2. Propreté du corps et des vêtements....11

- La manipulation des objets....11
- A. Le matériel....12
- B. Ce qu'on va faire....12

FIGURE 3 : RÉF. IMG (2589-4182-7013)....14

Des enfants en activité de lavage de tissus colorés en extérieur....14

- La petite comptine....14

FIGURE 4 : RÉF. IMG (6866-9800-8617)....17

Exposition de morceaux de pagne colorés séchant au soleil....17

CHAPITRE 2 : ENTRETIEN DU CADRE DE VIE....18

2.1. Nettoyage intérieur (classe et mobilier)....18

- Le petit accident....18
- A. Le matériel....18
- B. Ce qu'on va faire....18

FIGURE 5 : RÉF. IMG (0581-3965-3311)....20

Matériel de nettoyage simple : bassine, pagnes, et gobelets plastiques....20

- La petite comptine des champions de la propreté....20

FIGURE 6 : RÉF. IMG (1458-2526-4303)....22

Des enfants souriants nettoyant une petite table avec des pagnes mouillés....22

2.2. Gestion des déchets et rangement....22

- Notre classe est belle quand elle est propre !....22
- A. Le matériel....23
- B. Ce qu'on va faire....23

FIGURE 7 : RÉF. IMG (4507-4639-1261)....25

Matériel simple pour l'activité de tri : bassines, feuilles et bouchons....25

- La petite comptine du rangement....25

FIGURE 8 : RÉF. IMG (0870-8668-6549)....28

Enfants en cercle triant activement des objets dans deux bassines colorées....28

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

CHAPITRE 3 : HYGIÈNE DE L'EAU ET DES ALIMENTS....29

3.1. Préparation saine de l'eau et des aliments....29

- L'observation : le fruit tombé par terre....29
- A. Le matériel....29
- B. Ce qu'on va faire....29

FIGURE 9 : RÉF. IMG (2920-4717-8238)....31

Le matériel pour l'atelier de lavage des fruits en maternelle....31

- La petite comptine....31

FIGURE 10 : RÉF. IMG (9242-4989-8267)....33

Un enfant lave joyeusement une mangue dans une bassine d'eau....33

3.2. Hygiène autour du repas (mains et ustensiles)....33

- La minute des mains sales....33
- A. Le matériel....34
- B. Ce qu'on va faire....34

FIGURE 11 : RÉF. IMG (6543-5735-0276)....36

Des petites mains d'enfants qui se savonnent au-dessus d'une bassine....36

FIGURE 12 : RÉF. IMG (9689-5616-6716)....38

Des enfants en cercle autour d'une bassine lavant des gobelets en plastique....38

DEUXIÈME PARTIE : ÉDUCATION À LA NUTRITION ET ALIMENTATION SAINE....39

Manger avec les cinq sens....39

D'où vient la nourriture ?....39

Jouer avec les couleurs dans l'assiette....39

Les gestes avant et après le repas....39

CHAPITRE 4 : ALIMENTS ÉNERGÉTIQUES LOCAUX....40

4.1. Les céréales et le manioc comme base énergétique....40

- a. Observer la farine de manioc....40
- b. Préparation et but de l'activité....40
- A. Le matériel....40
- B. Ce qu'on va faire....40

FIGURE 13 : RÉF. IMG (0442-9688-7011)....42

Enfants en cercle manipulant la farine de manioc dans des gobelets....42

- Atelier 2 : Les transporteurs d'énergie....42

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

FIGURE 14 : RÉF. IMG (1311-3887-7295) **44**

Atelier de motricité : remplir des gobelets avec de la farine 44

4.2. Autres sources d'énergie et l'importance du petit-déjeuner 44

- Une découverte inattendue 44
- A. Le matériel 45
- B. Ce qu'on va faire 45

FIGURE 15 : RÉF. IMG (6934-3733-5796) **47**

Matériel simple pour l'atelier de l'énergie du matin 47

- La petite comptine 47

FIGURE 16 : RÉF. IMG (3766-9287-2865) **50**

Un enfant 'remplit son ventre' d'énergie pendant le jeu 50

CHAPITRE 5 : ALIMENTS CONSTRUCTEURS ET PROTECTEURS **51**

5.1. Aliments pour grandir : Protéines animales et végétales 51

- La minute observation 51
- A. Le matériel 51
- B. Ce qu'on va faire 51

FIGURE 17 : RÉF. IMG (4115-7957-0078) **53**

Matériel simple pour trier les aliments qui font grandir 53

- La petite comptine 53

FIGURE 18 : RÉF. IMG (4790-2336-1567) **56**

Enfants assis en cercle qui trient les aliments dans deux assiettes 56

5.2. Fruits protecteurs locaux pour les vitamines 56

- Un matin dans la classe 56
- A. Le matériel 57
- B. Ce qu'on va faire 57

FIGURE 19 : RÉF. IMG (9370-9717-6809) **59**

Panier de fruits locaux colorés posés sur un tissu pagne 59

- La petite comptine du soleil 59

FIGURE 20 : RÉF. IMG (0481-6590-2233) **62**

Enfants en cercle découvrant des morceaux de fruits avec leurs doigts 62

5.3. Légumes feuilles pour se défendre des maladies 62

- L'accroche : la minute observation 62
- A. Le matériel 63

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

- B. Ce qu'on va faire.....63

FIGURE 21 : RÉF. IMG (0083-4151-8960).....65

Matériel simple pour l'atelier : feuilles vertes, bassines et eau.....65

- La petite comptine du légume fort.....65

FIGURE 22 : RÉF. IMG (1421-2570-6034).....68

Enfants en pleine action de lavage des légumes feuilles dans une bassine.....68

CHAPITRE 6 : HABITUDES ALIMENTAIRES ET SENSIBILISATION.....69

6.1. Les dangers du sucre : obésité et caries.....69

- L'ACCROCHE : Observer les enfants.....69
- A. Le matériel.....69
- B. Ce qu'on va faire.....69

FIGURE 23 : RÉF. IMG (8013-2371-0285).....72

Matériel de tri pour l'activité sucre : bassines, feuilles, cailloux.....72

FIGURE 24 : RÉF. IMG (6489-4711-3904).....74

Des enfants en cercle qui trient les feuilles et les cailloux.....74

6.2. Bonnes habitudes : Manger local et varié.....74

- L'ACCROCHE (La minute observation).....74
- A. Le matériel.....75
- B. Ce qu'on va faire.....75

FIGURE 25 : RÉF. IMG (8481-5044-2915).....77

Enfants en cercle triant des bouchons colorés dans des gobelets.....77

FIGURE 26 : RÉF. IMG (4447-1273-8593).....79

Un grand pagne au sol avec de vrais fruits et légumes locaux.....79

TROISIÈME PARTIE : PRÉVENTION DES MALADIES ET SÉCURITÉ PHYSIQUE.....80

Le monde des "bobos".....80

Les petites bêtes invisibles.....80

La maison des dangers.....80

Apprendre à faire attention.....80

CHAPITRE 7 : PRÉVENTION DES MALADIES INFECTIEUSES.....81

7.1. Prévention par l'hygiène (mains sales et bouche).....81

- Le jeu des mains sales et des mains propres.....81

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

FIGURE 27 : RÉF. IMG (0588-8778-9209)....83

Mains d'enfants jouant avec de la cendre et des feuilles mortes....83

- A. Le matériel....83
- B. Ce qu'on va faire....84
- C. L'action....84

FIGURE 28 : RÉF. IMG (0686-6471-0099)....86

Enfants se lavant les mains joyeusement autour d'une bassine....86

7.2. Lutte contre les maladies transmissibles (malaria, épidémies)....86

- L'eau qui dort et le moustique piqueur....86
- A. Le matériel....87
- B. Ce qu'on va faire....87

FIGURE 29 : RÉF. IMG (6549-5080-3413)....89

Matériel simple pour le jeu de la chasse à l'eau stagnante....89

- La petite comptine du moustique....89

FIGURE 30 : RÉF. IMG (2864-0941-6211)....92

Des enfants qui vident joyeusement les gobelets d'eau stagnante....92

CHAPITRE 8 : SOINS MÉDICAUX ET HYGIÈNE INTIME....93

8.1. Le rôle positif du personnel soignant (vaccin et contrôle)....93

- Le docteur est notre ami !....93
- A. Le matériel....93
- B. Ce qu'on va faire....93

FIGURE 31 : RÉF. IMG (9847-1921-9957)....94

Matériel de jeu pour la clinique des doudous : bâton et feuille....94

- La petite comptine....94

FIGURE 32 : RÉF. IMG (8658-5074-5380)....97

Un enfant joue au docteur et fait une piqûre à sa poupée....97

8.2. Autonomie et hygiène aux toilettes....97

- Le sourire d'un enfant....97
- A. Le matériel....97
- B. Ce qu'on va faire....98

FIGURE 33 : RÉF. IMG (9669-3077-0971)....100

Matériel simple pour l'atelier d'hygiène : poupée, pagne, bassine et savon....100

- La petite comptine du pot....100

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

FIGURE 34 : RÉF. IMG (3207-0419-2765)..... 103

Enfants en cercle imitant les gestes d'hygiène avec la poupée..... 103

8.3. Apprendre à signaler un malaise ou une douleur..... 103

- Dans la cour de récréation..... 103
- A. Le matériel..... 104
- B. Ce qu'on va faire..... 104

FIGURE 35 : RÉF. IMG (1461-1418-1179)..... 106

Matériel simple pour l'atelier bobo : poupée, pagne rouge et bassine..... 106

- Atelier 2 : Où ça fait mal ?..... 106

FIGURE 36 : RÉF. IMG (6952-1885-7275)..... 108

Un enfant montre à l'éducatrice le "bobo" rouge sur la poupée..... 108

CHAPITRE 9 : SÉCURITÉ PHYSIQUE ET ÉQUILIBRE DE VIE..... 109

9.1. Prévention des accidents et blessures (objets et jeux)..... 109

- L'éveil sensoriel débute quand..... 109
- A. Le matériel..... 109
- B. Ce qu'on va faire..... 109

FIGURE 37 : RÉF. IMG (0168-5894-2232)..... 111

Le matériel pour le jeu du tri des objets gentils et méchants..... 111

- La petite comptine..... 111

FIGURE 38 : RÉF. IMG (9024-4131-0514)..... 114

Les enfants apprennent à différencier les textures douces et piquantes..... 114

9.2. L'équilibre de vie : exercice et repos..... 114

- L'énergie et le dodo..... 114
- A. Le matériel..... 115
- B. Ce qu'on va faire..... 115

FIGURE 39 : RÉF. IMG (2428-4965-3001)..... 117

Des enfants courent dans la cour, imitant le vol des oiseaux..... 117

FIGURE 40 : RÉF. IMG (6117-6463-1077)..... 119

Enfants allongés calmement sur un grand pagne au sol, les yeux fermés..... 119

ANNEXES..... 120

A.1. Pyramide alimentaire des produits locaux..... 120

- Les Féculents (La force pour courir)..... 120

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

- Les Fruits et Légumes (Les couleurs de la bonne santé).....121
- Les Viandes, Poissons et Légumineuses (Pour construire la maison du corps).....122
- Les Sucres et Graisses (Le petit plaisir de temps en temps).....122
- Comment construire la pyramide en classe ?.....123

A.2. Protocole illustré du lavage des mains.....124
- Idées de matériel simple pour le poste de lavage.....124
- Comptines et Chansons pour rythmer les étapes.....124
- Bricolages et supports visuels à fabriquer.....125
- Banque d'images mentales pour les étapes du lavage.....126

A.3. Calendrier de brossage des dents.....127
- Idées de calendriers à fabriquer (Bricolage).....127
- Matériel pour marquer le brossage (jetons de récompense).....129
- Comptines et chants pour le brossage.....129
- Conseils pour l'animation en classe.....130

A.4. Grille d'observation de l'hygiène et santé.....130
- 1. Hygiène du corps (Le Propre).....130
- 2. Hygiène alimentaire (Le Manger).....131
- 3. Hygiène de l'environnement (La Classe et la Cour).....132
- 4. Gestes Santé et Sécurité (Le Corps en Action).....132

PRÉLIMINAIRES

0.1. Note pédagogique à l'enseignant

Cher collègue, ce manuel n'est pas un livre de leçons à réciter. C'est une boîte à outils remplie de jeux simples pour faire de la santé une aventure joyeuse et concrète. Pour les enfants de 3 à 5 ans, la santé n'est pas une idée, mais une sensation : c'est l'eau fraîche sur les mains, le goût d'un fruit, la joie de courir.

Votre rôle n'est pas d'enseigner la théorie, mais de créer des moments de découverte. Chaque fiche est conçue pour être immédiate, active et sensorielle.

1.1. L'enfant au centre de l'action

N'oubliez jamais : le point de départ est l'enfant lui-même. Observez-le. Un geste, une question, une curiosité est une porte d'entrée. Ce guide vous aide à transformer ces moments de vie en activités d'apprentissage ludiques. L'enfant n'écoute pas une leçon, il la vit avec tout son corps.

1.2. Le jeu comme seul langage

À cet âge, le jeu est le travail de l'enfant. Toute notion de santé (propreté, alimentation, mouvement) doit passer par la manipulation, la chanson, la course. Oubliez les explications abstraites. On ne dit pas "il faut se laver les mains", on chante la "chanson des mains propres" en faisant mousser le savon.

1.3. La simplicité est votre alliée

Nul besoin de matériel coûteux. Une bassine, des feuilles de manguier, des bouchons de bouteille, des morceaux de pagne sont vos meilleurs outils. Ce manuel valorise la créativité et les ressources locales. Chaque objet du quotidien devient une source d'émerveillement et d'apprentissage entre vos mains.

1.4. Votre rôle : un guide bienveillant

Vous êtes le meneur de jeu. Votre enthousiasme est le moteur principal. Votre mission est de lancer l'activité, de sécuriser l'espace et de laisser les enfants explorer. Participez, souriez, encouragez. Votre présence active et joyeuse est la condition essentielle de la réussite.

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

0.2. Objectifs généraux du cours

Ce manuel n'est pas un livre de théories. C'est une boîte à outils remplie de jeux simples et joyeux. Chaque activité a été pensée pour faire grandir les enfants en bonne santé, par le plaisir et par l'action. L'idée est d'installer de bonnes habitudes sans même qu'ils s'en rendent compte, en jouant.

0.2.1. Ancrer les gestes d'hygiène

Faire du lavage des mains un réflexe amusant et non une corvée. Par des jeux d'eau, des chansons et des mimes, les enfants apprennent à se laver les mains, le visage, et à garder leur environnement immédiat propre. L'objectif est de transformer le "il faut faire" en "j'aime faire".

0.2.2. Éveiller la conscience du corps et du mouvement

Aider l'enfant à découvrir son corps comme un formidable outil pour jouer, courir, sauter et danser. Les activités encouragent le mouvement, l'équilibre et la coordination. Il apprend à nommer les parties de son corps, à sentir sa propre force et à comprendre l'importance du repos.

0.2.3. Initier au goût des bons aliments

Familiariser les enfants avec les aliments qui font du bien, comme les fruits et les légumes de chez nous. L'objectif n'est pas de faire un cours, mais de les encourager à toucher, sentir et goûter. C'est apprendre par les sens à reconnaître ce qui est bon pour être fort.

0.2.4. Construire les premiers réflexes de sécurité

Installer par le jeu des réflexes de prudence face aux petits dangers du quotidien (ne pas toucher le feu, faire attention en courant). Il s'agit aussi d'apprendre à exprimer ses émotions (la peur, la joie, la douleur) et à savoir chercher un adulte de confiance en cas de besoin.

0.3. Profil de sortie de l'élève

Ce profil décrit ce que l'enfant sera capable de faire, de connaître et d'être à la fin de son parcours en 2ème année de maternelle, grâce aux activités de ce guide. Il ne s'agit pas d'un examen, mais d'un ensemble d'aptitudes joyeuses et saines que nous l'aurons aidé à développer.

0.3.1. Autonomie et Hygiène

L'enfant commence à prendre soin de lui. Il sait qu'il faut se laver les mains avant de manger ou après être allé aux toilettes, même s'il a encore besoin d'un rappel. Il peut utiliser les toilettes avec moins d'aide. Il reconnaît visuellement ce qui est propre et ce qui est sale (une eau claire/une eau boueuse, un fruit lavé/un fruit tombé par terre).

0.3.2. Conscience du Corps et Sécurité

Son corps n'est plus un mystère pour lui. Il nomme les principales parties de son corps (tête, bras, jambes, ventre, yeux). Il bouge avec plus d'assurance : il court, saute, et lance sans tomber souvent. Il a appris à identifier des dangers simples et immédiats (ne pas toucher le feu, ne pas courir sur la route).

0.3.3. Expression et Langage de la Santé

L'enfant utilise des mots pour exprimer ses besoins physiques de base. Il sait dire « j'ai soif », « j'ai faim » ou « j'ai mal ici » en montrant la partie du corps. Il peut nommer quelques aliments simples et courants (banane, mangue, arachide) et commence à comprendre qu'ils sont bons pour son corps.

0.3.4. Vie en Groupe et Bien-être

L'enfant apprend que la santé, c'est aussi être bien avec les autres. Il participe à des jeux collectifs. Il commence à comprendre la notion de tour de rôle et de partage simple (un gobelet pour toi, un pour moi). Il est capable de jouer à côté d'un autre enfant, puis de plus en plus avec lui.

0.4. Méthodologie et routine sanitaire

Ce manuel est un outil pratique. Il n'est pas fait pour être lu, mais pour être utilisé chaque jour. La santé ne s'apprend pas par des discours, mais par des gestes simples, répétés dans la joie. Notre approche repose sur l'action, le jeu et la mise en place d'une routine sanitaire positive et prévisible pour l'enfant.

0.4.1. L'action avant les mots

Avec les tout-petits, un geste vaut mille explications. Chaque activité de ce guide est conçue pour que l'enfant manipule, touche, sente et bouge. On ne dit pas "il faut se laver les mains pour enlever les microbes", on chante la chanson du savon en frottant ses mains. L'apprentissage se fait par le corps, pas par l'écoute passive d'une leçon.

0.4.2. La répétition crée l'habitude

La routine est le pilier de la sécurité pour un jeune enfant. Les mêmes gestes, faits au même moment chaque jour, deviennent des réflexes naturels. La routine sanitaire (lavage des mains avant le repas, rangement après le jeu, moment calme) doit être aussi prévisible que la sieste. C'est cette constance qui ancre durablement les bonnes habitudes.

0.4.3. Le jeu comme moteur

Un enfant n'apprend que s'il s'amuse. Toute notion de santé doit être présentée comme un jeu, jamais comme une contrainte. On ne range pas la classe, on fait la "course des objets dans leur maison". On ne se lave pas les dents, on "chasse les méchants sucres avec la brosse magique". Votre enthousiasme est l'ingrédient principal pour que la santé soit une fête.

PREMIÈRE PARTIE : ÉDUCATION À L'HYGIÈNE CORPORELLE ET ENVIRONNEMENTALE

Pourquoi c'est important ? Le corps, notre première maison.

Pour jouer, courir et sauter, il faut un corps en pleine forme. Cette partie ne parle pas de microbes avec des mots compliqués. Elle propose des jeux pour que l'enfant sente son corps propre. Se laver les mains devient un jeu d'eau, se brosser les dents une chanson. L'objectif est simple : associer la propreté au plaisir de se sentir bien et prêt pour l'aventure.

Comment on apprend ? Par le jeu, jamais par la leçon !

Ici, pas de longs discours. Un enfant de 3 ans apprend en touchant, en sentant, en écoutant. Vous trouverez donc des ateliers de manipulation : transvaser de l'eau propre, trier des bouchons « sales » et « propres », sentir le savon. Chaque activité est une histoire courte où ses mains sont les héroïnes. L'apprentissage se fait par le corps, pas par la tête.

Et autour de nous ? Notre classe, notre cour, nos trésors.

Un corps propre dans un lieu en désordre ? Ça n'a pas de sens ! L'hygiène, c'est aussi prendre soin de son petit coin. Les activités proposées invitent les enfants à embellir leur environnement direct. Ranger les jouets devient une chasse au trésor, balayer un coin de la cour un jeu de rythme. On apprend à faire beau autour de soi pour mieux jouer ensemble.

Votre rôle : Lancer le jeu, puis observer la magie.

Votre mission est celle d'un chef d'orchestre joyeux. Vous ne donnez pas de cours, vous lancez un jeu. Préparez le matériel simple, montrez le premier geste, chantez la petite comptine pour démarrer, puis laissez-les explorer. Observez-les, encouragez-les, mais ne faites pas à leur place. La vraie leçon se passe dans leurs éclats de rire et leurs petites mains qui s'affairent.

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Chapitre 1 : Soins et propreté du corps

1.1. Hygiène des mains et de la bouche

L'accroche : Mains sales, mains propres

Chaque enfant découvre le monde avec ses mains. Il touche la terre, le sable, les feuilles. Ses mains deviennent vite noires de jeu et d'aventure.

Avant de manger le bonbon ou le biscuit, il faut que ces petites mains soient toutes propres pour ne pas mettre les microbes dans le ventre.

A. Le matériel

- Une grande bassine en plastique
- Un seau rempli d'eau claire
- Un morceau de savon
- Un petit gobelet en plastique

B. Ce qu'on va faire

On va apprendre à chasser les microbes cachés sur nos mains. On fait un jeu avec de l'eau et des bulles pour avoir des mains qui sentent bon.

Figure 1 : Réf. IMG (4125-9393-4923)

Des enfants joyeux se lavant les mains avec du savon



Figure 1 : Réf. IMG (4125-9393-4923)

Des enfants joyeux se lavant les mains avec du savon

a. Le moment du savon

La photo montre des mains d'enfants qui attrapent un gros morceau de savon. On voit la mousse commencer à se former. L'éducatrice guide le geste avec douceur, transformant l'hygiène en un jeu de manipulation. Le savon glisse, c'est amusant et ça sent bon.

b. La technique du frottage

Ici, on voit des petites mains qui se frottent l'une contre l'autre avec énergie. L'éducatrice montre comment passer entre les doigts et sur le dessus de la main. Les enfants imitent le geste avec concentration, comme s'ils faisaient une danse secrète avec leurs doigts pour faire fuir les "petites bêtes" invisibles.

c. Le rinçage magique

L'image capture l'instant où l'eau claire, versée depuis un gobelet, emporte toute la mousse. Les bulles disparaissent et les mains réapparaissent, propres et brillantes. Pour les enfants, c'est un tour de magie : la saleté s'est envolée avec l'eau, laissant la peau toute neuve.

d. Le séchage en l'air

Sur cette image, les enfants secouent leurs mains en riant pour les sécher. C'est un moment de défoulement joyeux. Ce geste simple et efficace évite le partage de serviettes et termine le rituel sur une note de liberté.

■ ■ ■

La petite comptine

Frotte, frotte tes mains (frotter les paumes) Plouf, plouf dans l'eau claire (mimer de rincer) Les bulles font Pschitt ! Pschitt ! (écarter les doigts) Tes mains disent Bravo ! (taper dans les mains)

Atelier 1 : La Danse des Mains Propres

Mise en place pas-à-pas :

1. **Étape 1 : [Ce que fait l'éducateur]** Placez la bassine au milieu du groupe. Les enfants sont assis en cercle autour.

2. **Étape 2 : [Ce que font les petits]** À tour de rôle, chaque enfant vient tremper ses mains sales dans la bassine. On regarde l'eau devenir un peu grise.
3. **Étape 3 : [Ce que fait l'éducateur]** Passez avec le savon et déposez-en un peu dans les paumes de chaque enfant.
4. **Étape 4 : [Ce que font les petits]** Tous ensemble, les enfants chantent la comptine en frottant leurs mains pour faire beaucoup de mousse.
5. **Étape 5 : [Ce que fait l'éducateur]** Avec le gobelet, versez l'eau propre sur les mains de chaque enfant au-dessus de la bassine pour rincer.
6. **Étape 6 : [Ce que font les petits]** Les enfants secouent leurs mains en l'air pour les sécher et les montrent fièrement.

Figure 2 : Réf. IMG (6064-8238-2000)

Matériel simple pour l'atelier de l'hygiène des mains en classe



Figure 2 : Réf. IMG (6064-8238-2000)

Matériel simple pour l'atelier de l'hygiène des mains en classe

a. La bassine bleue

Au centre, une grande bassine en plastique bleue attend l'eau et les mains des enfants. Elle est assez grande pour éviter les éclaboussures et assez légère pour être déplacée facilement. C'est le théâtre principal de notre jeu de propreté.

b. Le savon local

Posé sur le bord, un simple morceau de savon, peut-être de fabrication locale. Il n'a pas besoin d'être cher ou parfumé. Sa seule présence invite à la manipulation, à sentir sa texture glissante une fois mouillé. C'est l'arme secrète contre la saleté.

c. Le gobelet verseur

Un gobelet en plastique, souvent utilisé pour boire, est ici détourné de sa fonction. Il devient l'outil parfait pour rincer les mains avec précision, en économisant l'eau. Les enfants le connaissent, ce qui rend son utilisation intuitive et rassurante.

d. Le seau d'eau claire

Juste à côté, un seau rempli d'eau propre. Il représente la ressource, la source de la propreté. C'est de là que viendra "l'eau magique" qui lavera le savon et les microbes.

1.2. Propreté du corps et des vêtements

La manipulation des objets…

La manipulation des objets sales est une étape normale du jeu. Un enfant qui joue avec la terre, qui touche un mur poussiéreux, qui fait tomber son biscuit par terre. Son pagne et ses mains sont sales.

Cette activité n'est pas une leçon de morale. C'est un jeu pour montrer le "avant" (sale) et le "après" (propre) de manière amusante.

A. Le matériel

- Des morceaux de pagne (ou habits de poupée)
- Une bassine avec un peu d'eau
- Un peu de terre ou de cendre pour salir
- Un petit savon

B. Ce qu'on va faire

On va d'abord salir des petits habits avec les enfants. Ensuite, on va tous ensemble les laver dans la bassine pour qu'ils redeviennent propres.

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Figure 3 : Réf. IMG (2589-4182-7013) Des enfants en activité de lavage de tissus colorrés en extérieur.

A LE CERCLE DE L'EAU



1. Rassemblement en groupes autour des bassines.

B LE GESTE DU FROTTEMENT



2. Mains activées : frotter, presser, tordre le tissu.

C COULEURS ET MOUSSES



3. Transformation de l'eau : mousse et couleurs vives.

D LA JOIE DU PROPRE



4. Satisfaction du résultat : Tissus propres.

Figure 3 : Réf. IMG (2589-4182-7013)

Des enfants en activité de lavage de tissus colorés en extérieur.

a. Le cercle de l'eau

Les enfants sont rassemblés en petits groupes autour de bassines remplies d'eau. La disposition en cercle favorise l'interaction et l'imitation. Chaque enfant, concentré, tient un morceau de tissu. L'ambiance est à la fois studieuse et joyeuse, centrée sur la tâche commune de "faire la lessive".

b. Le geste du frottement

On voit ici le cœur de l'action : la manipulation. Les petites mains s'activent à frotter, presser et tordre les morceaux de pagne. Ce geste, qui peut sembler simple, est excellent pour muscler les doigts et la main. L'éducateur encourage en montrant l'exemple, transformant la corvée en un jeu de force et d'adresse.

c. Couleurs et mousses

L'eau se trouble, la mousse apparaît. Les couleurs vives des pagnes se mêlent aux bulles de savon. C'est une expérience sensorielle riche pour les enfants : le contact de l'eau, l'odeur du savon, le spectacle des couleurs qui changent. Ils apprennent par le toucher et la vue la transformation de l'eau.

d. La joie du propre

Après l'effort, le résultat. Les enfants regardent avec satisfaction les tissus propres, même s'ils sont encore mouillés. Cette étape valide leur travail. Ils comprennent concrètement la différence entre "sale" et "propre". C'est un moment de fierté qui ancre positivement la notion d'hygiène.

■ ■ ■

La petite comptine

Frotte, frotte, petit pagne, Plouf ! Dans l'eau, il se baigne. Bye-bye la saleté ! (on agite la main) Mon habit est tout frais, youpi ! (on saute sur place)

Atelier 1 : La grande lessive des poupées

Mise en place pas-à-pas :

1. **Étape 1 : [Ce que fait l'éducateur]** L'éducateur montre les pagnes sales et en donne un à chaque petit groupe.
2. **Étape 2 : [Ce que font les petits]** Les enfants plongent le pagne dans la bassine, le frottent avec du savon et le tordent.

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Figure 4 : Réf. IMG (6866-9800-8617)

Exposition de morceaux de pagne colorés séchant au soleil.



Figure 4 : Réf. IMG (6866-9800-8617)

Exposition de morceaux de pagne colorés séchant au soleil.

a. La galerie d'art propre

Les morceaux de pagne, fraîchement lavés, sont étendus sur une corde ou posés sur une natte propre au soleil. Cette rangée de tissus colorés ressemble à une exposition. Pour les enfants, c'est la vitrine de leur travail, une preuve visible et fière de leur accomplissement.

b. L'arc-en-ciel de tissus

Les motifs variés et les couleurs éclatantes des pagnes (rouge, jaune, bleu) créent un spectacle visuel. Cette étape permet de revoir les couleurs avec les enfants de manière ludique. "Montre-moi le pagne jaune !", "Où est le tissu avec des fleurs ?". Le séchage devient un jeu de reconnaissance visuelle.

c. Le séchage, une étape clé

L'éducateur peut simplement dire : "Le soleil et le vent vont nous aider à sécher nos habits". Les enfants observent l'effet de la chaleur. Ils peuvent toucher les tissus au début (mouillés, froids) puis après un moment (secs, chauds). C'est une première approche très simple du cycle de l'eau.

d. Fierté et accomplissement

Le moment où l'on décroche un habit sec est magique. L'enfant le sent, le touche. Il a participé à tout le processus, du "sale" au "propre et sec". Cela renforce son autonomie et sa confiance en lui.

Chapitre 2 : Entretien du cadre de vie

2.1. Nettoyage intérieur (classe et mobilier)

Le petit accident

Le développement moteur des tout-petits est plein de surprises. Un gobelet de jus renversé, des miettes de pain par terre… C'est une occasion parfaite pour transformer le nettoyage en jeu.

Observons ensemble comment rendre notre classe toute propre et brillante avec des gestes simples et amusants.

A. Le matériel

- Une grande bassine remplie d'un fond d'eau
- Plusieurs morceaux de pagne propres
- Quelques gobelets en plastique
- De grosses feuilles de manguier (pour "épousseter")

B. Ce qu'on va faire

On va former une équipe de nettoyage super rapide. Les enfants vont utiliser les pagnes et l'eau pour laver les tables, et les feuilles pour chasser la poussière des chaises.

Figure 5 : Réf. IMG (0581-3965-3311)

Matériel de nettoyage simple : bassine, pagnes, et gobelets plastiques.



Figure 5 : Réf. IMG (0581-3965-3311)

Matériel de nettoyage simple : bassine, pagnes, et gobelets plastiques.

a. Le trésor du nettoyeur

Au centre, une bassine bleue remplie d'eau claire. Autour, des morceaux de pagne aux couleurs vives sont pliés. Quelques gobelets en plastique renversés symbolisent le "désordre" à nettoyer. Le soleil illumine la scène, invitant au jeu. C'est simple et efficace.

b. Le pagne, notre éponge magique

Le morceau de pagne est l'outil principal. Il est facile à saisir pour les petites mains. Sa texture absorbe bien l'eau mais n'est pas trop lourde. Les couleurs vives (jaune, rouge, vert) rendent l'objet attrayant et aident à différencier les équipes si besoin.

c. Le gobelet, notre défi

Le gobelet en plastique est plus qu'un objet. C'est le point de départ de la mission. On peut le remplir, le vider, le renverser "par accident" pour créer une petite flaque à essuyer. Il devient un prétexte pour l'action de nettoyage.

d. L'eau, source de jeu

La bassine d'eau n'est pas juste pour nettoyer. C'est un pôle sensoriel. Les enfants aiment y tremper les mains, voir les éclaboussures. L'éducateur veille à ce que le jeu reste centré sur le nettoyage.

La petite comptine des champions de la propreté

Frotte, frotte, petite main, (Faire le geste de frotter) Plof ! dans l'eau, c'est malin. La table brille, youpi ! (Lever les bras) Notre classe est jolie, merci !

Atelier 1 : La course des éponges magiques

Mise en place pas-à-pas :

1. **Étape 1 : [Ce que fait l'éducateur]** Posez une bassine d'eau au centre. Donnez un morceau de pagne à chaque petit groupe d'enfants.

2. **Étape 2 : [Ce que font les petits]** Les enfants trempent le pagne, l'essorent un peu, et courent nettoyer leur table. Le premier groupe qui a une table propre crie "Propre !".

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590