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

TABLE DES MATIÈRES

PRÉLIMINAIRES **1**

0.1. Note pédagogique et contexte curriculaire 1
- 0.1.1. L'action avant la théorie 1
- 0.1.2. Un matériel simple et local 1
- 0.1.3. L'importance du jeu et de la joie 1

0.2. Objectifs généraux d'apprentissage 1
- 1. Le Corps en Action : Développer la Motricité et l'Autonomie 2
- 2. La Tête Bien Faite : Éveiller la Compréhension du Monde 2
- 3. Le Cœur et la Parole : Cultiver le Savoir-être et le Langage 2

0.3. Méthodologie et stratégies didactiques 2
- 1. La primauté de l'action sur la parole 2
- 2. La simplicité comme outil pédagogique 3
- 3. Le pouvoir des rituels et de la répétition 3

0.4. Profil de sortie de l'apprenant 3
- 0.4.1. Hygiène et Propreté 3
- 0.4.2. Corps et Alimentation 3
- 0.4.3. Sécurité et Environnement 4
- 0.4.4. Bien-être et socialisation 4

PARTIE I. HYGIÈNE CORPORELLE ET ASSAINISSEMENT DU MILIEU **5**

Le corps, notre ami 5

Apprendre avec les mains et l'eau 5

Notre classe, notre maison 5

Des gestes simples pour devenir grand 5

CHAPITRE 1. LES SOINS CORPORELS QUOTIDIENS **6**

1.1. L'hygiène des mains et de la bouche 6
- L'accroche (La minute observation) 6
- A. Le matériel 6
- B. Ce qu'on va faire 6

FIGURE 1 : RÉF. IMG (6275-8565-0782) **8**

Des petites mains d'enfants savonnant joyeusement au-dessus d'une bassine 8
- a. La petite comptine 8
- Frotte, frotte tes mains 8

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

- b. Atelier 1 : La chasse aux microbes....8
- c. Atelier 2 : Le sourire du crocodile....9

FIGURE 2 : RÉF. IMG (6105-0179-4834)....11

Un enfant souriant qui utilise son index pour mimer le brossage des dents....11

1.2. La propreté du corps et des vêtements....11

- L'accroche : la petite tache qui gratte....11
- A. Le matériel....12
- B. Ce qu'on va faire....12

FIGURE 3 : RÉF. IMG (8852-0099-0324)....14

Enfants joyeux faisant la lessive avec des bassines et du savon....14

- La petite comptine du linge propre....15
- Frotte, frotte le tissu,....15
- Plouf ! Dans l'eau, la tache a disparu....15
- (Faire le geste de frotter ses mains)....15
- Tchik tchak avec le savon,....15
- Youpi ! Mon habit est tout bon !....15
- (Lever les bras en l'air)....15

FIGURE 4 : RÉF. IMG (2845-9473-3510)....16

Petits morceaux de pagne colorés séchant sur une corde à linge....16

CHAPITRE 2. L'HYGIÈNE ALIMENTAIRE ET DE L'EAU....17

2.1. La sécurité de l'eau et des aliments crus....17

- L'eau propre, l'eau sale....17
- A. Le matériel....17
- B. Ce qu'on va faire....17

FIGURE 5 : RÉF. IMG (1109-3429-5107)....19

Bassines colorées avec des fruits et de l'eau pour l'atelier....19

- Atelier 1 : Le Grand Tri Propre/Sale....19

FIGURE 6 : RÉF. IMG (0680-1920-1821)....21

Un enfant lave joyeusement une mangue dans une bassine d'eau....21

2.2. L'hygiène des ustensiles et des mains avant le repas....21

- Le grand splash avant le repas....21
- A. Le matériel....22
- B. Ce qu'on va faire....22

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

FIGURE 7 : RÉF. IMG (9048-8430-4460) **24**

Des enfants lavant des gobelets en plastique dans une bassine d'eau 24

FIGURE 8 : RÉF. IMG (9450-2118-0983) **26**

Gros plan sur les mains d'un enfant se lavant avec du savon 26

CHAPITRE 3. L'ENTRETIEN DU CADRE DE VIE **27**

3.1. Le nettoyage des sols et du mobilier 27

- Notre classe est belle et propre ! 27
- A. Le matériel 27
- B. Ce qu'on va faire 27

FIGURE 9 : RÉF. IMG (8196-6761-5977) **29**

Enfants en maternelle nettoyant des tables avec des morceaux de pagne 29

- La petite comptine du propre 29

FIGURE 10 : RÉF. IMG (8855-3566-8663) **32**

Petits enfants balayant la cour avec des balayettes artisanales 32

3.2. La gestion des déchets et l'utilisation des latrines 32

- L'observation du petit chercheur 32
- A. Le matériel 33
- B. Ce qu'on va faire 33

FIGURE 11 : RÉF. IMG (4085-7451-0235) **35**

Enfants triant des bouchons et des feuilles dans des bassines colorées 35

FIGURE 12 : RÉF. IMG (0766-9546-9018) **37**

Un éducateur montrant le geste de jeter un déchet à la poubelle 37

PARTIE II. ÉDUCATION NUTRITIONNELLE ET ALIMENTATION SAINE **38**

Pourquoi parler de nourriture ? 38

Jouer, goûter, sentir : notre méthode 38

Le marché du coin comme matériel 38

L'objectif : des petits champions en pleine forme 38

CHAPITRE 4. IDENTIFICATION DES ALIMENTS LOCAUX **39**

4.1. Les aliments énergétiques (fufu, riz) 39

- L'assiette qui donne des forces 39
- A. Le matériel 39

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

- B. Ce qu'on va faire.....39

FIGURE 13 : RÉF. IMG (8301-2500-0112).....41

Le matériel pour l'atelier sensoriel du riz et du fufu.....41

FIGURE 14 : RÉF. IMG (0999-2182-4986).....43

Des enfants en pleine manipulation avec la farine et le riz.....43

4.2. Les aliments constructeurs (viandes, haricots).....43

- Une découverte inattendue.....43
- A. Le matériel.....43
- B. Ce qu'on va faire.....44

FIGURE 15 : RÉF. IMG (3010-9209-5842).....46

Enfants assis en cercle triant des haricots et des cailloux.....46

FIGURE 16 : RÉF. IMG (7415-7304-2374).....48

Enfants courant avec leurs gobelets remplis de haricots.....48

4.3. Les aliments protecteurs (fruits, légumes).....48

- L'arc-en-ciel à manger.....48
- A. Le matériel.....49
- B. Ce qu'on va faire.....49

FIGURE 17 : RÉF. IMG (2963-6443-0740).....51

Matériel simple pour l'atelier fruits et légumes sur une natte.....51

- La petite comptine.....51

FIGURE 18 : RÉF. IMG (2986-5773-4161).....54

Enfants de maternelle triant joyeusement des fruits et légumes locaux.....54

CHAPITRE 5. ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE ET BONNES HABITUDES.....55

5.1. Composer une assiette variée et locale.....55

- L'assiette magique.....55
- A. Le matériel.....55
- B. Ce qu'on va faire.....55

FIGURE 19 : RÉF. IMG (5713-8903-1560).....58

Le matériel simple pour l'atelier de l'assiette équilibrée.....58

FIGURE 20 : RÉF. IMG (9839-0235-7078).....60

Des enfants composent leur assiette de jeu avec joie et concentration.....60

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

5.2. Limiter les sucreries et respecter les heures de repas....60
- L'heure du repas, pas des bonbons !....60
- A. Le matériel....61
- B. Ce qu'on va faire....61

FIGURE 21 : RÉF. IMG (2271-4989-4266)....63

Matériel simple pour l'atelier : cailloux, bouchons et morceaux de pagne....63

FIGURE 22 : RÉF. IMG (0168-1175-2901)....65

Enfants en pleine action triant les aliments dans les bonnes bassines....65

CHAPITRE 6. PRÉPARATION ET SÉCURITÉ ALIMENTAIRE....66

6.1. Le tri et la protection des aliments....66
- Observer les aliments avant de manger....66
- A. LE MATÉRIEL....66
- B. CE QU'ON VA FAIRE....66

FIGURE 23 : RÉF. IMG (8757-9807-4295)....68

Enfants en cercle triant des graines et des cailloux sur une natte....68
- La petite comptine....68

FIGURE 24 : RÉF. IMG (5350-6557-8542)....71

Un enfant recouvrant fièrement son gobelet de haricots avec un pagne....71

6.2. La participation à la préparation simple des repas....71
- Avant de commencer....71
- A. Le matériel....72
- B. Ce qu'on va faire....72

FIGURE 25 : RÉF. IMG (4078-7701-0403)....74

Enfants triant des haricots secs sur une grande feuille de bananier....74
- La petite comptine....74

FIGURE 26 : RÉF. IMG (2853-4209-0022)....77

Jeu de transvasement avec des gobelets et des grains de maïs....77

6.3. L'importance de l'hydratation régulière....77
- L'eau, c'est la vie !....77
- A. Le matériel....78
- B. Ce qu'on va faire....78

FIGURE 27 : RÉF. IMG (4896-1028-8204)....80

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Matériel simple pour l'atelier de l'eau : bassines et gobelets colorés.....80
- a. La petite comptine du voyage de l'eau.....80

FIGURE 28 : RÉF. IMG (0307-2788-5338).....83

Enfants en pleine course joyeuse avec leurs gobelets d'eau.....83

PARTIE III. PRÉVENTION DES MALADIES ET SÉCURITÉ PHYSIQUE.....84

Des mains propres pour un corps en bonne santé.....84

La force qui vient de l'assiette.....84

Jouer sans se faire de bobos.....84

Le repos du petit guerrier.....84

CHAPITRE 7. PRÉVENTION DES MALADIES INFECTIEUSES.....85

7.1. Se protéger des maladies locales (paludisme, mains sales).....85
- L'aventure au bout des doigts.....85
- A. Le matériel.....85
- B. Ce qu'on va faire.....85

FIGURE 29 : RÉF. IMG (0813-6789-7787).....88

Un enfant plongeant joyeusement ses mains dans une bassine d'eau.....88

7.2. Les gestes barrières et l'acceptation de la vaccination.....88
- a. La course contre les microbes.....88
- b. Préparation et but de l'activité.....89
- A. Le matériel.....89
- B. Ce qu'on va faire.....89

FIGURE 30 : RÉF. IMG (3552-3368-4792).....91

Enfants congolais lavant des mains pleines de paillettes dans une bassine.....91
- c. La petite comptine des mains propres.....91

FIGURE 31 : RÉF. IMG (7571-0541-7801).....94

Un enfant faisant semblant de piquer le bras d'une poupée.....94
- Atelier 2 : La piqûre du super-héros.....94

CHAPITRE 8. SÉCURITÉ PHYSIQUE ET PRÉVENTION DES BLESSURES.....96

8.1. Éviter les dangers domestiques (coupures, brûlures).....96
- Le rouge qui pique, le vert qui caresse.....96
- A. Le matériel.....96
- B. Ce qu'on va faire.....96

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

FIGURE 32 : RÉF. IMG (3564-6834-7504) **99**

Matériel pour le jeu du danger : pagne rouge, pagne vert. 99

FIGURE 33 : RÉF. IMG (1049-5986-4603) **101**

Des enfants trient des objets dans les cercles rouge et vert. 101

8.2. Jouer en sécurité et savoir réagir en cas de blessure 101

- L'observation : Le petit bobo 101
- A. Le matériel 102
- B. Ce qu'on va faire 102

FIGURE 34 : RÉF. IMG (3705-8620-1389) **104**

Le matériel simple pour jouer au docteur des bobos en classe 104

- La petite comptine du bobo 104

FIGURE 35 : RÉF. IMG (6504-4426-1620) **107**

Des enfants s'exercent à soigner un bobo sur une poupée 107

CHAPITRE 9. HYGIÈNE DE VIE ET BIEN-ÊTRE GLOBAL **108**

9.1. L'équilibre entre l'exercice physique et le repos 108

- Quand le corps parle 108
- A. Le matériel 108
- B. Ce qu'on va faire 108

FIGURE 36 : RÉF. IMG (9386-8760-4278) **110**

Enfants jouant à un jeu de course avec des bouchons colorés 110

- La petite comptine pour bouger 110

FIGURE 37 : RÉF. IMG (2721-9828-8291) **113**

Des tout-petits se reposant calmement sur des morceaux de pagne colorés 113

9.2. Le bien-être émotionnel et l'expression des sentiments 114

- a. La minute observation 114
- A. Le matériel 114
- B. Ce qu'on va faire 114

FIGURE 38 : RÉF. IMG (1157-4596-3697) **116**

Visages-cailloux et masques en carton pour exprimer les émotions des enfants 116

- b. La petite comptine des grimaces 116

FIGURE 39 : RÉF. IMG (1003-6618-3006) **118**

Une petite fille imitant un visage triste dessiné sur un caillou 118

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Annexe 1. Tableau de classification des aliments locaux.....118
- Catégorie 1 : Les Aliments qui Viennent de la Terre (pour avoir des jambes so.....118
- Catégorie 2 : Les Aliments des Arbres et des Plantes (pour bien voir et ne pa.....120
- Catégorie 3 : Les Aliments qui Donnent des Muscles (pour être fort comme un l.....121
- Catégorie 4 : Les Aliments "Plaisir" (juste un petit peu, pour la fête !).....122

Annexe 2. Protocole illustré du lavage des mains.....123
- A. Matériel pour symboliser les microbes et le savon.....123
- B. Banque de comptines et chansons du lavage.....123
- C. Idées de bricolages pour visualiser les étapes.....124
- D. Suggestions pour bacs sensoriels.....125

Annexe 3. Fiche de suivi de l'hygiène individuelle.....126
- A. Modèle de Fiche de Suivi Simplifiée (Pour l'enseignant).....126
- B. Matériel de Récupération pour les Rituels d'Hygiène.....127
- C. Banque de Comptines et Chants pour Chaque Geste.....127
- D. Idées de Bricolages et d'Ateliers Visuels.....128

Annexe 4. Guide des premiers secours pour l'enfant.....129
- Le petit bobo et la blessure légère.....129
- Savoir appeler un adulte à l'aide.....130
- Le nez qui coule et le mouchage.....131
- L'importance de se laver les mains.....132

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

PRÉLIMINAIRES

0.1. Note pédagogique et contexte curriculaire

Ce guide n'est pas un livre théorique. C'est une boîte à outils, conçue pour vous, l'enseignant. Chaque fiche a été pensée pour la réalité de votre classe : des enfants pleins d'énergie, qui apprennent en touchant, en bougeant et en jouant. L'objectif est de transformer les concepts de santé en gestes simples et joyeux, intégrés au quotidien.

0.1.1. L'action avant la théorie

À cet âge, l'enfant apprend par le corps. Une leçon sur l'hygiène n'est pas un discours, mais un jeu avec de l'eau et du savon. Ce manuel privilégie systématiquement l'expérimentation concrète. Le but n'est pas que l'enfant récite une règle, mais qu'il adopte un geste. Chaque activité est conçue pour être réalisée en moins de 10 minutes, afin de capter l'attention volatile des tout-petits.

0.1.2. Un matériel simple et local

Toutes les activités proposées utilisent des objets du quotidien congolais (bouchons, pagnes, feuilles, cailloux…). Cela rend les leçons accessibles, immédiates et permet à l'enfant de refaire les gestes à la maison. La santé s'ancre ainsi dans son environnement direct, sans nécessiter de ressources coûteuses ou difficiles à trouver.

0.1.3. L'importance du jeu et de la joie

La promotion de la santé ne doit pas être une contrainte. Chaque activité est présentée comme un jeu, une chanson ou une petite histoire. L'émotion positive est le moteur principal de l'apprentissage chez le tout-petit. Un enfant qui s'amuse est un enfant qui intègre durablement les bonnes habitudes, pour son bien-être et celui de sa communauté.

0.2. Objectifs généraux d'apprentissage

Ce manuel n'est pas un programme théorique. Chaque activité vise à transformer des gestes simples du quotidien en habitudes saines et joyeuses. L'objectif n'est pas que l'enfant « sache » la théorie de la santé, mais qu'il «

vive » la santé à travers le jeu, la manipulation et l'interaction avec les autres. Les apprentissages se font par le corps et les sens.

1. Le Corps en Action : Développer la Motricité et l'Autonomie

L'enjeu principal est d'amener l'enfant à maîtriser les gestes fondamentaux de l'hygiène et du bien-être. Il apprend à coordonner ses mouvements pour se laver les mains efficacement, manipuler une brosse à dents, ou encore verser de l'eau sans en renverser partout. À travers les jeux de motricité, il développe sa force, son équilibre et prend conscience de son corps. L'objectif est de le rendre progressivement autonome dans les routines de propreté et de soins corporels.

2. La Tête Bien Faite : Éveiller la Compréhension du Monde

Les activités visent à construire les premières notions liées à la santé. L'enfant apprend à faire la différence entre « propre » et « sale », à reconnaître par les sens les aliments qui font du bien (fruits, légumes) et ceux à consommer avec modération. Il s'agit d'associer une action à une conséquence positive : « Je lave mes mains, elles sont propres et sentent bon ». Il nomme les parties de son corps et comprend leur rôle de manière très concrète.

3. Le Cœur et la Parole : Cultiver le Savoir-être et le Langage

La santé est aussi une affaire collective. L'enfant apprend à respecter les règles d'hygiène communes, à attendre son tour pour utiliser le point d'eau, et à prendre soin de son environnement (ne pas jeter les détritus par terre). Il enrichit son vocabulaire en nommant les objets (savon, gobelet, serviette) et en exprimant ses besoins et ressentis : « j'ai soif », « je suis fatigué ». Cela renforce sa capacité à communiquer et à vivre en harmonie dans le groupe.

0.3. Méthodologie et stratégies didactiques

Ce manuel est une boîte à outils conçue pour l'action. Notre pédagogie se fonde sur une conviction : un enfant de cet âge apprend par le jeu, le mouvement et les sens, jamais par la théorie. Chaque fiche est un guide pratique pour transformer un concept de santé en une activité joyeuse et concrète, adaptée aux réalités du terrain.

1. La primauté de l'action sur la parole

Toutes nos stratégies sont basées sur le principe "zéro théorie". L'enfant doit manipuler, transvaser, trier, courir ou chanter. L'apprentissage se fait par le

corps et l'expérimentation directe. Les fiches privilégient les verbes d'action pour guider l'éducateur dans l'animation d'ateliers dynamiques et sensoriels, respectant la très courte capacité d'attention des tout-petits (10 minutes maximum).

2. La simplicité comme outil pédagogique

La méthode repose sur deux piliers. Premièrement, le matériel : nous n'utilisons que des objets du quotidien congolais ou de récupération (bouchons, pagnes, cailloux) pour garantir l'accessibilité des activités. Deuxièmement, la structure des fiches : conçues comme des recettes, elles vont droit au but avec des étapes claires pour une préparation rapide et sans stress pour l'enseignant.

3. Le pouvoir des rituels et de la répétition

Les comptines, les chants et les gestes répétés ne sont pas de simples animations. Ils sont des outils didactiques puissants pour capter l'attention, ancrer les messages clés (comme le lavage des mains) et créer un cadre sécurisant. La répétition joyeuse est la clé de la mémorisation et de l'adoption durable des bonnes habitudes par les enfants.

0.4. Profil de sortie de l'apprenant

À la fin de la 3ème année de maternelle, l'enfant qui a participé aux activités de ce manuel aura acquis, par le jeu et l'action, des réflexes et des habitudes essentielles pour sa santé et son bien-être. Ce profil ne décrit pas des connaissances théoriques, mais des comportements concrets et observables au quotidien.

0.4.1. Hygiène et Propreté

L'enfant sait que se laver les mains est important, surtout avant de manger et après être allé aux toilettes. Il peut accomplir ce geste avec plus d'autonomie. Il participe volontiers au rangement et au nettoyage de son espace de jeu. Il commence à faire la différence entre ce qui est propre et ce qui est sale.

0.4.2. Corps et Alimentation

Il nomme les principales parties de son corps et exprime ses besoins physiques (faim, soif, fatigue). Il reconnaît et nomme quelques aliments bons pour la santé, comme les fruits et les légumes locaux (mangue, banane, avocat). Il comprend l'importance de boire de l'eau propre.

0.4.3. Sécurité et Environnement

L'enfant intègre des règles de sécurité simples : ne pas jouer avec le feu, ne pas courir avec un objet pointu. Il développe un premier sens de la responsabilité envers son environnement immédiat en jetant les déchets dans une poubelle ou un lieu désigné.

0.4.4. Bien-être et socialisation

Il apprend à interagir positivement avec les autres pendant les activités : il partage le matériel, attend son tour et aide un camarade. Il commence à mettre des mots sur ses émotions (joie, tristesse, colère) et comprend que bouger, danser ou se reposer peut l'aider à se sentir mieux.

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Partie I. Hygiène corporelle et assainissement du milieu

Le corps, notre ami

Un corps propre est un corps en pleine forme pour courir, sauter et jouer avec les copains. Dans cette partie, les enfants découvrent leur corps comme un trésor dont il faut prendre soin. Ils vont sentir le savon, voir la saleté partir avec l'eau, et ressentir la fraîcheur sur leur peau. Ce n'est pas une leçon, mais une exploration joyeuse et sensorielle.

Apprendre avec les mains et l'eau

Ici, on ne fait pas de longs discours. Les enfants apprennent en faisant. Ils vont toucher, transvaser, frotter et même éclabousser. Chaque activité est un jeu : laver une poupée, faire des bulles de savon, ou trier des objets "propres" et des objets "sales". L'eau et le savon deviennent des partenaires de jeu, pas des outils de contrainte.

Notre classe, notre maison

La propreté ne s'arrête pas à nos mains. Elle continue dans notre espace de vie commun : la classe et la cour. Les enfants participent activement à garder leur environnement agréable. Ils apprennent à ranger, à balayer de petites surfaces avec des balayettes ou à jeter les épluchures de fruits dans un seau. Un lieu propre est un lieu où il fait bon jouer et grandir.

Des gestes simples pour devenir grand

L'objectif n'est pas la perfection, mais la répétition joyeuse. Nous cherchons à créer des réflexes simples : se laver les mains avant le goûter, aider à nettoyer une tache, mettre les déchets à la bonne place. Chaque petit geste est une victoire qui rend l'enfant fier. Il apprend à prendre soin de lui-même, des autres et de son petit monde.

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Chapitre 1. Les soins corporels quotidiens

1.1. L'hygiène des mains et de la bouche

L'accroche (La minute observation)

Chaque enfant découvre le monde avec ses mains. Il touche la terre, les jouets, la nourriture. Parfois, les mains deviennent très sales après avoir joué dehors, et sans réfléchir, l'enfant les porte à sa bouche.

C'est le moment parfait pour transformer la contrainte du "va te laver les mains" en un jeu amusant avec de l'eau, des bulles et des sourires.

A. Le matériel

- Une grande bassine remplie d'eau propre
- Un morceau de savon
- Des gobelets en plastique
- Un seau vide pour l'eau sale

B. Ce qu'on va faire

On va jouer à faire disparaître la saleté des mains avec de l'eau et du savon. Puis, on va imiter le brossage des dents pour avoir un sourire tout brillant.

Figure 1 : Réf. IMG (6275-8565-0782)

LE LAVAGE DES MAINS JOYEUX ET EFFICACE



1. CRÉER LE TRÉSOR DES BULLES :
Se savonner joyeusement au-dessus d'une bassine. Découvrir les bulles. L'hygiène comme un jeu.

1. CRÉER UN TRÉSOR DE BULLES.
L'apprentissage par le toucher : la sensation du savon qui glisse et de la mousse qui chatouille les paumes.

2. UN GESTE POUR LA VIE : Répéter ce jeu simple pour une habitude fondamentale. Mains propres, récompense visible.



3. MATÉRIEL SIMPLE : L'HYGIÈNE PARTOUT.
Une bassine, du savon, de l'eau. Pas de complexité nécessaire, l'important est la régularité.

2. UN GESTE POUR LA VIE : HABITUDE FONDAMENTALE.
Répéter le geste simple pour l'ancrer. Les mains propres, une récompense visible et satisfaisante.



3. MATÉRIEL SIMPLE : HYGIÈNE POSSIBLE PARTOUT.
Une bassine, du savon et de l'eau suffisent. L'important est le geste et la régularité, pas la complexité.

Figure 1 : Réf. IMG (6275-8565-0782)

Des petites mains d'enfants savonnant joyeusement au-dessus d'une bassine.

a. Le trésor des mains propres

Ce visuel capture l'instant clé : l'action de se savonner. Les bulles de savon qui se forment deviennent un trésor à créer. L'eau représente un terrain de jeu. L'objectif est de rendre l'hygiène désirable, une activité sensorielle et non une corvée.

b. Apprendre par le toucher

L'enfant ne retient pas la théorie sur les microbes, mais il se souvient de la sensation du savon qui glisse, de la mousse qui chatouille ses paumes et de la fraîcheur de l'eau. C'est l'apprentissage par le corps. L'éducateur guide le geste, mais laisse l'enfant explorer la matière.

c. Un geste pour la vie

Répéter ce jeu simple ancre une habitude fondamentale. Le plaisir associé à l'activité garantit que l'enfant voudra la refaire. C'est plus efficace qu'un long discours. Les mains propres deviennent une récompense, un résultat visible et satisfaisant de son effort.

d. Le rôle du matériel simple

Une bassine et un savon suffisent. Pas besoin de robinet. Cela montre que l'hygiène est possible partout, avec des moyens très simples. L'important est le geste et la régularité, pas la complexité des installations.

■ ■ ■

a. La petite comptine

Frotte, frotte tes mains

(Frotter les paumes l'une contre l'autre) Crac, crac, les microbes (Claquer des doigts) Plouf, dans la bassine ! (Taper sur les cuisses) Bravo, les mains sont fines ! (Montrer ses mains propres)

b. Atelier 1 : La chasse aux microbes

Mise en place pas-à-pas :

1. **Étape 1 : [Ce que fait l'éducateur]** Rassemblez les enfants en cercle autour de la bassine d'eau propre.
2. **Étape 2 : [Ce que font les petits]** Chacun leur tour, les enfants trempent leurs mains, prennent le savon, le font mousser et frottent partout (entre les doigts, sur le dessus). Ils se rincent et jettent l'eau dans le seau vide.

c. Atelier 2 : Le sourire du crocodile

Mise en place pas-à-pas :

1. **Étape 1 : [Ce que fait l'éducateur]** Montrez aux enfants comment faire un grand sourire en montrant toutes les dents, comme un gentil crocodile.
2. **Étape 2 : [Ce que font les petits]** Les enfants utilisent leur index propre comme une brosse à dents. Ils "brossent" leurs dents du haut, puis celles du bas, en imitant le bruit "Bsss, bsss, bsss".

Figure 2 : Réf. IMG (6105-0179-4834)

Un enfant souriant qui utilise son index pour mimer le brossage des dents.

A. LE JEU DU MIROIR



B. COORDINATION ET CONSCIENCE DU CORPS



C. LE POUVOIR DU GROUPE



D. SANS MATÉRIEL, 100% ACTION



Figure 2 : Réf. IMG (6105-0179-4834)

Un enfant souriant qui utilise son index pour mimer le brossage des dents.

a. Le jeu du miroir

L'enfant imite un geste simple et ludique. Utiliser son doigt comme une brosse à dents transforme une leçon d'hygiène en un jeu de rôle. Le "sourire du crocodile" est une image amusante qui dédramatise et encourage l'imitation.

b. Coordination et conscience du corps

Ce simple exercice aide l'enfant à prendre conscience de sa bouche et de ses dents. Il apprend à contrôler le mouvement de son doigt. C'est une première étape essentielle avant de manipuler une vraie brosse à dents, développant ainsi la coordination main-bouche.

c. Le pouvoir du groupe

Voir les autres camarades participer avec joie encourage même les plus timides. L'effet de groupe est puissant en maternelle. Le rire qui accompagne souvent ce jeu crée une association positive avec le soin des dents. L'apprentissage devient social et joyeux.

d. Sans matériel, 100% action

Cet atelier prouve qu'une activité de promotion de la santé n'exige pas de matériel coûteux. Le corps de l'enfant est son premier outil. Le geste symbolique est mémorisé, préparant le terrain pour l'habitude réelle.

1.2. La propreté du corps et des vêtements

L'accroche : la petite tache qui gratte

La manipulation des objets est essentielle pour comprendre le monde. Un enfant touche son t-shirt, il sent une tache collante. C'est sale ! Il ne comprend pas le mot, mais il sent la différence. Notre jeu part de cette sensation.

Aujourd'hui, on ne parle pas de propreté, on la fabrique avec nos mains !

A. Le matériel

- Deux grandes bassines en plastique.
- Des petits morceaux de pagne ou des habits de poupée (si possible, un peu tachés).
- Un morceau de savon.
- Une corde et quelques pinces à linge (ou juste la corde).

B. Ce qu'on va faire

On va apprendre à laver. Les enfants vont tremper, frotter et rincer des petits tissus pour qu'ils redeviennent propres et sentent bon.

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Figure 3 :
Réf. IMG
(8852-0099-0324)

Enfants joyeux faisant la lessive avec des bassines et du savon



Figure 3 : Réf. IMG (8852-0099-0324)

Enfants joyeux faisant la lessive avec des bassines et du savon

a. La concentration dans le jeu

Des petits visages absorbés par leur tâche. Les mains plongent dans l'eau savonneuse, les yeux fixés sur le morceau de pagne. L'activité canalise leur énergie vers un but simple et visible : transformer le "sale" en "propre". C'est un moment de calme intense.

b. L'imitation, le premier des apprentissages

En lavant ces petits bouts de tissu, les enfants reproduisent un geste qu'ils ont vu mille fois. Ils sont "grands", ils font comme maman ou papa. Cette imitation valorisante ancre l'importance du soin et de la propreté sans aucun discours moralisateur.

c. Le plaisir de l'eau

L'eau est l'élément central. Les éclaboussures, la mousse qui monte, la sensation du tissu mouillé… Tout est une découverte sensorielle. On n'apprend pas l'hygiène, on la vit. Le plaisir de manipuler l'eau est un moteur puissant pour l'activité.

d. La coopération spontanée

Regardez comme ils s'organisent. Un enfant tient la bassine, un autre frotte. Ils s'échangent le savon. Sans le savoir, ils apprennent à faire ensemble. L'atelier de lessive devient un premier exercice de vie en communauté.

La petite comptine du linge propre

Frotte, frotte le tissu,

Plouf ! Dans l'eau, la tache a disparu.

(Faire le geste de frotter ses mains)

Tchik tchak avec le savon,

Youpi ! Mon habit est tout bon !

(Lever les bras en l'air)

Atelier 1 : La grande lessive des petits

Mise en place pas-à-pas :

1. **Étape 1 : [Ce que fait l'éducateur]** Posez deux bassines au sol : une avec de l'eau et du savon (pour faire de la mousse), l'autre avec de l'eau claire pour rincer. Donnez un morceau de pagne sale à chaque enfant ou petit groupe.
2. **Étape 2 : [Ce que font les petits]** Les enfants trempent le tissu dans l'eau savonneuse, le frottent avec leurs doigts, le plongent dans l'eau de rinçage, l'essorent et vont l'étendre sur la corde.

Figure 4 : Réf. IMG (2845-9473-3510)

Petits morceaux de pagne colorés séchant sur une corde à linge

a. La fierté du travail accompli

Les pagnes colorés, alignés et propres, sont un trophée. C'est la preuve visible de leur effort. Chaque enfant peut pointer "son" linge. Cette exposition simple est une immense source de fierté et de valorisation personnelle. Ils ont réussi une mission.

b. L'arc-en-ciel de la propreté

Les couleurs vives des pagnes mouillés qui sèchent au soleil créent un spectacle visuel. Cette beauté simple associe la propreté à quelque chose de joyeux et de positif. Le propre, c'est beau. Le propre, c'est coloré. Le message est passé, sans un mot.

c. Le cycle complet de l'action

De la tache au séchage, l'enfant a maîtrisé tout le processus. Il n'a pas fait semblant, il a agi et voit le résultat final. Comprendre qu'une action a un début, un milieu et une fin concrète est une étape fondamentale.

d. Une leçon pour les sens

Le linge propre a une odeur, une texture différente une fois sec. On peut inviter les enfants à toucher et sentir le linge. L'apprentissage de la propreté se termine par une expérience olfactive et tactile agréable.

Chapitre 2. L'hygiène alimentaire et de l'eau

2.1. La sécurité de l'eau et des aliments crus

L'eau propre, l'eau sale

Le développement moteur d'un tout-petit passe par l'exploration. Il touche à tout, met tout à la bouche, y compris des fruits tombés par terre ou de l'eau trouvée dans une flaque.

Cette activité permet de leur montrer, par le jeu, la différence entre ce qui est propre et ce qui est sale. On apprend en faisant.

A. Le matériel

- Deux grandes bassines en plastique.
- Un seau rempli d'eau propre.
- Quelques fruits et légumes locaux crus (mangues, tomates, feuilles de manioc) dont certains sont un peu salis avec de la terre.
- Des gobelets en plastique.

B. Ce qu'on va faire

Les enfants vont trier et laver des aliments. Ils apprennent par le geste à rendre la nourriture propre avant de la manger.

La petite comptine

Frotte, frotte la mangue, Plouf ! Dans l'eau claire. Tourne, tourne la tomate, Plus de poussière ! (On secoue les mains très vite)

Figure 5 : Réf. IMG (1109-3429-5107)

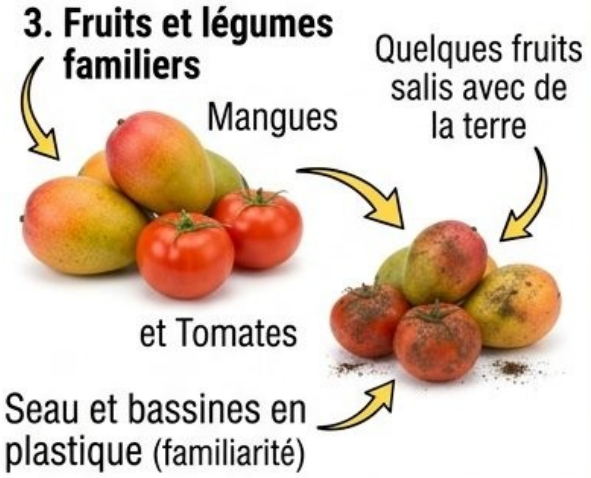
Bassines colorées avec des fruits et de l'eau pour l'atelier.

a LE COIN DE L'HYGIÈNE



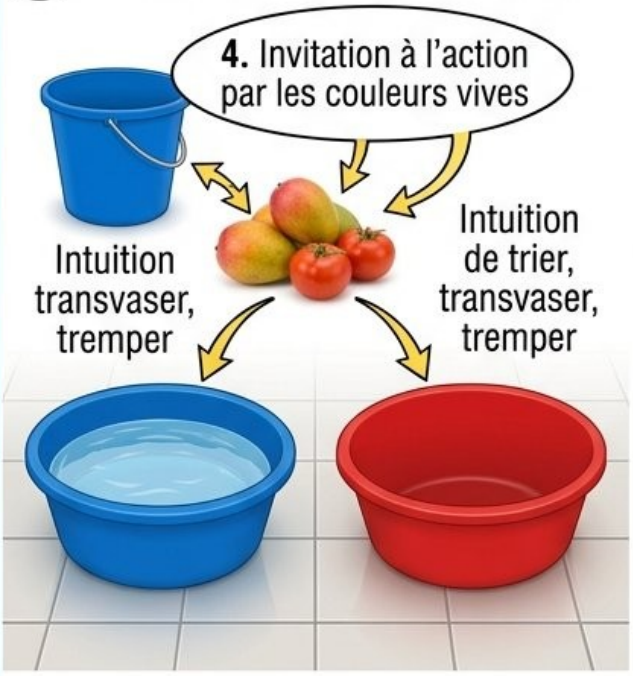
Bassines posées au sol, accessibles

b LE MATÉRIEL DU JEU



Matériel **simple**, invite à la manipulation

c PREPARATION VISUELLE



d SÉCURITÉ AVANT TOUT



⚠ Comprendre : au epotable,
son pour tout message clear

Figure 5 : Réf. IMG (1109-3429-5107)

Bassines colorées avec des fruits et de l'eau pour l'atelier.

a. Le coin de l'hygiène

L'image montre l'installation simple du jeu. Deux bassines sont posées au sol, à portée des enfants. L'une contient de l'eau claire et propre, l'autre est vide pour recevoir les objets "sales". À côté, un tas de fruits et légumes attend d'être trié et lavé.

b. Le matériel du jeu

On voit des objets familiers : des bassines en plastique, un seau, des mangues, des tomates. Ce matériel simple ne fait pas peur et invite à la manipulation directe. L'enseignant a sali quelques fruits avec de la terre pour rendre la différence "propre/sale" évidente et amusante à corriger.

c. La préparation visuelle

Cette disposition est une invitation à l'action. Les couleurs vives des bassines et des fruits attirent l'œil des petits. Ils comprennent intuitivement qu'il va falloir faire quelque chose avec ces objets : transvaser, trier, tremper. L'apprentissage se fait en regardant et en imitant.

d. La sécurité avant tout

L'enseignant s'assure que l'eau utilisée, même propre, est présentée comme une eau "pour laver". Cela aide les enfants à comprendre que toute eau n'est pas forcément bonne à boire, même si elle a l'air claire.

Atelier 1 : Le Grand Tri Propre/Sale

Mise en place pas-à-pas :

1. **Étape 1 : [Ce que fait l'éducateur]** Mélangez les fruits propres et les fruits salis par terre, devant les enfants.
2. **Étape 2 : [Ce que font les petits]** Chaque enfant prend un fruit. S'il est sale, il le plonge et le frotte dans la bassine d'eau propre.

Figure 6 : Réf. IMG (0680-1920-1821) Un enfant lave joyeusement une mangue dans une bassine d'eau

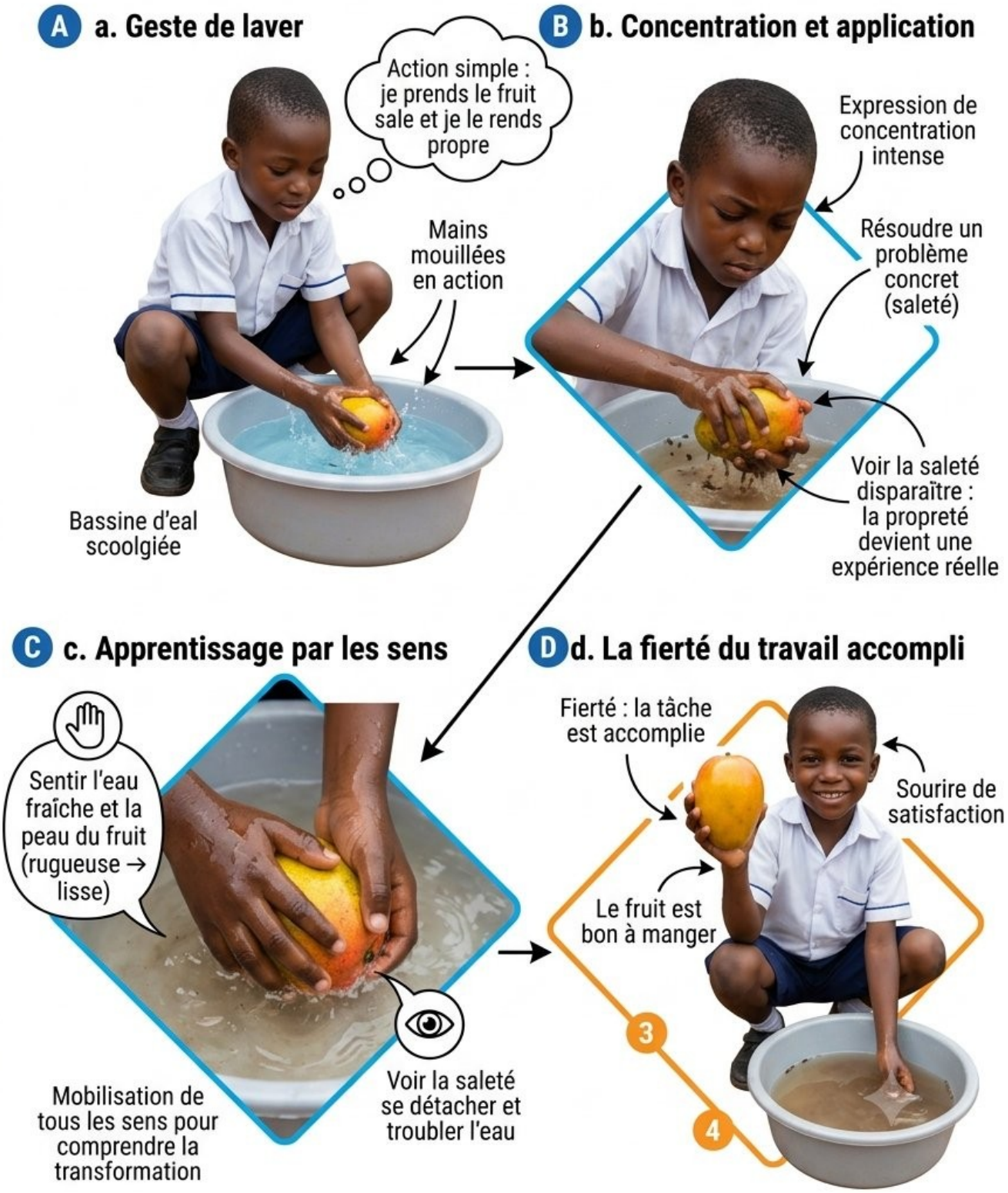


Figure 6 : Réf. IMG (0680-1920-1821)

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

a. Le geste de laver

On voit un enfant, très concentré, qui tient une mangue à deux mains et la plonge dans l'eau. Ses mains sont mouillées, il est en pleine action. Ce geste simple est le cœur de l'activité : "Je prends ce qui est sale, et par mon action, je le rends propre".

b. Concentration et application

Le visage de l'enfant montre une grande concentration. Il n'est pas en train d'écouter une leçon, il est en train de résoudre un problème concret. En frottant la terre, il voit le fruit changer d'aspect. L'idée de "propreté" devient une expérience réelle et non un mot abstrait.

c. L'apprentissage par les sens

L'enfant sent l'eau fraîche sur ses mains, le contact rugueux de la terre puis la peau lisse du fruit propre. Il voit la saleté se détacher et troubler l'eau. Tous ses sens sont mobilisés pour comprendre la transformation de "sale" à "propre".

d. La fierté du travail accompli

Après avoir lavé son fruit, l'enfant le sort de l'eau. Il peut le montrer fièrement à l'enseignant et aux autres. Il a accompli une tâche utile : il a rendu un aliment bon à manger.

2.2. L'hygiène des ustensiles et des mains avant le repas

Le grand splash avant le repas

Le sourire d'un enfant qui attend son plat de riz est précieux. Mais regardez ses mains ! Pleines de terre, de poussière.

Avant de toucher à la nourriture, il y a un rituel magique à faire tous ensemble : le grand lavage des mains et des gobelets pour chasser les microbes.