



THEME 4 : SANTE, CADRE DE VIE

LECON 1: LES REGLES D'HYGIENE

SEANCE 3 : l'hygiène alimentaire

1- SITUATION D'APPRENTISSAGE

Ce matin, ta sœur a vomi après avoir consommé des aliments achetés sur le marché. Pour éviter que cela nous arrive aussi, nous allons nous informer sur les règles d'hygiène alimentaire pour comprendre leur importance puis les appliquer.

2-CONTENU DE LA SEANCE

- **Un aliment sain :**

Le parent invite l'enfant à dire ce qu'est un aliment frais
C'est un aliment qui est bon à consommer.
C'est un aliment frais, protégé et non avarié...

- **Les règles de protection des aliments :**

Amener l'enfant à citer les règles de protection des aliments.

Les règles de protection des aliments sont :

Couvrir les aliments dans un récipient, les emballer dans une serviette de table, les ranger au réfrigérateur ou dans un garde-manger pour les mettre hors de portée de la poussière et des fourmis ;

Se laver les mains avant chaque repas.

- **L'importance de l'application des règles d'hygiène alimentaire :**

Amener l'enfant à expliquer l'importance du respect des règles de l'hygiène alimentaire. Le respect des règles d'hygiène alimentaire nous évite les maladies. (Les coliques, les diarrhées, les vomissements et même le choléra) et nous permet de manger des aliments qui ne sont pas souillés ni avariés afin de bien nous porter et bien grandir.

Suggestions de matériels aux parents : des aliments avariés, des aliments sains, des récipients propres, des récipients sales, des serviettes de table, du papier d'emballage, de l'eau et du savon.

Temps d'apprentissage : 15 minutes

Suggestions d'âge d'apprentissage : 3 ans

3- ACTIVITE D'APPLICATION

Cite deux règles de protection des aliments.

Réponse :

- couvrir les aliments (les mettre dans un récipient propre, les emballer dans une serviette de table ou du papier d'emballage...)
- les mettre au réfrigérateur
- les ranger dans un garde-manger

4- SITUATION D'EVALUATION

Exercice 1 : Dis ce que tu fais pour ne pas tomber malade après le repas.

Réponse : Je mange des aliments sains, je me lave les mains avant de manger...

Exercice 2 : dis ce que tu fais pour être propre.

Réponse : Je me lave tous les jours et je porte des vêtements propres.