Maternelle

- Objectifs d'apprentissage
- Aperçu de la ressource pour curriculum
- Plans de leçons proposés
- Activités de soutien
- Activités supplémentaires

Ministère de l'Éducation de l'Ontario
Les attentes du curriculum sur l'Éducation physique et la santé de la maternelle à la 4e année

A3. Sécurité **1re année :**

A3.2 - Identifier des facteurs environnementaux qui comportent des dangers lors d'activités physiques et expliquer les mesures à prendre afin d'en profiter pleinement.

C3. Promotion de la santé

C3.1 - Sécurité : Nommer des sources de danger à domicile et dans son environnement, les risques qui y sont associés et les précautions à prendre pour réduire ces risques.

A3. Sécurité **2e année :**

A3.2 - Identifier, lors de la pratique d'activités physiques, des façons de prévenir des risques pour soi et les autres en incluant des risques liés à une condition médicale.

C1. Compréhension de la santé

C1.1 - Sécurité : Identifier les pratiques sécuritaires à suivre à la maison et dans son environnement.

C2. Réflexion sur la santé **3e année :**

C2.2 - Sécurité : Élaborer des lignes directrices de pratiques sécuritaires à l'extérieur de la salle de classe dans diverses situations.

A3. Sécurité **4e année :**

A3.1 - Démontrer un comportement favorisant une participation sécuritaire pour soi et autrui en suivant les mesures de sécurité appropriées à l 'activité physique

A3.2 - Décrire des méthodes préventives pour éviter des blessures et des accidents lors de l'activité physique.

C2. Réflexion sur la santé

C2.2 Nommer des précautions à prendre pour assurer sa sécurité personnelle.

S'amuser au soleil en toute sécurité

Maternelle

Objectifs d'apprentissage

Les élèves :

1. Prendront conscience de la présence du soleil durant leurs activités à l'extérieur.
2. Apprendront comment se protéger et éviter de trop s'exposer au soleil.

Voir l'introduction pour la mise en contexte.

Aperçu de la ressource pour curriculum

Premier atelier :

I. Présentez le concept des jeux extérieurs sous le soleil; faites un remue-méninges des activités extérieures.

II. Présentez la vidéo *Bien protégés pour s'amuser sous le soleil!*

III. Préparez un cahier de groupe pour le projet *S'amuser au soleil en toute sécurité*, qui illustre des façons précises de se protéger contre le soleil.

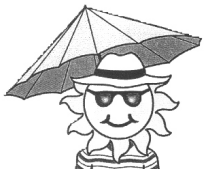
Deuxième atelier :

I. Passez en revue le concept des jeux extérieurs sous le soleil :

- parlez des coups de soleil et l'effet qu'ils produisent
- parlez des différentes façons de se protéger contre le soleil

II. Présentez à nouveau la vidéo *Bien protégés pour s'amuser sous le soleil!*

- parlez de la façon dont l'enfant qui figure dans la vidéo se protège contre le soleil
- parlez de l'ABCD de la sécurité au soleil



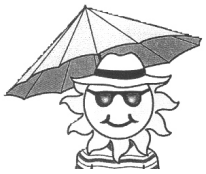
Deuxième atelier (suite) :

III. Activité de suivi
- demandez aux enfants de préparer une annonce sur la sécurité au soleil, ou préparez un autre cahier de groupe.

IV. Jouez au *Jeu du soleil*.

V. Présentez le certificat (p.27) et l'autocollant du projet *S'amuser au soleil en toute sécurité*. Les autocollants sont disponibles dans la trousse de sécurité au soleil ou auprès de l'infirmière de l'école.

Plans de leçons proposés



Premier atelier :

I. Présentez le concept des jeux extérieurs sous le soleil.

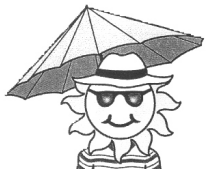
1. Combien d'entre vous aiment jouer dehors?
2. Aujourd'hui, nous allons faire la liste de toutes les activités amusantes que nous aimons faire dehors au soleil. Sur le tableau, dessinez un soleil et ses rayons. Sur chaque rayon, notez les réponses données par les enfants.
3. Après avoir noté le plus grand nombre possible d'activités en plein air, remettez la page de cahier intitulée *J'aime* _____ *au soleil à chaque élève* (p.9). Demandez aux élèves de faire un dessin qui les représente en train de faire une de leurs activités préférées. Notez le nom de l'activité sur la feuille de chaque élève.

II. Présentez la vidéo *Bien protégés pour s'amuser sous le soleil!*

1. Maintenant, nous allons regarder une vidéo. Soyez bien attentifs, et remarquez ce que le petit garçon fait pour se protéger contre le soleil quand il joue dehors. Et pensons à ce que nous pouvons faire pour nous protéger contre le soleil. Les paroles de la chanson *Quel beau jour, il fait du soleil* se trouvent à la page 16.
2. Présentez la vidéo *Bien protégés pour s'amuser sous le soleil!*
3. Demandez aux enfants ce que le garçon a fait pour se protéger. Pouvons-nous faire comme lui?

III. Créez un cahier de groupe *S'amuser au soleil en toute sécurité* en réunissant tous les dessins faits par les enfants.

- Un des élèves ou l'enseignante peut préparer la page couverture du cahier de groupe *S'amuser au soleil en toute sécurité*. L'enseignante réunira ensuite tous les dessins des élèves pour créer le cahier.



Deuxième atelier :

I. Passez en revue le concept des jeux extérieurs sous le soleil.

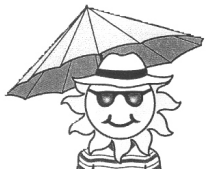
1. Lisez le cahier de groupe *S'amuser au soleil en toute sécurité* préparé durant le premier atelier.
2. Demandez aux élèves s'ils ont déjà eu un coup de soleil en s'adonnant à l'une ou l'autre de ces activités.
3. Qu'est-ce qui a causé leur coup de soleil?
4. De quoi avait l'air leur peau?
5. Quelle a été la sensation du coup de soleil?
6. Comment peut-on éviter les coups de soleil?

II. Présentez à nouveau la vidéo *Bien protégés pour s'amuser sous le soleil!*

1. Discutez de la façon dont le petit garçon se protège contre le soleil. Demandez aux élèves s'ils ont d'autres idées pour se protéger contre les coups de soleil *(chapeaux, vêtements, parasols, arbres, ombre, écran solaire, etc.)*. Essayez de donner des indices sur *l'ABCD de la protection solaire* (p.10).

III. Choisissez une des activités suivantes pour renforcer la notion de la sécurité au soleil.

a) Remettez une feuille blanche à chacun des élèves. Demandez-leur de créer une affiche d'annonce sur la sécurité au soleil. Demandez aux élèves de dessiner un portrait d'eux s'amusant en toute sécurité au soleil.



Deuxième atelier (suite) :

OU

b) Préparez un deuxième cahier de groupe sur la façon de se protéger contre le soleil. Chaque enfant crée sa propre page du cahier. Remettez à chaque élève le modèle du cahier de groupe, *Je m'amuse au soleil en toute sécurité en* _____ (p.11). Sur la ligne prévue à cette fin au haut de la page, notez la réponse de chaque enfant. L'enseignante ou un élève peut préparer la page couverture du cahier de groupe. Réunissez toutes les pages des élèves pour créer le cahier de groupe, et lisez le produit final aux élèves. Relisez souvent le cahier au groupe afin de renforcer les comportements sécuritaires pour se protéger contre le soleil.

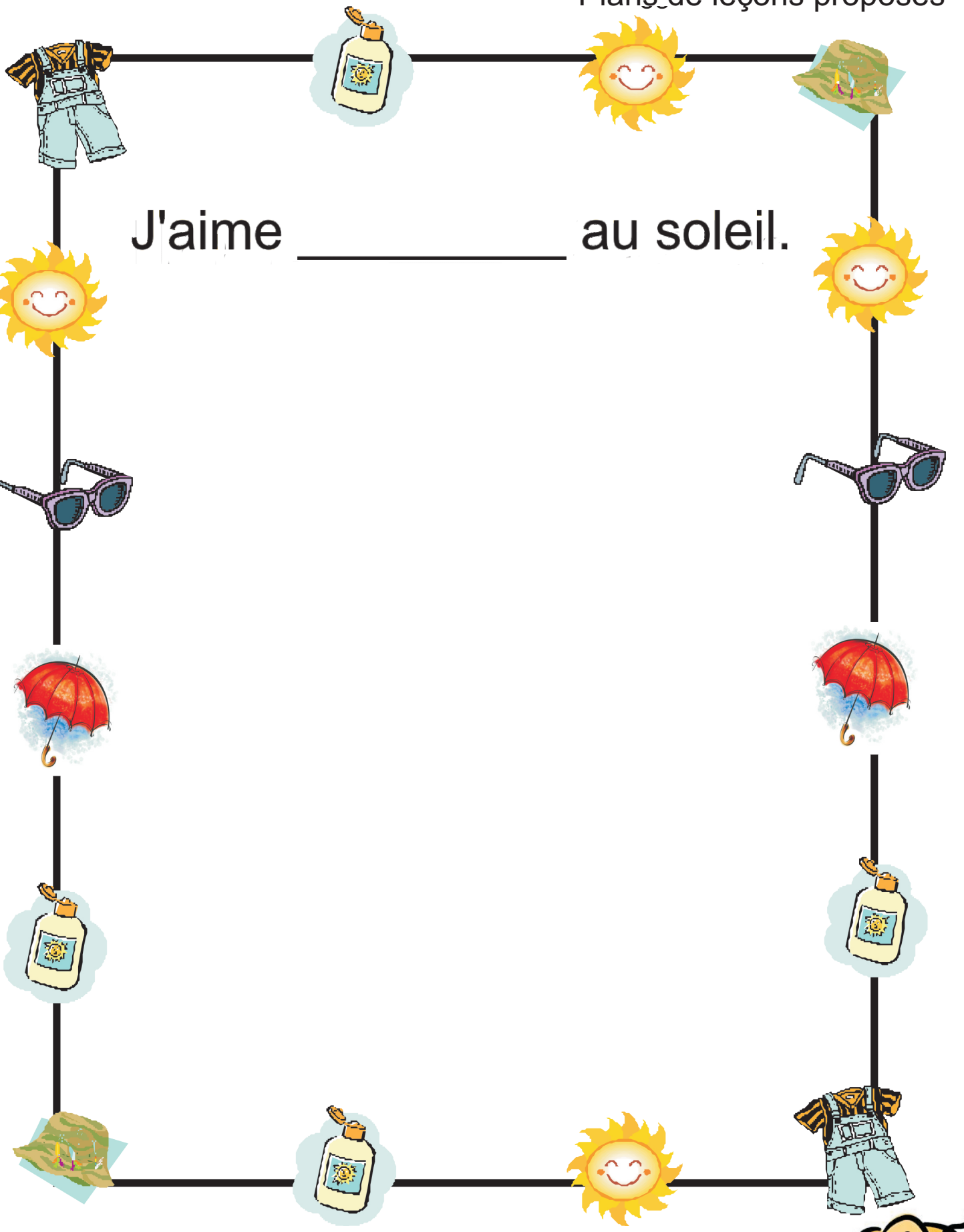
IV. Jouez au *Jeu du soleil* dans le gymnase. Vous devez réserver ce jeu auprès de l'infirmière de votre école.

V. Présentez le certificat (p.27) et l'autocollant du projet *S'amuser au soleil en toute sécurité*.

Activités de rappel :

Nous vous proposons d'utiliser deux périodes de cours pour présenter les principes de la protection contre le soleil aux enfants, et nous vous incitons également à offrir une activité de rappel chaque semaine jusqu'à la fin de l'année scolaire. Certaines semaines, vous n'aurez peut-être le temps que de faire une des activités comprises dans cette ressource pour curriculum. Vous pouvez choisir une des activités de soutien présentées à la page 12 et/ou une des activités supplémentaires décrites à la page 26. Ces activités peuvent être intégrées facilement à un cours de langue ou un exercice d'écriture. Si vous n'avez pas le temps de faire ni l'une ni l'autre des activités, le rappel pourrait simplement consister à demander aux élèves, le vendredi, ce qu'ils prévoient faire durant la fin de semaine, et leur demander aussi s'ils se rappellent ce qu'ils devraient faire pour se protéger contre le soleil.

Merci de présenter la ressource pour curriculum *S'amuser au soleil en toute sécurité* et d'aider ainsi les enfants à réduire leurs risques de développer un cancer de la peau.



J'aime _____ au soleil.

L'ABCD de la sécurité au soleil

Abritez-vous du soleil

Évitez de vous exposer au soleil entre 11 h et 16 h, au moment où les rayons du soleil sont les plus intenses. Si c'est impossible, réfugiez-vous sous un parasol, un arbre ou sous un auvent. Buvez de l'eau lorsque vous jouez dehors et qu'il fait chaud.

Bloquez les rayons UV

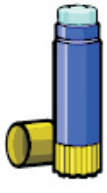
Appliquez un écran solaire avec un facteur de protection solaire (FPS) de 30 ou plus sur toutes les parties exposées de votre corps. Remettez de l'écran solaire toutes les deux heures et après la baignade. Pour vos lèvres, utilisez un baume avec un FPS de 30 ou plus.

Couvrez – vous

Portez un chapeau à large bord, ou de style « légionnaire », un chandail à manches longues et des lunettes de soleil qui protègent à 100 % contre les rayons UVA et UVB.

Dites-le à tout le monde

Parlez de l'importance de se protéger contre le soleil à votre famille, vos amis et vos voisins. Dites-leur qu'ils peuvent se protéger en portant un chandail à manches longues, un chapeau et des lunettes de soleil, ainsi qu'en appliquant un écran solaire et un baume pour les lèvres avec un FPS de 30 ou plus.



Je m'amuse au soleil en toute sécurité en _____

_____

Activités de soutien

Activités de groupe :

- C'est un monde ensoleillé
- Drôles de questions
- Animaux à l'abri
- Simulez une sortie à la plage, et demandez aux enfants ce qu'ils portent et ce qu'ils amènent avec eux pour s'amuser au soleil en toute sécurité

Activités musicales et linguistiques :

- Chantez la chanson *Quel beau jour, il fait du soleil*, tirée de la vidéo *Bien protégés pour s'amuser sous le soleil!*
- Dansez le *Hokey Pokey de la sécurité au soleil*
- Chantez les deux chansons sur l'écran solaire

Activités artistiques :

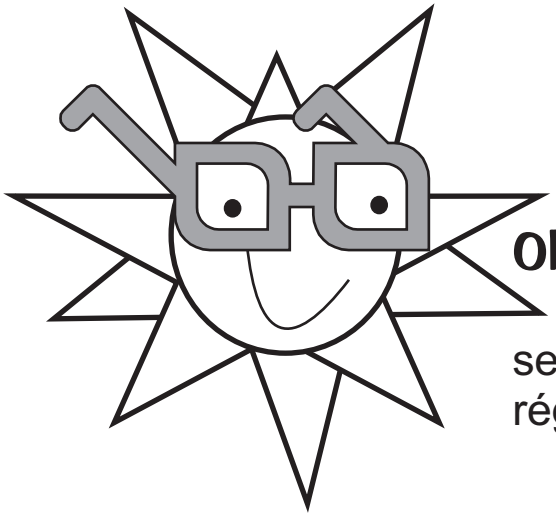
- Fabrique un chapeau
- Crée un t-shirt
- Animaux à l'abri
- Collage et affiche sur la sécurité au soleil

Activités scientifiques :

- Photogrammes
- Le test de l'ombre

Activités extérieures :

- Le jeu de l'ombre
- Jetez un coup d'œil aux activités supplémentaires pour d'autres idées!



C'est un monde ensoleillé

Objectif :

Familiariser les enfants avec les moyens de se protéger contre le soleil dans différentes régions du monde.

Procédure :

(1) Montrez aux enfants des photos de personnes qui se protègent contre le soleil, et demandez-leur de commenter les moyens utilisés.

Exemples :

- Tuniques et turbans portés dans les pays désertiques
- Chapeaux de paille portés en Asie du Sud-Est
- Sombreros, chapeaux de cow-boy
- Capelines et chapeaux de paille
- Parasols, feuillage des arbres
- Lunettes de soleil

(2) Ayez ces articles en mains, et demandez aux enfants de montrer comment les utiliser pour se protéger contre le soleil. Vous pouvez en faire circuler quelques-uns pour que les élèves les essaient.

(3) Parlez du fait que, dans beaucoup de régions chaudes et ensoleillées du monde, de gens font beaucoup de régions chaudes et ensoleillées du monde. Parlez des gens qui font une sieste au milieu de la journée pour éviter le soleil.

(4) Vous pouvez souligner que même si les indigènes des pays ensoleillés ont la peau plus foncée, ils doivent se protéger contre le soleil.

Drôles de questions

Objectif :

Renforcer les concepts de la sécurité au soleil en misant sur le sens de l'humour et la naïveté des enfants.

Procédure :

(1) L'enseignante pose une série de questions à propos des comportements sécuritaires au soleil, en présentant des choix farfelus pour permettre aux enfants d'identifier les bonnes habitudes à adopter. Ils peuvent crier leurs réponses en groupe. Cette activité peut être bruyante; faites-la à l'extérieur si nécessaire.

Exemples :

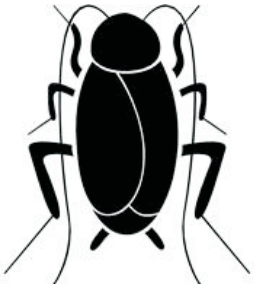
- Qu'est-ce que je mets sur ma tête quand je vais à la plage?
  Est-ce que je mets un melon d'eau? (Les enfants crient « Non! »)
  Est-ce que je mets une couronne?
  Est-ce que je mets une boîte de soupe?
  Enfin : Est-ce que je mets un CHAPEAU? (« Oui! »)

- Q'est-ce que je mets sur ma peau quand je suis au soleil?
  Est-ce que je mets de l'écran à raser?
  Est-ce que je mets du sirop d'érable?
  Est-ce que je mets de la colle?
  Est-ce que je mets de L'ÉCRAN SOLAIRE? (« Oui! »)

- Qu'est-ce que je porte quand je suis au soleil?
  Est-ce que je porte un habit de neige?
  Est-ce que je porte un alligator?
  Est-ce que je porte des ballons?
  Est-ce que je porte un T-SHIRT? (« Oui! »)

(2) N'hésitez pas à créer vos propres questions!

Animaux à l'abri



Objectif :

Enseigner aux enfants que les animaux aussi se protègent contre le soleil de différentes façons.

Procédure :

(1) Guidés par l'enseignante, les enfants expliquent comment différents animaux se protègent contre le soleil. Des images d'animaux peuvent être utilisées pour inspirer des réponses. « Comment cet animal se protège-t-il contre le soleil? »

(2) Vous pouvez demander à chaque enfant d'imiter un animal et d'expliquer aux autres comment il se protège contre le soleil.

Exemples :

- Insectes qui se cachent sous les feuilles (sous les feuilles des plantes ou sous les feuilles mortes au sol).
- Animaux du désert qui creusent des tunnels dans le sable (marmottes, serpents, rongeurs et crapauds du désert).
- Animaux africains qui se reposent à l'ombre.

(3) N’hésitez pas à créer vos propres questions!

Chanson de la sécurité au soleil : Quel beau jour, il fait du soleil

(tirée de la vidéo *Bien protégés pour s'amuser sous le soleil*)

Quel beau jour, il fait du soleil,
nous voulons aller jouer.
Le ciel si haut au-dessus de nous,
une lampe énorme qui brille partout.
Tu nous donnes de la lumière et de la chaleur,
tu nous donnes aussi beaucoup de bonheur.
Mais...
On peut attraper un coup de soleil de tes rayons forts,
mais on t'aime pareil.
Il faut porter une casquette,
ou un chapeau sur la tête.
Quel beau jour, il fait du soleil,
nous voulons aller jouer.
Crème solaire, chapeau, lunettes de soleil,
on peut maintenant aller jouer.

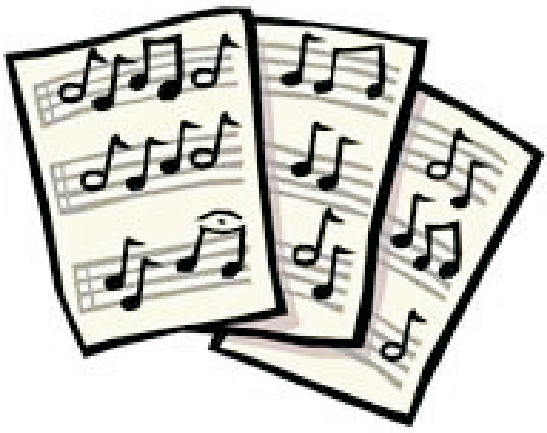
Sur l'air de « Brille, brille petite étoile »

Protège-toi contre les rayons

© Célyne Malette, 2012

Mets ton chapeau de paille,
N'oublie pas tes lunettes,
Mets ton écran solaire,
Étends-le bien partout.
Protège-toi contre les rayons,
Et fais une pirouette.
C'est aussi simple que ça!
(Tapez une fois dans les mains.)

(Chantez sur l'air de « Hokey Pokey » en faisant les gestes)



Deux chansons sur la sécurité au soleil

© Célyne Malette, 2012

**Les enfants font les gestes tout en chantant
(Sur l'air de « Savez-vous planter des choux »)

Refrain
Quoi faire pour se protéger,
C'est facile, c'est facile.
Quoi faire pour se protéger,
Du soleil pour n'pas brûler?

Un chapeau sur le coco,
c'est facile, c'est facile,
Un chapeau sur le coco,
C'est aussi bien rigolo.

Refrain
Des lunettes sur le nez,
c'est facile, c'est facile,
Des lunettes sur le nez,
Il ne faut pas l'oublier!

Refrain
De l'écran sur la peau,
c'est facile, c'est facile,
De l'écran sur la peau,
Même quand on joue dans l'eau!

ABCDEFG (Sur l'air de « ABC »)
© Célyne Malette, 2012

ABCDEFG
Je n'laisse pas ma peau brûler!

« A » – Je me mets à l'ABRI
du soleil avec mes amis....

ABCDEFG
Je n'laisse pas ma peau brûler!
ABCDEFG
Je n'laisse pas ma peau brûler!

« B » - je BLOQUE les rayons,
c'est une bonne tradition!

ABCDEFG
Je n'laisse pas ma peau brûler!
ABCDEFG
Je n'laisse pas ma peau brûler!

« C » - je COUVRE mon coco,
j'porte des lunettes, un chapeau!

ABCDEFG
Je ne laisse pas ma peau brûler!

** Découpez les lettres A, B et C dans de grands cartons rigides, et demandez à 3 enfants de les tenir et de s'avancer lorsque leur lettre est nommée dans la chanson.

Fabrique un chapeau

Objectif :

Renforcer l'habitude de porter un chapeau au soleil, en rappelant aux enfants que les chapeaux peuvent être amusants.

Procédure :

(1) Demandez aux élèves de créer un chapeau pour l'enfant qui pêche (p.20) en utilisant des crayons, des marqueurs ou du matériel d'art au choix de l'enseignante ou de l'élève.

(2) Demandez aux élèves pourquoi l'enfant a besoin d'un chapeau. Vous pouvez aussi présenter les caractéristiques de certains chapeaux qui protègent contre le soleil, comme ceux qui ont une visière ou un bord large, ou encore ceux de style « légionnaire », qui protègent aussi la nuque.

Crée un t-shirt

Objectif :

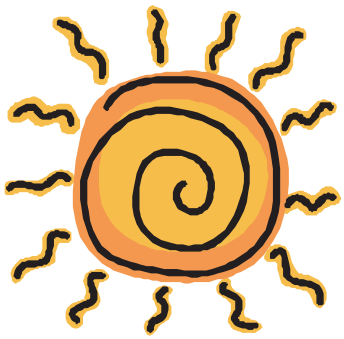
Renforcer l'habitude de porter un chandail au soleil en rappelant aux enfants que les chandails peuvent être amusants.

Procédure :

(1) Demandez aux enfants de créer leur propre t-shirt en utilisant le modèle de base (voir le modèle à la page 21). Les enfants peuvent ensuite y coller des formes découpées dans du feutre ou du papier de bricolage, par exemple.

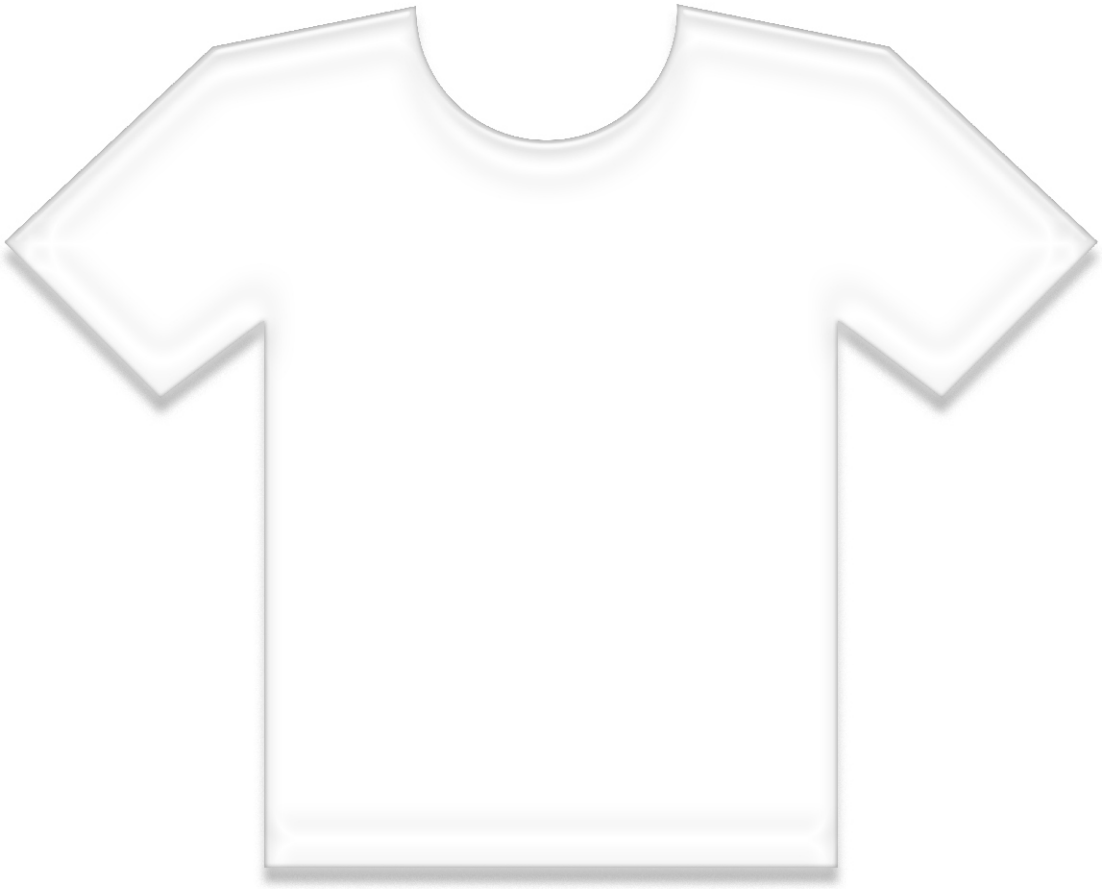
(2) Insistez sur le fait que les enfants sont libres de créer le genre de t-shirt qu'ils aimeraient porter au soleil. Demandez-leur pourquoi ils ont besoin d'un chandail.

Nota : Les vêtements foncés protègent mieux, ils absorbent plus de rayons UV. Les vêtements clairs ou mouillés laissent passer plus de rayons UV.



Dessine un chapeau original pour
l'enfant qui pêche.
Il pourra ainsi s'amuser au soleil en
toute sécurité!

Crée un t-shirt



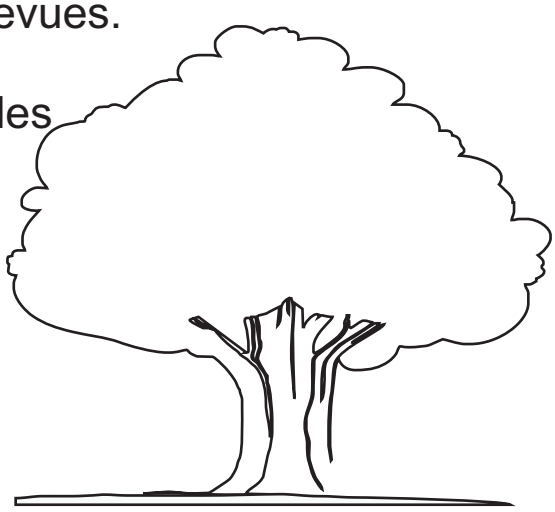
Collage et affiche sur la sécurité au soleil

Objectif :

Demander aux enfants de fabriquer un support visuel qui retient l'attention pour promouvoir la protection contre le soleil.

Procédure :

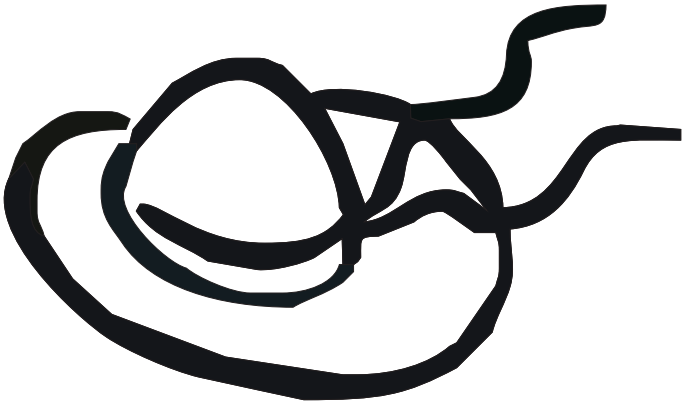
(1) Demandez aux enfants de découper des images liées à la protection contre le soleil dans des revues.



(2) Laissez-les rassembler leurs trouvailles en faisant un collage de groupe. Vous pouvez répartir les enfants en groupes de 2 ou 3 pour ensuite assembler tous les collages en un seul.

Voici des exemples d'images que les enfants peuvent découper :

- Des personnes qui sont à l'ombre
- Des personnes qui portent un chapeau, un chandail ou des lunettes de soleil
- Des bouteilles d'écran solaire



Photogrammes

Objectif :

Montrer que le soleil est fort et qu'il peut changer la couleur de n'importe quelle surface, y compris la peau.

Procédure :

(1) Demandez aux enfants de choisir un papier de bricolage de couleur vive et des objets plats, comme des clés, des pièces de monnaie ou des trombones.

(2) Inscrivez le nom de l'élève sur son papier.

(3) Demandez aux enfants de placer leur papier au soleil et de disposer leurs objets dessus. Laissez les papiers au soleil pendant deux heures ou plus, et le photogramme apparaîtra.

Le test de l'ombre!

Objectif :

Familiariser les enfants avec le déplacement des ombres pendant la journée en fonction de la position du soleil. N.B. Plus leur ombre est longue, plus ils sont protégés du soleil.

Durée approximative de l'activité : 2,5 heures

Procédure :

(1) Jumelez les enfants deux par deux. Un des élèves se tient dans une zone ensoleillée, sur l'asphalte, pendant que l'autre dessine le contour de ses pieds et de son ombre. Répétez l'exercice à intervalles de quelques heures (p. ex., à 8 h 30, à 11 h 30 et à 14 h 30). Les élèves peuvent dessiner l'ombre de leur camarade à tour de rôle. L'élève doit se tenir au même endroit chaque fois qu'une nouvelle ombre est dessinée.

(2) Les élèves de 3^{e} et 4^{e} année mesureront les ombres : le périmètre, la largeur et la longueur. À côté de chaque ombre, ils doivent écrire l'heure à laquelle elle a été dessinée.

(3) Quand toutes les ombres sont dessinées, comparez les formes et les dimensions, et discutez avec les élèves des éléments qui les font varier. Ils peuvent noter le tout dans un tableau.

Le jeu de l'ombre

Objectif :

Miser sur l'amour qu'ont les enfants pour le jeu actif afin de leur rappeler qu'il faut chercher l'ombre.

Procédure :

(1) Choisissez une aire de jeux qui compte plusieurs sources d'ombre (arbres, équipement de terrain de jeux).

(2) Expliquez le jeu aux enfants et définissez la zone hors-jeu.

(3) Criez : « Mettez vos orteils à l'ombre! » Les enfants ont alors un moment pour trouver un endroit où mettre leurs orteils à l'ombre.

(4) Lorsque tout le monde a trouvé un endroit à l'ombre, ciblez une autre partie du corps (petit doigt, dessus de la tête, talon, genou, fesses). Les enfants doivent changer d'endroit chaque fois.

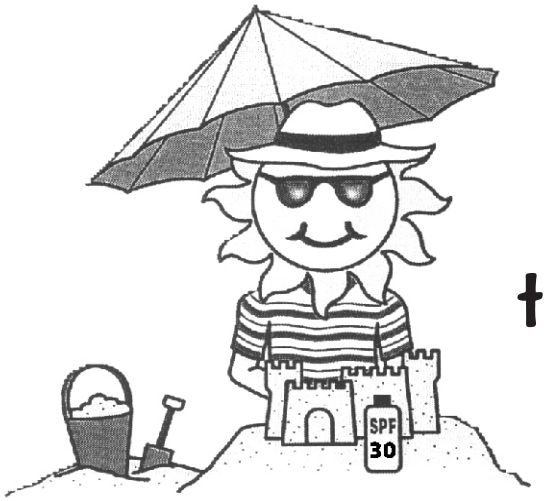
(5) Le jeu peut s'arrêter lorsque les enfants en ont assez, mais vous pouvez aussi procéder par élimination : le dernier joueur à atteindre l'ombre est disqualifié et choisit la partie du corps pour le prochain tour.

Si votre aire de jeux manque de zones ombragées :
Demandez à la moitié des enfants d'être les « jeteurs d'ombre », et à l'autre moitié d'être les « chercheurs d'ombre ». Les groupes doivent être faciles à distinguer (utilisez des bracelets élastiques de couleur). À chaque tour, un chercheur d'ombre doit cacher la partie du corps désignée dans l'ombre d'un jeteur d'ombre.

Activités supplémentaires

Toutes ces activités se trouvent dans la trousse sur la sécurité au soleil (pochette accordéon), que vous devez réserver auprès de l'infirmière de votre école.

Activité	Niveau scolaire recommandé
Formes à découper (pochette accordéon) : Poupées en papier avec vêtements pour la protection solaire	2e à 4e année
Société canadienne du cancer (SCC) (pochette accordéon) : Cahier d'activités *Méfiez-vous du soleil* Jeu «coin-coin» (Communiquez avec la SCC pour obtenir les trousses complètes.)	2e à 4e année 3e à 4e année
Association canadienne de dermatologie DVD «Bien protégés pour s'amuser sous le soleil!» Feuille à colorier «Protège-toi du soleil» www.dermatology.ca et cliquez sur programs/resources	maternelle à 2e année maternelle à 2e année
Santé Canada - programme l'indice UV pour la sensibilisation aux effets du soleil (pochette accordéon) : Mots cachés Dessins à colorier Le Club scolaire de prudence au soleil : Guide d'activités et d'information Affiche *Se protéger du soleil* *Activitiés de détection des rayons UV (papier photosensible)* Instructions sur l'utilisation de l'appareil de mesure des rayons UV Instructions sur l'utilisation des billes photosensibles Sun-Bow MC	 2e à 4e année 1e à 4e année 3e à 4e année maternelle à 4e année 3e à 4e année 3e à 4e année 3e à 4e année
Santé publique Ottawa (activités de soutien jointes aux plans de leçons) : Pas de coup de soleil pour moi! S'amuser au soleil en toute sécurité Test de l'ombre Course à relais de la sécurité au soleil Frisbee Wham-O UMAX ® (4 frisbees compris dans la trousse de sécurité au soleil à réserver auprès de l'infirmière de votre école) Présentation powerpoint «S'amuser au soleil en toute securité» (disponible auprès de l'infirmière de votre école) *Dans la pochette accordéon :* Quiz sur la sécurité au soleil Test de la sécurité au soleil Mobile «Prudence au soleil» Activité D'acord/Pas d'accord	 2e à 4e année 2e à 4e année maternelle à 4e année 3e à 4e année 3e à 4e année maternelle à 4e année maternelle à 4e année 3e à 4e année



S'amuser au soleil en toute sécurité

_____

(Nom)

sait comment s'amuser au soleil en toute sécurité!

Abritez-vous du soleil

Bloquez les rayons UV

Couvrez-vous

Dites-le à tout le monde