

GUIDE d'ACCOMPAGNEMENT du JEU

« Le parcours santé »

1- Présentation

Ce guide a été conçu par une équipe de formateurs – Inspectrice et Conseiller pédagogique départementale Maternelle, Conseillers pédagogiques de circonscription, Conseillers pédagogiques départementaux EPS et une infirmière scolaire du Maine-et-Loire - pour accompagner les enseignants et autres adultes à l'utilisation du jeu « le parcours santé » édité par ASTRUC. Le Parcours éducatif de Santé, puis depuis 2020, la démarche Ecole promotrice de la santé, vise la promotion d'une santé globale au service de la réussite des élèves. Elle s'articule autour de 3 axes :

- **l'éducation à la santé**, fondée sur le développement des compétences psychosociales en lien avec les programmes d'enseignement et le socle commun de connaissances, de compétences et de culture ;
- **la prévention** qui regroupe les actions centrées sur une ou plusieurs problématiques de santé prioritaires ayant des dimensions éducatives et sociales, notamment des actions relatives aux conduites à risques ;
- **la protection de la santé** par le développement d'un environnement favorable à la santé et au bien-être.

Les pistes proposées dans le guide concourent à encourager les comportements favorables à la santé des élèves en développant la prévention dès le plus jeune âge. Les visuels ont tous été construits pour permettre d'aborder différentes questions toutes axées sur la santé des jeunes enfants :

- **Manger** : L'alimentation
- **Bouger** : L'activité physique dans la journée
- **S'occuper de soi** : Accompagnement de l'enfant par un adulte : expliciter, mettre des mots / Prendre soin de soi et prendre soin des autres
- **Se connaître** : Accompagner l'enfant dans ses émotions
- **Connaître son environnement**

Le choix a été de procéder par questionnaire et guide pour chacune des thématiques qui rassemblent plusieurs visuels ; l'idée étant d'interroger des gestes santé toujours en perspective avec des gestes qui questionnent pour ne pas s'enfermer dans une dichotomie « bon geste » / « mauvais geste » qui ne serait ni constructive, ni déclencheuse d'échanges avec les enfants.

Chaque thématique adopte le même déroulé avec des prolongements et des ressources. Chaque thématique propose un corpus de mots de catégories différentes : verbe, adjectif, nom, forme syntaxique pour structurer l'acquisition de lexique dont les élèves ont besoin pour s'exprimer sur les gestes santé. Les enseignants et les autres adultes pourront prendre appui sur les différentes pistes et propositions qui viendront s'articuler à leurs propres outils.

Ce guide contient un ensemble de propositions pour utiliser les visuels : des jeux de paires traditionnels et des propositions de dispositifs pédagogiques pour construire et développer conjointement des compétences langagières et une connaissance de comportements centrés sur un ou plusieurs axes de santé.

Vous retrouverez ce guide sous format numérique sur le site de la dsden du Maine-et-Loire : <https://www.pedagogie1d.ac-nantes.fr/maine-et-loire/l-ecole-maternelle/>

Il s'agit de propositions, de pistes ; n'hésitez pas à vous en emparer, à les essayer, à en inventer d'autres.

Laurence Dubreil, Inspectrice Maternelle, Département Maine-et-Loire

2- Scénario pédagogique

- Ateliers de langage : Comment construire sa séance de langage ?

<u>Attendus / Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions :</u>	
• Communiquer avec les adultes et les autres enfants par le langage, en se faisant comprendre. • S'exprimer dans un langage oral syntaxiquement correct et précis • Utiliser le lexique appris en classe de manière appropriée • Pratiquer différents usages de la langue orale : décrire, expliquer, questionner...	
Objectifs	✚ Proposer des activités permettant d'apprendre à décrire, nommer... ✚ Développer le lexique lié à la santé ✚ Apprendre à catégoriser
Compétences	✚ S'exprimer dans un langage oral syntaxiquement correct et précis. ✚ Utiliser le lexique appris en classe de façon appropriée.
Modalité	Groupe de 6/7 élèves
Avant la séance	✚ Choisir les illustrations en tenant compte de l'âge des élèves et de la période dans l'année Pour des élèves de 3-4 ans, il est préférable d'utiliser des représentations concrètes dans un premier temps avant de passer à la représentation imagée. Ex : vraie poubelle dans la cour ou objets représentant des fruits dans le coin cuisine ✚ Identifier et cibler le lexique attendu en lien avec sa progression de classe (<i>propositions faites dans la suite du livret pédagogique</i>)
Pendant la séance	✚ Proposer une modalité en petit groupe de 6/7 enfants. ✚ Organiser le temps de paroles de chaque élève. ✚ Réfléchir à la progressivité dans les compétences langagières travaillées : Premier niveau - Décrire les images : Que vois-tu ? Deuxième niveau- Exprimer des émotions : Choisis une carte, celle que tu préfères ? Pourquoi Est-ce que tu l'aimes ? Troisième niveau : Expliquer et justifier : Associer les images contraires et expliquer pourquoi. Quatrième niveau : Questionner : Se servir des paires associées pour questionner, aborder le geste santé. ✚ Postures de l'adulte animateur du jeu : - Ecouter activement des élèves - Solliciter les élèves par des questions qui relancent les échanges. - Questionner - Reformuler, faire répéter. - Garder trace des prises de paroles, des compétences de chacun des élèves (grilles qui permettent de soutenir et d'orienter l'observation).
Après la séance	✚ Poursuivre l'acquisition du lexique en le réinvestissant lors d'autres temps : Ex : Prolongement dans la vie quotidienne (projets, sorties, ateliers de cuisine, interventions de l'infirmière scolaire ou autres...), dans les coins symboliques,

	lien avec des albums de jeunesse, séance de catégorisation avec des images supplémentaires(introduire des images en lien avec une thématique et proposer de réaliser de la catégorisation).
--	--

Pour aller plus loin sur la catégorisation : catégoriser , expliciter ses choix	
Modalité de travail / consigne	 Nombreuses cartes dispersées sur la table en lien avec une thématique choisie.  Consignes possibles : « Est-ce que tu peux trier les cartes ? Pourquoi les as-tu mises ensemble ? »
Éléments pour aider à l'observation des élèves	→ Niveau 1 : catégorisation affective « parce qu'ils les aiment bien » → Niveau 2 : Tri perceptif : obéissant à un critère tel que la couleur, la forme ou la taille → Niveau 3 : Tri taxonomique (ont une propriété commune, regroupent des éléments qui se ressemblent : animaux, vêtements...) ou thématique (la salle de bain, le cirque...) → Niveau 4 : apparition de « sous collections » comme les animaux de la ferme, domestiques...

3- Jeux pour automatisation Memory, Loto...

4- Pistes pédagogiques par thématique

De quoi avons-nous besoin ?	MANGER
-----------------------------	--------



Gestes santé	Aliments variés et équilibrés Importance des temps de repas et leur répartition dans la journée
Gestes qui questionnent	Excès de gras et/ou de sucre Equilibre sur la journée ou sur la semaine Besoins énergétiques (lien avec l'activité physique->sucré)
Ressources	Albums littérature de jeunesse : <i>Zigomar n'aime pas les légumes</i> , <i>Les deux goinfres</i> , Philippe Corentin – <i>Madame Dondon</i> , Michel Piquemal, <i>Bon appétit Monsieur Lapin</i> , Claude Boujon. Sites : https://www.reseau-canope.fr/lequilibre-alimentaire-en-classe.html https://www.education.gouv.fr/education-l-alimentation-et-au-gout-7616 Jeux : loto des aliments etc.
Prolongements	Origine et classification des aliments Le goût / les saveurs Les recettes Les besoins par rapport à l'activité physique Les besoins par rapport à la croissance Education à la sécurité : ne pas tout manger ou tout boire (produits dangereux) Jeux de rôles Café des parents

Langue orale

Païres	Verbes	Adjectifs	Noms	Syntaxe
Païre 2	Boire Avaler S'hydrater	Sucré Parfumé Bon Excellent Mauvais Succulent Assoiffé	Verre Timbale Eau Soda Sirop Jus de fruit	Les pronoms : Je bois Je préfère Je déteste J'adore Phrases affirmatives et phrases négatives : J'aime/je n'aime pas Il faut / il ne faut C'est bon de / ce n'est pas bon de J'ai l'habitude de / je n'ai pas l'habitude de Les temps : Il faudrait que...
Païre 13	Manger Déjeuner Dîner	Affamé Rassasié Repu	Table Assiette Couverts	Les pronoms : Je mange Je préfère

	Goûter Se restaurer Se régaler Etre rassasié se nourrir	Gras Gros Petit Sucré Salé Parfumé Bon Excellent Mauvais Succulent Indigeste Ecœuré	Paille Bonbon Hamburger Frite Légume Viande Poisson Soda Fruit Portion	Je déteste J'adore Phrases affirmatives et phrases négatives : J'aime/je n'aime pas Il faut / il ne faut pas C'est bon de / ce n'est pas bon de J'ai l'habitude de / je n'ai pas l'habitude de Les temps : Il faudrait que
--	---	--	---	--

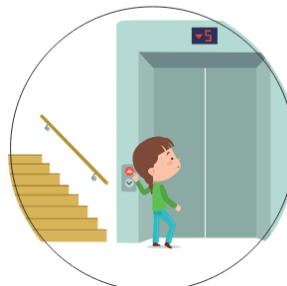
De quoi avons-nous besoin ?

BOUGER

8



7



Gestes santé	Importance des temps d'activité physique dans la journée Importance de la mobilité active
Gestes qui questionnent	Manque d'activité physique - sédentarité Surexposition aux écrans Risque d'isolement
Ressources	Albums littérature de jeunesse : <i>La course</i> , Malika Doray Sites Ressources maternelle IA 49 Jeux sportifs
Prolongements	Les besoins du corps : l'activité physique La santé et le poids Les parties du corps Café des parents

Langue orale

Paires	Verbes	Adjectifs	Noms	Syntaxe
Paire 7	Regarder Jouer Bouger Partager Suer Souffler Etre fatigué S'asseoir	Assis Actif Essoufflé Fatigué Seul	Une télévision Un dessin animé Un film Un ballon Des amis Des copains Des copines Du sport Le corps	Les pronoms : Je joue avec / ensemble Je regarde Je préfère Je déteste J'adore Phrases affirmatives et phrases négatives : J'aime/je n'aime pas Il faut / il ne faut C'est bon de / ce n'est pas bon de J'ai l'habitude de / je n'ai pas l'habitude de Les temps : Il faut/ Il faudrait que
Paire 8	Monter Descendre Etre fatigué Attendre Grossir	Fatigant Rapide Lent	Un ascenseur Un escalier Une marche Une rampe d'escalier Le corps Le cœur Les jambes La santé Le poids	Les pronoms : Je monte Je descends J'attends 2 Je préfère Je déteste J'adore Phrases affirmatives et phrases négatives : J'aime/je n'aime pas Il faut / il ne faut

				C'est bon de / ce n'est pas bon de J'ai l'habitude de / je n'ai pas l'habitude de Les temps : Il faut/ Il faudrait que
--	--	--	--	--

De quoi avons-nous besoin ?

S'OCCUPER DE SOI – Les écrans

3



4



5



8



Gestes santé	Accompagnement de l'enfant par un adulte : expliciter, mettre des mots, guider dans les usages. Des usages adaptés : apport de connaissances, usages créatifs, partages... Usage raisonné : temporalité (jour-semaine-mois), des moments choisis Des propositions évolutives en fonction de l'âge
Gestes qui questionnent	Surexposition Contenus non adaptés Le moment d'utilisation de l'écran Le risque d'exclusion/ isolement / enfermement
Ressources	Le psychiatre Serge Tisseron donne plusieurs recommandations sur l'usage des écrans, suivant l'âge des enfants. En voici, quelques-unes : Pas de TV avant 3 ans, pas de console de jeux personnelle avant 6 ans, internet après 9 ans, réseaux sociaux après 12 ans. Pour en savoir plus : www.3-6-9-12.org Albums de jeunesse comme <i>un grand jour de rien</i> Béatrice Alemagna Exemples d'utilisation : prendre des photos, enregistrer...
Prolongements	Vers les enfants : -utilisation du numérique pour un projet pédagogique -sac à jeux -langage « sur », distanciation par le langage/ gestion des émotions Vers les familles : Café parents : usage des écrans

Langue orale

Paires	Verbes	Adjectifs	Noms	Syntaxe
Paire 3	Construire Écouter Regarder Jouer Fixer	Concentré Intéressé Attiré Obnubilé Fasciné	Un téléphone Jeux de société (domino, jeu d'échec, puzzle, jeu de construction)	Les pronoms : Je suis/Tu es/Nous sommes On/ Il/Elle est

	Taper Cliquer Faire défiler		Un portable Écran, images, film, dessins animés, photographies	
Paire 4	Partager Expliquer Rassurer projeter	Effrayé Rassuré	Un ordinateur Un écran La peur	Prépositions : Je regarde ... avec Phrases affirmatives et phrases négatives : J'ai peur/Je n'ai pas peur Je suis rassuré(e)/ je ne suis pas rassurée
Paire 5	Regarder Dormir Se reposer Rêver Fixer Veiller	Calme Paisible Attiré Obnubilé Fasciné Épuisé Lumineux	Une tablette Un écran Un rêve Un cauchemar Le soir La nuit Le sommeil	Les temps : Je fais / j'ai fait/ je vais faire des cauchemars Je m'endors / je me suis endormi / je vais m'endormir Je dors/ je dormais/ je dormirai Les contraires : Facilement /difficilement Je dors bien/Je dors mal Je lutte contre le sommeil / Je suis en forme
Paire 8	Regarder S'asseoir Jouer Observer Voir Fixer	Attiré Joyeux	Une télévision Des copains Un ballon Un dessin animé / un film	Les pronoms : Je joue avec On joue ensemble Les contraires : Seul / ensemble

De quoi avons-nous besoin ?

S'OCCUPER DE SOI – Le corps

1



9



10



11



12



15



Gestes santé	Protection de son corps pour éviter des surinfections Prévention (hygiène de vie) Prendre soin de soi pour éprouver du confort Prendre soin des autres Développement des connaissances, habitudes personnelles pour tendre vers une autonomie
Gestes qui questionnent	Non prise en compte de son corps (l'hygiène, bien être...) Mauvaises connaissances des règles d'hygiène corporelle et d'une vie saine Risques auditifs
Ressources	Albums de jeunesse <i>20 bonnes raisons de se brosser les dents</i> M.Escoffier, <i>jour de lessive</i> F.Stehr, Sites : https://www.e-bug.eu/index.html#France
Prolongements	Partenariat avec la PMI : intervention de l'infirmière, intervention ciblée Buco dentaire... Lien avec le contexte sanitaire (covid) Lien avec des séances de piscine éventuelles (hygiène)

Paires	Verbes	Adjectifs	Noms	Syntaxe
Paire 1	S'asseoir Étaler Protéger Cacher Bronzer Chauffer Attraper	Brûlé Protégé Rouge	Crème solaire Sable, plage, mer Coups de soleil Brûlure, peau Insolation Chapeau de soleil Lunettes de soleil	Les complexités : Je peux/ je ne peux pas... parce que... Je dois/ je ne dois pas... car ... Avoir chaud Il faut faire attention à...
Paire 9	Eternuer Tousser Cracher Se moucher	Fatigué Malade Enrhumé	Coude, bras, bouche, nez, gorge Toux, rhume, fièvre	Phrases affirmatives et négatives Je me sens bien/Je me sens mal
Paire 10	Laver Montrer Rincer Essuyer, se sécher Se nettoyer, Frotter Sourire Sentir	Propre Sale Content	Saletés, microbes Mains, doigts, paumes, ongles... Lavabo, savon, robinet, eau Plaisir, odeurs La douche Le bain, la baignoire La salle de bain	Les prépositions : Sous/ dans... Phrases affirmatives et négatives J'aime/Je n'aime pas Je préfère /je deteste
Paire 11	Brosser Rincer Frotter Cracher	Propre Sale Blanches, abîmées, tachées (dents) Saine Electrique (brosse à dents)	Le brossage Bouche, dents, gencives Caries, maladies Brosse à dents, dentifrice, dentiste Haleine Salive	Les prépositions : Haut, bas, devant, derrière, au fond Pronoms réfléchis : Je me brosse les dents
Paire 12	Laver Salir Jouer Suer Transpirer Mouiller Couler Sentir	Propre / sale	Sueur, gouttes d'eau Terrain de sports, maillot de sport, short, chaussures de sports Saleté, sales, boue, terre Douche, salle de bain, lavabo Panière, linge sale, Vêtements Expressions : <i>Etre en nage</i> <i>Prendre chaud,</i> <i>prendre une suée...</i>	Les pronoms : Je/tu/il...
Paire 15	Ecouter Entendre Chanter	Fort Faible Bas	Casque, écouteur, baladeur Musique, chansons, comptines chantées, sons Oreilles, audition Bruit	Les adverbes : C'est trop fort Ce n'est pas assez fort J'entends tout J'entends un peu Je n'entends rien Je n'entends pas Je n'entends plus

De quoi avons-nous besoin ?	SE CONNAITRE
-----------------------------	--------------

14



Gestes santé	Accompagnement l'enfant dans son émotion (le guider, mettre des mots). Connaître, identifier et nommer des émotions Repérage dans le temps : identifier les différents moments de la journée (fatigue/forme) Se présenter : parler de soi, de ses goûts
Gestes qui questionnent	Conflit, colère, situation de stress, pleurs... mais également repli sur soi, timidité Observations lors du temps de récréation : rôle de l'adulte, place du langage
Ressources	Activités artistiques : elles permettent aux enfants de faire des choix et de les expliquer (création) Rituels corporels de bien-être, exercices pour gérer ses émotions Ressources santé Albums de jeunesse sur le thème des émotions et de la colère (comme <i>Grosse colère</i> de Mireille d'Allancé) Contes traditionnels Jeux de rôles avec marionnettes pour reproduire des scènes de conflit/colère/anxiété
Prolongements	Installation d'un espace refuge dans la classe Réaliser une échelle de la colère Demander aux enfants d'illustrer (dessiner) une situation où ils sont en colère ou de choisir une illustration support Réaliser une recherche documentaire sur des illustrations concernant des émotions Café des parents : apprendre à gérer ses émotions

Langue orale

Paires	Verbes	Adjectifs	Noms	Syntaxe
Paire 14	Crier Pleurer Se fâcher S'énervé S'emporter Trépigner Trembler S'emporter Se contrôler	Fâché Enervé Agacé Contrarié Mécontent Agressif Furieux Exaspéré Excédé Calme Tranquille Détendu Apaisé	Le schéma corporel (manifestations physiques) La colère La fatigue Une crise La frayeur L'inquiétude L'étonnement La tristesse La joie <i>Des expressions :</i>	Complexité, phrase simple : Je suis... Je ne suis pas Quand... je suis... Je préfère Je suis malheureux/malheureuse Je suis agressif/agressive (Accord en genre inexistant pour « triste ») Phrases interrogatives et exclamatives :: -Interrogatives (Es-tu... ? Pourquoi ?)

			<i>Rouge de colère, une peur bleue, vert de peur... Piquer une colère, exploser de rage...</i>	-Exclamatives (Quel...!)
--	--	--	--	---------------------------

De quoi avons-nous besoin ?

CONNAITRE SON ENVIRONNEMENT

6



Gestes santé	Sensibilisation à l'environnement : tri des déchets Il s'agit d'installer la notion de déchet, puis celle de tri
Gestes qui questionnent	Des déchets abandonnés, trop de déchets (gaspillage), déchets non triés
Ressources	Trier les déchets : faire émerger les différentes matières (découverte sensorielle) Opérations/défis sur l'école : <i>Nettoyons la nature, Une semaine sans poubelle...</i> Albums jeunesse sur l'environnement Activités artistiques à partir de récupération
Prolongements	Visite à la déchetterie Durée de vie des déchets Education à la sécurité : les produits toxiques Sorties et activités de pleine nature : connaissance des animaux et végétaux pour mieux les préserver Plantations, élevages Le cycle de l'eau Les énergies, les déplacements

Langue orale

Paires	Verbes	Adjectifs	Noms	Syntaxe
Paire 6	Se promener Marcher Jeter Trier Recycler Gaspiller Récupérer Respecter Ramasser Economiser	Propre Sale Sélectif Recyclable Dangereux Polluant	Un parc Un jardin La rue Le trottoir Un déchet Une poubelle Les éboueurs Une benne Une décharge La pollution Le tri Un emballage La matière : papier, plastique, verre, métal... Du compost Un composteur La nature L'environnement	Phrases affirmatives et négatives Il faut/il ne faut pas Complexité, phrase simple : Dans la poubelle, il y a... Je jette... dans la poubelle Je ne jette pas...