

Se moucher

Objectif principal

Apprendre à se moucher correctement

Objectifs particuliers

Grâce à cet exercice, le petit enfant va :

développer de bonnes habitudes : se moucher à bon escient et correctement, prendre soin de jeter le mouchoir usagé

devenir plus autonome

se sentir responsable de sa santé et de celle des autres

Matériel

Une boîte de mouchoirs en papier, une corbeille à papier

Présentation

Cette présentation peut paraître bien artificielle, à première lecture, pour des gestes qui semblent si naturels à un adulte. N'oublions pas que l'exercice s'adresse à de petits enfants qui trouvent cette activité mystérieuse et qu'il décompose pour eux les mouvements nécessaires à un acte simple : se moucher

La maîtresse invite l'enfant en ces termes : " il me semble que tu as besoin de te moucher. Veux-tu que je te montre comment il faut faire ?"

L'enfant ayant accepté, la maîtresse va chercher une boîte de mouchoirs en papier qu'elle pose sur une table puis installe une corbeille à proximité. L'enfant s'assoit à côté d'elle pour assister à la présentation qui consiste à :

- sortir un mouchoir de la boîte en prenant soin de le tirer très délicatement de manière à ne pas le déchirer

-l'étaler au centre de la table

- tracer le pli horizontal avec le doigt

- rabattre la moitié supérieur sur la moitié inférieure

- glisser une main, paume vers le haut,, puis l'autre , entre les deux épaisseurs du mouchoir

-approcher le mouchoir de son nez et refermer ses deux mains dessus

-presser ostensiblement sa main gauche sur la narine gauche, souffler par la narine opposée en expliquant " je souffle doucement par le nez"

-répéter la même opération avec la main droite sur la narine droite

- jeter le mouchoir usagé dans la corbeille

Après cette présentation, la maîtresse proposera son tour à l'enfant

Commentaires

Certains enfants ont beaucoup de mal à faire la différence entre souffler par le nez et inhaler. Il faudra le cas échéant, mettre l'accent sur cette différence.

On laissera la boîte de mouchoirs à disposition des enfants autorisés à s'en servir " uniquement pour se moucher" et non pour vider la boîte !

Prolongements possibles

La maîtresse expliquera aux enfants les modes de propagation des microbes et comment prévenir les maladies en mettant la main devant la bouche lorsque l'on tousse ou qu'on éternue, en se lavant les mains, en se mouchant dès que le besoin s'en fait sentir...