

ÉVALUATION FINALE



ÉVALUER SON ATTITUDE PAR RAPPORT À L'HYGIÈNE CORPORELLE.



J'écris le nom des dents définitives :

.....



Autotest. Tout beau, tout propre !

Pour chacune des propositions entoure ta réponse (A, B, C ou D)

Tu te brosses les dents

- A - Quand tu y penses
- B - Au moins une fois par jour
- C - Après chaque repas
- D - Chaque fois que tu grignotes quelque chose

Tu te laves les mains

- A - Après chaque repas
- B - Avant chaque repas
- C - Avant et après chaque repas
- D - Après chaque plat

Tu prends une douche

- A - Le dimanche
- B - Au moins deux fois par semaine
- C - Tous les jours
- D - Dès que tu as un peu transpiré

Tu te coiffes

- A - Avec les doigts
- B - De temps en temps
- C - Au moins tous les matins
- D - Trois ou quatre fois par jour

Calcule ton score.

- Compte le nombre de réponses A :
- Compte le nombre de réponses B :
- Compte le nombre de réponses C :
- Compte le nombre de réponses D :



ÉVALUER SON ATTITUDE PAR RAPPORT À L'HYGIÈNE CORPORELLE

Entre nous - Cette activité permet d'amener les élèves à apprécier l'évolution de leurs attitudes et comportements par rapport à certains gestes d'hygiène. Elle permet d'engager la discussion autour de la nécessité et de la fréquence de ces gestes d'hygiène. La finalité consiste à sensibiliser les élèves à l'intérêt de l'hygiène corporelle et orale pour leur bien-être et santé.



Se mettre à l'écoute de son corps

Cette relaxation peut être accompagnée d'un fond musical avec bruit de vagues. Allongés sur un tapis de sol, s'imaginer sur une plage. Se concentrer sur la respiration. Relâcher tous les muscles du corps : secouer doucement les jambes puis relâcher; secouer doucement les bras puis relâcher, soulever une épaule et la relâcher sur le tapis, faire la même chose de l'autre côté. Tourner doucement la tête à droite et à gauche pour relâcher les muscles du cou. Contracter les muscles du visage (grimace) puis les relâcher. Fermer les yeux. Respirer calmement, profondément. Sentir le ventre qui se soulève à l'inspiration et qui s'abaisse à l'expiration. Imaginer qu'on s'enfonce dans le sable chaud, que c'est doux et confortable. Détendre chacune des parties de son corps tour à tour. « *Le soleil nous chauffe agréablement... On imagine le bruit des vagues... On se laisse bercer par les vagues.* » Terminer la relaxation en ouvrant doucement les yeux, en s'étirant comme si on sortait d'un profond sommeil et s'asseoir calmement pour poursuivre l'activité.



Tester les connaissances des élèves sur les dents

Accompagner les enfants dans la réalisation de la consigne lorsque les dents de lait sont tombées, incisives, canines, prémolaires, molaires constituent les dents définitives ou dents permanentes : la première à sortir en bouche est la première molaire, vers 6 ans. Ensuite l'ordre est variable. Les dernières dents définitives se mettent en place vers 12 ans avec l'éruption des secondes molaires définitives. On peut en avoir 32 en tout si l'on possède ses 4 dents de sagesse.



Autotest : Évaluer l'évolution des attitudes par rapport à certains gestes d'hygiène corporelle et orale

- Lire la consigne. • Réaliser le test.
 - Exprimer les résultats collectivement (nombre de réponses A, B, C, D de la classe) pour évaluer l'évolution des réponses par rapport à l'évaluation initiale.
- Organiser l'échange à la suite de l'autotest autour des deux points suivants :
- 1°) A chacun son rapport à l'hygiène :
- Majorité de A : Hygiène minimale. Attention aux caries et à la gastro-entérite!
 - Majorité de B et C : Hygiène optimale pour rester en bonne santé.
 - Majorité de D : Hygiène maximale. Une hygiène excessive peut altérer la surface de la peau qui nous protège de l'environnement. La peau est exposée aux germes et champignons, susceptibles de favoriser la sécheresse ou l'apparition de surinfections cutanées comme les verrues ou l'eczéma.
- 2°) A chacun de trouver l'équilibre qui lui correspond dans le milieu dans lequel il vit.



La classe fera un bilan oral de la séquence en se rappelant les messages santé évoqués

- Les micro-organismes sont présents tout autour de nous, nous vivons en général en équilibre avec eux. Dans certaines circonstances, des microbes sont dangereux et peuvent provoquer des maladies. C'est pourquoi il faut se laver régulièrement les mains.
- Plusieurs signes de notre corps doivent nous conduire à aller voir le docteur. La température normale du corps est voisine de 37 °C. On parle de fièvre si elle dépasse 38 °C. La fièvre est un signal qui indique que l'organisme se défend notamment contre une infection.
- *Don't forget : brush your teeth after meals and before bed.*
- Il existe de nombreuses manières de se détendre. A chacun la sienne pour prendre soin de soi.
- Devant un écran, nous avons l'impression de voir des personnages en mouvement. Mais il s'agit en fait d'une succession rapide d'images fixes un peu différentes les unes des autres. Il faut adapter son temps d'écran à son âge et à sa fatigue.
- Avoir de bonnes habitudes d'hygiène aident à rester en bonne santé et à se sentir bien.

Rapport à soi
Rapport aux autres
Rapport à l'environnement



DOMAINES

1 2 3 4 5