

**1**

## Préalables

**Objectifs**

Savoir placer une victime inconsciente en position latérale de sécurité

**Activités préparatoires**

- Demander aux élèves de se souvenir des fiches précédentes ; faire un bilan. Faire rappeler comment réagir en cas d'accident (garder son calme, se protéger et appeler les secours, sécuriser le lieu de l'accident) ainsi que les gestes à accomplir et à ne surtout pas faire, lorsqu'il y a une victime. Mettre en évidence le passage progressif de l'état de spectateur à celui d'acteur. Demander comment on contrôle l'état de conscience d'un blessé. Faire réfléchir aux risques encourus par une victime lorsqu'elle est inconsciente. Expliquer qu'il faut permettre à la victime de respirer (en desserrant le col de sa chemise ou sa ceinture, par exemple).
- Expliquer ce qu'est la position latérale de sécurité et à quoi elle sert. Prévoir, si possible, la visite d'un secouriste et une démonstration en classe. Organiser un jeu de rôle, un élève jouant le rôle de la victime inconsciente, un autre enfant jouant le rôle du secouriste. Faire contrôler l'état de conscience en faisant demander à la victime d'exécuter un geste simple (serrer la main, par exemple). Faire ensuite contrôler la ventilation. Faire mettre la victime de côté. Répéter l'exercice avec des personnes de corpulences différentes.

**2**

## La fiche

**Découvrir****La position latérale de sécurité**

- La fiche sert de support d'évaluation des connaissances. Elle doit être accompagnée d'une évaluation de savoir-faire en présence d'un secouriste.

**Aller plus loin**

- Faire réaliser deux bandes dessinées montrant clairement chaque étape de la mise en PLS : vers la droite et vers la gauche. Faire rédiger des légendes très sobres. Faire découper images et légendes. Faire remettre dans l'ordre en associant la bonne légende à chaque image.
- Organiser une sortie ou un séjour axé sur la sécurité et le secourisme.

Prénom :

Date :

Cycle 3

# Veiller à sa sécurité dans la rue



## Bien vu !

# S'entraîner

a. Observe ces illustrations, puis écris un conseil sous chaque vignette.



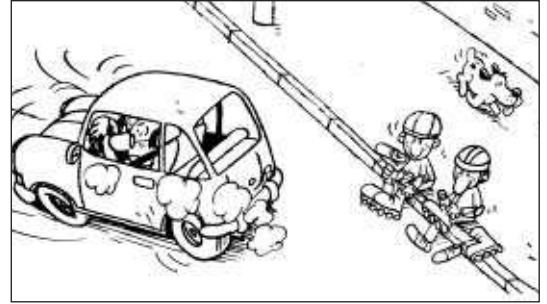
Que faudrait-il faire ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Pourquoi ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



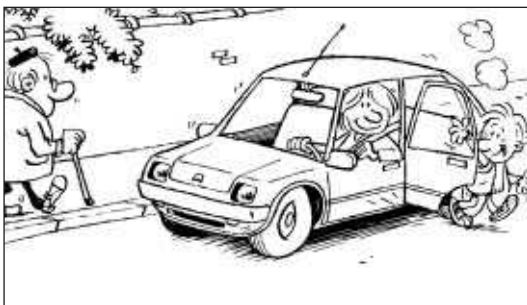
Que faudrait-il faire ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Pourquoi ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



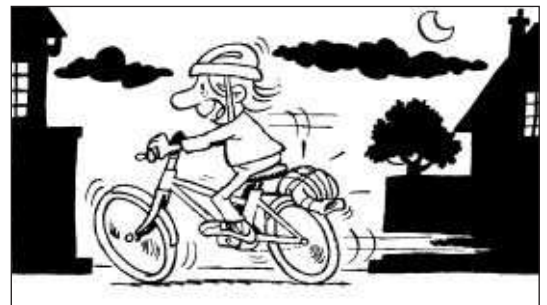
Que faudrait-il faire ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Pourquoi ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Que faudrait-il faire ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Pourquoi ? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

b. Dessine les panneaux :

- Piste cyclable
- Stop
- Danger, école

Colorie-les de la bonne couleur.

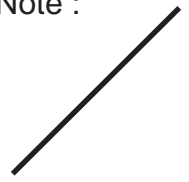
Prénom :

Date :

Cycle 3

# Veiller à sa sécurité dans la rue

Note :



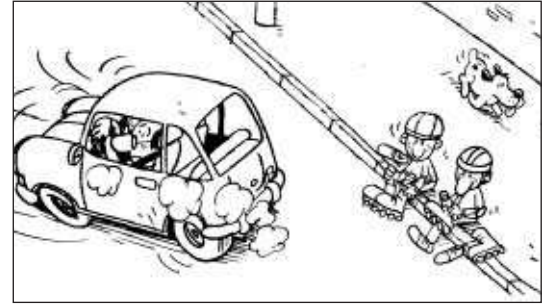
Bien vu !

a. Observe ces illustrations, puis écris un conseil sous chaque vignette.



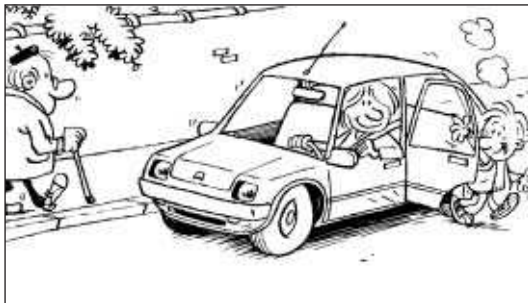
Que faudrait-il faire ? Traverser sur le passage pour piétons.

Pourquoi ? Le conducteur, sur la file de gauche, ne peut pas voir l'enfant. Il risque de freiner trop tard.



Que faudrait-il faire ? S'asseoir à un autre endroit, sur un banc par exemple.

Pourquoi ? Le conducteur ne voit pas les enfants en reculant : ils sont trop bas.



Que faudrait-il faire ? Sortir de la voiture côté trottoir.

Pourquoi ? Un véhicule peut arriver et blesser l'enfant.



Que faudrait-il faire ? Rouler sur un vélo muni d'un éclairage. Porter un vêtement avec des bandes réfléchissantes.

Pourquoi ? Le cycliste doit voir et être visible.

b. Dessine les panneaux :

- Piste cyclable
- Stop
- Danger, école

Colorie-les de la bonne couleur.



Se corriger

## Objectifs

- Savoir identifier les dangers pour soi et pour les autres, sur des trajets quotidiens
- Connaître les règles de sécurité pour se déplacer à vélo et à rollers
- Comprendre et justifier l'usage du Code de la route et des réglementations

## Activités préparatoires

- Demander à chaque élève de relever les divers éléments qui jalonnent le chemin de l'école à la maison : la signalisation routière, les comportements à risque, les autres sources de danger : voiture en stationnement qui masque la visibilité, sortie de garage... Rappeler que de nombreux accidents ont lieu sur des trajets familiers et qu'il faut donc être attentif. Au moment de la mise en commun, faire classer les panneaux selon qu'ils s'adressent aux automobilistes, aux cyclistes ou aux piétons, puis selon leur sens : obligation, interdiction, danger. Comparer avec un descriptif officiel du Code de la route. Faire rédiger plusieurs règles de sécurité.
- Interroger les élèves sur leurs jeux à la sortie de l'école. Faire comprendre que ni la chaussée, ni le trottoir ne sont des espaces de jeux. Faire repérer dans le quartier les lieux où l'ont peut se retrouver après la classe.
- Faire rappeler les règles de sécurité à respecter lorsqu'on est passager d'une voiture. Montrer que ces règles ont pour but de prévenir tout accident pour les autres ou pour soi-même.

## Découvrir

### La rue en toute sécurité

- Faire travailler les élèves en autonomie. Après la correction, faire établir la règle illustrée ici : *il faut voir et être vu*. Faire citer d'autres exemples de situations à risque : *traverser sans attendre le feu vert ; discuter côte à côte avec un ami en marchant sur la chaussée...*
- Lors de la correction de l'exercice b., faire énoncer et classer des panneaux selon leur forme et leur couleur.

## Aller plus loin

- Organiser une recherche documentaire sur le vélo, le roller et le skate-board. Faire réfléchir aux organes de sécurité, aux équipements et protections indispensables à la pratique de ces activités. Faire réaliser trois fiches techniques représentant un cycliste, un patineur et un planchiste bien équipés.
- Faire élaborer un code du piéton, du cycliste, puis un code du passager en voiture et en bus. Faire créer des pictogrammes accompagnés de légendes explicatives.

Prénom :

Date :

Cycle 3

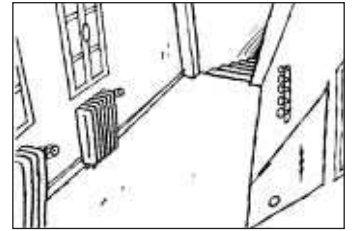
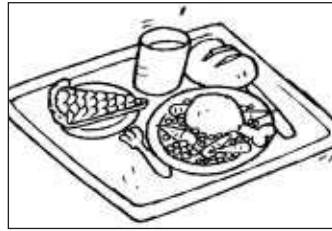
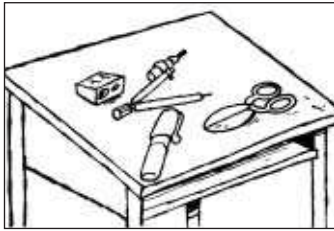
# Veiller à sa sécurité à l'école



S'entraîner

## Dedans ou dehors, sécurité d'abord !

a. Observe ces vignettes. Écris au moins une règle de sécurité pour chaque situation.



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

b. Que dit le professeur ? Recopie sous chaque vignette la légende qui convient.

- Où est ta tenue de sport ?
- Entrez en silence.
- Ce n'est plus l'heure de jouer.
- Ça suffit ! Tu pourrais blesser quelqu'un !
- Du calme ! Faites attention aux voitures.



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



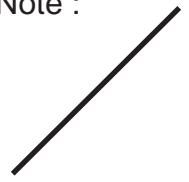
Prénom :

Date :

Cycle 3

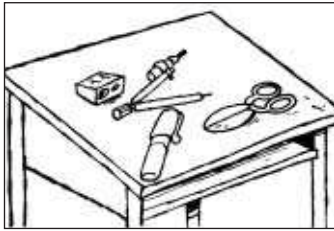
# Veiller à sa sécurité à l'école

Note :

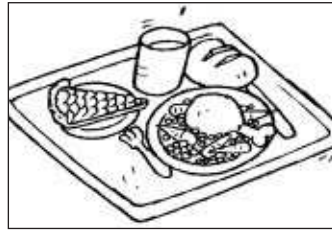


## Dedans ou dehors, sécurité d'abord !

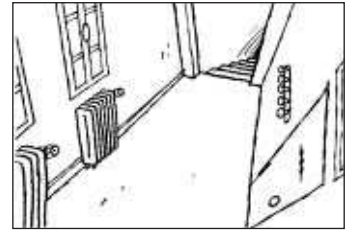
a. **Observe** ces vignettes. **Écris** au moins une **règle de sécurité** pour chaque situation.



Il faut manipuler le matériel avec précaution, en particulier les objets pointus ou coupants, et les ranger après utilisation.



Il faut rester calme et se détendre le temps du repas.



Tous les déplacements doivent se faire dans le calme ; il ne faut pas courir dans les couloirs ni les escaliers.

b. Que dit le professeur ? **Recopie** sous chaque vignette la légende qui convient.

- *Où est ta tenue de sport ?*
- *Entrez en silence.*
- *Ce n'est plus l'heure de jouer.*
- *Ça suffit ! Tu pourrais blesser quelqu'un !*
- *Du calme ! Faites attention aux voitures.*



*Ça suffit ! Tu pourrais blesser quelqu'un !*



*Où est ta tenue de sport ?*



*Du calme ! Faites attention aux voitures.*

Se corriger

# 1

## Objectifs

- Savoir repérer des comportements dangereux
- Rédiger des règles de sécurité

## Préalables

### Activités préparatoires

- Faire répertorier toutes les étapes d'une journée scolaire, de l'arrivée à l'école jusqu'à la sortie, sans oublier les déplacements dans les couloirs. Pour chaque instant décrit, faire lister les lieux correspondants, les adultes présents et le matériel utilisé, le cas échéant. Faire ensuite le point sur les règles de sécurité à respecter.
- Demander aux élèves à quoi ils jouent dans la cour. Faire repérer et analyser les comportements répréhensibles, voire dangereux.
- Faire lire le règlement intérieur de l'école et le faire commenter : *quelles sont les règles qui visent à assurer la sécurité de tous ? Pourquoi est-il nécessaire de les respecter ?* Faire expliciter et illustrer chaque règle par des exemples précis, tirés de l'expérience des élèves. Faire réfléchir aux notions de risque et de sanction.
- Rappeler qu'en cas d'urgence, il vaut mieux d'abord chercher à prévenir un adulte.

# 2

## Découvrir

### Les comportements dangereux à l'école

- Pour les exercices a. et b. faire prendre conscience des dangers en terme de conséquences corporelles (quelles blessures l'élève encourt).
- Lors de la correction de l'exercice a., mettre en commun les différentes règles proposées. Faire rédiger un règlement pour la classe, un pour la cantine et un pour les déplacements au sein de l'école, en privilégiant l'injonction positive « Il faut ».
- Pour l'exercice b., en début de cycle, commencer par faire décrire chaque vignette, puis poser des questions pour amorcer le travail : *pourquoi ce comportement est-il dangereux ? Que risque-t-il de se passer ?*
- Lors de la correction, faire expliciter les choix.

## La fiche

### Aller plus loin

- Faire énoncer des règles de vie quotidiennes qui, si elles ne posent pas directement le problème de la sécurité, facilitent les rapports des uns aux autres : *être poli ; respecter les autres et soi-même ; être à l'heure...*
- Organiser une recherche sur les jeux traditionnels. Choisir quelques-uns de ces jeux et les mettre en place pendant les récréations. Faire ensuite réfléchir à la notion de règle de jeu. Faire rédiger des règles pour les jeux collectifs choisis.

Prénom :

Date :

Cycle 3

# Veiller à sa sécurité à la maison



## Tout peut arriver !

S'entraîner

a. Voici quelques conseils de prévention.

1. Acheter des produits d'entretien avec un bouchon de sécurité.
2. Ranger les objets tranchants dans des tiroirs bloqués.
3. Débrancher systématiquement les appareils ménagers après utilisation.
4. Ne jamais utiliser une bouteille à usage alimentaire pour ranger un autre produit.
5. Privilégier les robinets thermostatiques pour régler la température de l'eau.
6. Ranger les médicaments dans une armoire à pharmacie bien fermée.
7. Vérifier régulièrement l'état des tuyaux d'alimentation du gaz.
8. Ne pas déranger un animal domestique lorsqu'il mange.
9. Équiper les escaliers de rampes et d'un bon éclairage.
10. Ne pas installer certaines plantes d'intérieur.
11. Faire ramoner sa cheminée annuellement.
12. Installer des rambardes de sécurité aux lits superposés qui n'en sont pas pourvus.

**Note**, pour chacun des événements suivants, le **numéro** de la recommandation qui n'a pas été respectée.

- Luc s'est ébouillanté dans la salle de bain. \_\_\_\_\_
- Martin est tombé en allant à la cave. \_\_\_\_\_
- Théo s'est coupé avec le hachoir. \_\_\_\_\_
- Léa a glissé en prenant sa douche. \_\_\_\_\_
- Sara a cru qu'il s'agissait de jus d'orange. \_\_\_\_\_
- Marie est tombée de son lit. \_\_\_\_\_



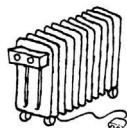
b. Écris un conseil.



Pour ne pas se brûler, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Pour ne pas s'électrocuter, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Pour ne pas provoquer d'incendie, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



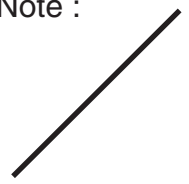
Prénom :

Date :

Cycle 3

# Veiller à sa sécurité à la maison

Note :



## Tout peut arriver !

a. Voici quelques conseils de prévention.

1. Acheter des produits d'entretien avec un bouchon de sécurité.
2. Ranger les objets tranchants dans des tiroirs bloqués.
3. Débrancher systématiquement les appareils ménagers après utilisation.
4. Ne jamais utiliser une bouteille à usage alimentaire pour ranger un autre produit.
5. Privilégier les robinets thermostatiques pour régler la température de l'eau.
6. Ranger les médicaments dans une armoire à pharmacie bien fermée.
7. Vérifier régulièrement l'état des tuyaux d'alimentation du gaz.
8. Ne pas déranger un animal domestique lorsqu'il mange.
9. Équiper les escaliers de rampes et d'un bon éclairage.
10. Ne pas installer certaines plantes d'intérieur.
11. Faire ramoner sa cheminée annuellement.
12. Installer des rambardes de sécurité aux lits superposés qui n'en sont pas pourvus.

**Note**, pour chacun des événements suivants, le **numéro** de la recommandation qui n'a pas été respectée.

Luc s'est ébouillanté dans la salle de bain.	5
Martin est tombé en allant à la cave.	9
Théo s'est coupé avec le hachoir.	2
Léa a glissé en prenant sa douche.	5
Sara a cru qu'il s'agissait de jus d'orange.	4
Marie est tombée de son lit.	12



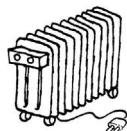
b. **Écris** un conseil.



Pour ne pas se brûler, il ne faut pas prendre les ustensiles de cuisine à main nue.



Pour ne pas s'électrocuter, il faut tenir les appareils électriques à l'écart de l'eau.



Pour ne pas provoquer d'incendie, il ne faut pas faire sécher ses vêtements sur un radiateur.

Se corriger

# 1

## Préalables

### Objectifs

- Pouvoir nommer les pièces de la maison
- Connaître les dangers liés au gaz et à l'électricité
- Être capable de repérer des substances dangereuses

### Activités préparatoires

- Dessiner au tableau la coupe d'une maison et celle d'un immeuble. Faire nommer les étages, les pièces, les ouvertures et les accès (porte, perron, hall...). Faire lister les sources de danger potentiel, sans oublier les escaliers. Faire rappeler les dangers inhérents aux plantes d'ornement et aux animaux domestiques. Mener éventuellement une réflexion sur l'utilisation prolongée d'appareils tels que le baladeur, l'ordinateur ou la console de jeu.
- Faire lister puis classer les appareils et installations domestiques, en fonction du risque qu'ils représentent (chute, coupure, brûlure, etc.). En faire déduire les erreurs de manipulation à éviter et, par conséquent, les bons usages. Insister sur les risques d'électrocution.
- Soumettre aux élèves des emballages de produits divers. Les faire classer selon leur contenant (flacon, aérosol, etc.), l'état de leur contenu (liquide, gaz, poudre, etc.) et leur finalité (nettoyer, soigner, éloigner les insectes, etc.). Sur les étiquettes, faire identifier les pictogrammes signalant un danger ; faire lire les précautions d'emploi.
- Demander aux élèves de formuler quelques règles de sécurité pour les lieux les plus « sensibles » de la maison.

# 2

## La fiche

### Découvrir

#### Les principales sources de danger à la maison

- Pour l'exercice a., faire lire les conseils de prévention. Demander à qui ils s'adressent. Expliquer aux enfants qu'ils peuvent sensibiliser leur famille aux risques domestiques, sans pour autant mettre leurs parents en accusation.
- Lors de la correction, faire expliciter chacune des règles de prévention.

### Aller plus loin

- Faire réaliser un dossier sur la sécurité dans chaque pièce de la maison, composé, par exemple, de fiches illustrées.
- Organiser une recherche documentaire sur la provenance des énergies domestiques : le gaz, l'électricité et le mazout des chaudières.
- Mener une réflexion sur les médicaments. Faire lire des ordonnances pour faire comprendre les notions de *dosage* et de *périodicité*.

Prénom :

Date :

Cycle 3

# Veiller à sa sécurité dans la nature



S'entraîner

## Recueillir des informations

a. Sur le site Internet d'une grande ville, on peut lire une liste de conseils à suivre en cas d'inondation, de feu de forêts, ou de tremblement de terre.

Relie chaque recommandation à la situation correspondante.



Se mettre à l'abri dans un bâtiment.

● une inondation ●



Respirer à travers un linge humide.



Fermer les portes.

● un feu de forêt ●



Se mettre à l'abri sous un meuble.



Sortir et s'éloigner des bâtiments.

● un tremblement de terre ●



Monter à pied dans les étages.

b. Sais-tu où tu peux t'informer sur les risques naturels et sur les consignes de sécurité à respecter ? Écris 5 exemples de personnes ou de moyens d'information qui peuvent te fournir des renseignements.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_



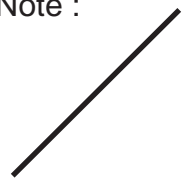
Prénom :

Date :

Cycle 3

# Veiller à sa sécurité dans la nature

Note :



Se corriger

## Recueillir des informations

a. Sur le site Internet d'une grande ville, on peut lire une liste de conseils à suivre en cas d'inondation, de feu de forêt, ou de tremblement de terre. **Relie** chaque recommandation à la situation correspondante.



Se mettre à l'abri dans un bâtiment.



Fermer les portes.



Sortir et s'éloigner des bâtiments.

une inondation

un feu de forêt

un tremblement de terre



Respirer à travers un linge humide.



Se mettre à l'abri sous un meuble.



Monter à pied dans les étages.

b. Sais-tu où tu peux **t'informer** sur les risques naturels et sur les consignes de sécurité à respecter ? **Écris** 5 exemples de personnes ou de moyens d'information qui peuvent te fournir des renseignements.

1. Internet
2. Les pompiers
3. Le personnel de la mairie
4. Les magazines
5. Le journal télévisé



# 1

## Objectifs

Connaître les risques naturels

S'informer sur l'attitude à avoir en cas d'alerte

## Préalables

### Activités préparatoires

- Faire constituer un dossier sur les différents risques naturels, composé de photos, d'articles de presse, etc. Demander aux élèves ce qu'ils savent des mesures préventives (réglementation de l'urbanisme, constructions antisismiques, etc.).
- Faire réaliser une enquête auprès des services municipaux, départementaux et régionaux, sur les risques naturels recensés dans la région, les moyens de prévention mis en place et les conseils donnés.
- Faire lister les moyens de communication permettant d'obtenir des informations et des conseils en cas de catastrophe naturelle. Faire comprendre qu'on agit plus rapidement et plus efficacement lorsqu'on est bien informé.

# 2

## Découvrir

### Comment prévenir et réagir

- Lors de la correction de l'exercice a., compléter la liste de conseils donnés : *écouter les informations à la radio ; en cas d'inondation, ne pas circuler dans la zone inondée et ne pas boire l'eau du robinet ; ne pas utiliser l'ascenseur...* Aborder ces conseils avec précaution : en cas de séisme, par exemple, il ne faut pas s'abriter sous n'importe quel meuble !
- Pour l'exercice b., faire vérifier toutes les propositions des élèves.

## La fiche

### Aller plus loin

- Réunir différents articles dans la presse sur les catastrophes naturelles survenues ces dernières années. Les faire analyser. Faire repérer l'emplacement de l'école sur la carte de France.
- Apprendre aux élèves à lire un bulletin météorologique, puis organiser la visite d'un laboratoire météorologique.
- Faire répertorier les activités de plein air pratiquées par les élèves, chez eux ou en vacances. Faire lister les risques inhérents à chaque activité, et les vêtements, accessoires et protections nécessaires à leur pratique. Insister sur les risques liés au soleil.
- Faire étudier la signalisation et le balisage que l'on peut voir en forêt, sur les chemins de randonnée, sur les plages, les pistes de ski, etc.

Prénom :

Date :

Cycle 3

# Veiller à sa santé



S'entraîner

## Vrai ou faux ?

**Coche la case qui convient.** Si tu réponds « faux », explique quelle serait la bonne réponse.

1. Entre 8 et 12 ans, un enfant a besoin de 9 heures de sommeil minimum par nuit.

Vrai  Faux

---

---



2. Manger un repas copieux le soir aide à bien dormir.

Vrai  Faux

---

---

3. L'eau est la seule boisson indispensable à l'organisme.

Vrai  Faux

---

---



3. Il ne faut pas faire plus d'une heure de sport par semaine.

Vrai  Faux

---

---

4. Il est recommandé de regarder la télévision dans le noir.

Vrai  Faux

---

---

5. Il est nécessaire de se laver les mains en sortant des toilettes.

Vrai  Faux

---

---





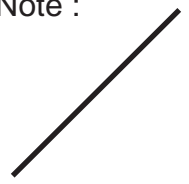
Prénom :

Date :

Cycle 3

# Veiller à sa santé

Note :



## Vrai ou faux ?

Se corriger

**Coche la case qui convient.** Si tu réponds « faux », explique quelle serait la bonne réponse.

1. Entre 8 et 12 ans, un enfant a besoin de 9 heures de sommeil minimum par nuit.

Vrai  Faux

---

---

2. Manger un repas copieux le soir aide à bien dormir.

Vrai  Faux

*Après un repas copieux, la digestion est longue et empêche de bien dormir.*

3. L'eau est la seule boisson indispensable à l'organisme.

Vrai  Faux

---

---

4. Il ne faut pas faire plus d'une heure de sport par semaine.

Vrai  Faux

*On peut faire plusieurs heures de sport par semaine.  
La marche est le meilleur des exercices.*

5. Il est recommandé de regarder la télévision dans le noir.

Vrai  Faux

*Pour ne pas avoir mal aux yeux, la différence de lumière entre l'écran et la pièce doit être la plus faible possible.  
Il ne faut pas être trop près de l'écran.*

6. Il est nécessaire de se laver les mains en sortant des toilettes.

Vrai  Faux

---

---



## Objectifs

- Apprendre à respecter un rythme de vie adapté
- Connaître les gestes d'hygiène quotidienne
- Comprendre l'importance de l'équilibre alimentaire

## Activités préparatoires

- Faire chercher dans un dictionnaire la définition du mot *hygiène*. Faire lister des exemples de la vie quotidienne qui illustrent la définition.
- Faire répertorier les objets et les produits qui permettent de prendre soin de son corps. Les faire classer selon la partie du corps concernée : dents, cheveux, etc.
- Avant un départ en vacances ou une classe verte, faire préparer la liste des objets et des vêtements à emporter. À cette occasion, rappeler qu'il faut changer de sous-vêtements quotidiennement, avoir des vêtements adaptés aux activités prévues, etc.
- Organiser un petit sondage sur les habitudes des élèves, en semaine et pendant le week-end : les repas, les heures de coucher et de lever, les activités extra-scolaires... Introduire une réflexion collective sur l'hygiène de vie, en posant des questions : *Que se passe-t-il lorsqu'on reste longtemps devant un écran ? Que faites-vous avant d'aller vous coucher ?*
- Faire noter par chacun, pendant plusieurs jours – au moins un jour de classe et un jour de congé, tout ce qu'il a mangé et bu, et à quelle heure. Au moment de la mise en commun, travailler sur l'équilibre alimentaire : les catégories d'aliments consommés, les quantités, la fréquence...
- Sensibiliser les élèves au respect de l'hygiène à l'école.

## Découvrir

### Les bons gestes pour rester en bonne santé

- Lors de la correction, faire justifier toutes les réponses, vraies ou fausses.
- Mettre en évidence la relation entre une bonne santé et une bonne hygiène de vie. Faire lister d'autres mauvais ou bons comportements, et d'autres gestes d'hygiène qui n'apparaissent pas dans la fiche.

## Aller plus loin

- Organiser une recherche documentaire sur les aliments du monde.
- Faire élaborer plusieurs menus équilibrés sur un thème particulier : le menu vert, le menu à déguster avec les doigts, etc.
- Faire élaborer un emploi du temps idéal reprenant tout les gestes nécessaires à une bonne hygiène de vie. Travailler sur les notions de *régularité* et de *périodicité*.

Prénom :

Date :

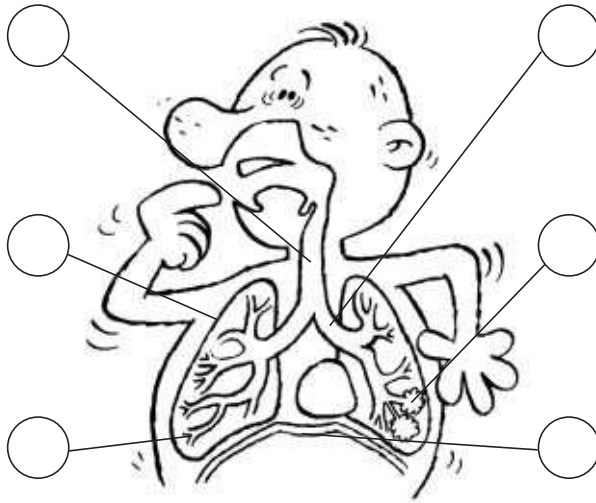
Cycle 3

# Connaître son corps



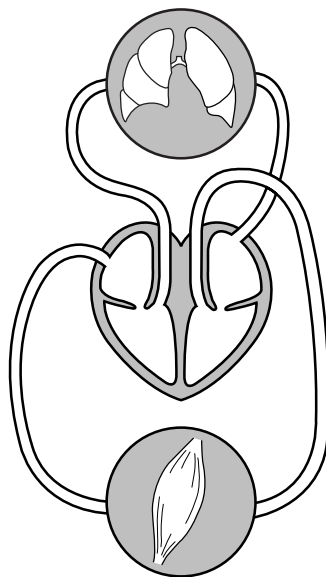
## Ça circule...

a. Lis bien la légende, puis **place** les numéros sur le schéma.



1. La trachée : elle conduit l'air aux bronches.
2. Une bronche : elle conduit l'air dans un poumon.
3. Une bronchiole : elle conduit l'air dans les alvéoles.
4. Une alvéole : c'est là qu'ont lieu les échanges avec le sang.
5. Un poumon : ensemble de bronchioles et d'alvéoles.
6. Le diaphragme : muscle respiratoire principal.

b. Sur le schéma ci-dessous, **indique** le trajet d'une goutte de sang par des flèches.



- La goutte part du ventricule gauche du cœur. Elle va apporter l'oxygène et les éléments nutritifs dans le muscle.
- Elle repart du muscle avec le gaz carbonique pour aller dans l'oreillette droite du cœur.
- Elle passe dans le ventricule droit qui la propulse vers les alvéoles des poumons : elle laisse le gaz carbonique et prend l'oxygène contenu dans l'air des poumons.
- Elle repart ensuite vers l'oreillette gauche du cœur, passe dans le ventricule gauche, et le voyage recommence.

S'entraîner

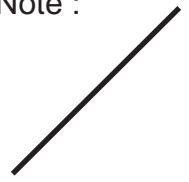
Prénom :

Date :

Cycle 3

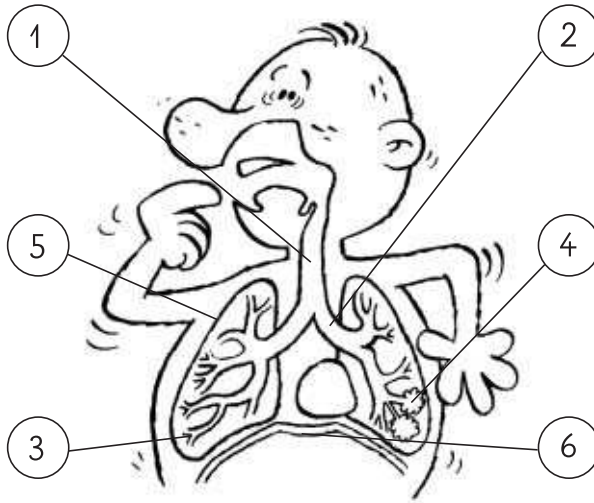
# Connaître son corps

Note :



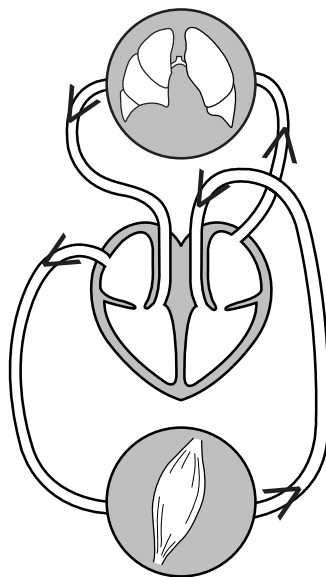
## Ça circule...

a. Lis bien la légende, puis **place** les numéros sur le schéma.



1. La trachée : elle conduit l'air aux bronches.
2. Une bronche : elle conduit l'air dans un poumon.
3. Une bronchiole : elle conduit l'air dans les alvéoles.
4. Une alvéole : c'est là qu'ont lieu les échanges avec le sang.
5. Un poumon : ensemble de bronchioles et d'alvéoles.
6. Le diaphragme : muscle respiratoire principal.

b. Sur le schéma ci-dessous, **indique** le trajet d'une goutte de sang par des flèches.



- La goutte part du ventricule gauche du cœur. Elle va apporter l'oxygène et les éléments nutritifs dans le muscle.
- Elle repart du muscle avec le gaz carbonique pour aller dans l'oreillette droite du cœur.
- Elle passe dans le ventricule droit qui la propulse vers les alvéoles des poumons : elle laisse le gaz carbonique et prend l'oxygène contenu dans l'air des poumons.
- Elle repart ensuite vers l'oreillette gauche du cœur, passe dans le ventricule gauche, et le voyage recommence.

Se corriger

## 1

## Préalables

**Objectifs**

- Connaître les organes du système respiratoire
- Connaître le vocabulaire du système respiratoire
- Connaître et comprendre le rôle du cœur

**Activités préparatoires**

- Au cours d'une séance d'éducation physique, faire prendre conscience de l'importance de la respiration. Pour cela, former des équipes de deux. Demander à l'un des deux élèves de chaque paire de compter le nombre d'inspirations par minute de son camarade, au repos, et immédiatement après l'effort. Interroger les élèves sur leurs résultats et l'intérêt de pouvoir respirer plus vite. Apprendre à prendre le pouls.
- Poser des questions : *Pourquoi la poitrine se soulève-t-elle quand on respire ? Pourquoi le sang coule-t-il ? Pourquoi sent-on le pouls à différents endroits du corps ?* Demander aux élèves de représenter, sous forme de dessins, l'inspiration et l'expiration. Expliquer pourquoi il est important de surveiller la respiration d'une victime.
- Discuter collectivement d'un individu qui se pique avec une épine, pour faire comprendre aux élèves que le sang est présent dans tout le corps.
- Faire expliciter ce qui différencie une égratignure d'un saignement, ou d'une hémorragie.

## 2

## La fiche

**Découvrir****Le système respiratoire et le système circulatoire**

- La fiche peut être utilisée en évaluation individuelle ou pour un travail de recherche par petits groupes, à l'aide de différents documents.

**Aller plus loin**

- Faire observer des radios de poumons.
- Organiser une recherche sur le rôle du sang dans le corps. Faire réfléchir au don du sang.
- Faire réfléchir au rôle du squelette et des articulations, en posant des questions : *Pourquoi ne peut-on pas plier sa jambe vers l'avant ? Pourquoi tout le monde ne peut-il pas faire le grand écart ?*
- Faire répertorier les différents signaux ou maux du corps : bâillement et hoquet, éternuement et reniflement, gaz intestinal et gaz stomacal, point de côté et crampe, vertige et nausée, fièvre et toux... Les faire localiser avec précision ; le « mal au cœur », par exemple, n'a rien à voir avec le cœur. En faire rechercher l'origine éventuelle et les soins à y apporter.

Prénom :

Date :

Cycle 3

# Reconnaître une situation d'urgence



## Alerte rouge !

S'entraîner

a. Parfois, les situations d'urgence ne sont pas les plus spectaculaires !

Lis le tableau ci-dessous puis **coche** la case « oui » lorsqu'il faut appeler un adulte à l'aide, et « non » lorsque ce n'est pas nécessaire.



	oui	non
Soudain, une dame s'assoit sur un banc. Elle est très pâle et en sueur. Elle cherche sa respiration et laisse tomber son sac.		
Il est 17 h, mon frère rentre de l'école. Il a très faim et s'affale dans le fauteuil en soupirant.		
En se mettant à table, Pierre me raconte qu'il vient de tomber dans les escaliers et il s'endort d'un coup.		
Ma petite sœur fait un collier de perles et chantonne. Soudain, plus de chanson ; elle semble s'étouffer.		
Je regarde notre voisin, M. Monin, tondre sa pelouse. Sa tondeuse hoquette bruyamment et s'arrête. Il lève les bras au ciel.		
En entrant dans la pièce, je vois M <sup>me</sup> Cilon couchée par terre. Elle inspecte le placard qui se trouve sous l'évier.		

b. Voici 6 situations d'extrême urgence :

*un incendie – une inondation – une avalanche – un accident de la route – une fuite de gaz – un tremblement de terre.*

Lis les descriptions ci-dessous et **note** pour chacune la situation correspondante.

Sa vitesse peut aller de 30 à 400 km/h et elle peut avoir jusqu'à 2 m d'épaisseur. Son bruit s'entend de loin. \_\_\_\_\_

Elle peut arriver progressivement ou être très brutale en cas de rupture de digue, par exemple. \_\_\_\_\_

On peut sentir une odeur très particulière, mais ce sont surtout des maux de tête, des nausées et des vomissements qui doivent alerter. \_\_\_\_\_

On peut l'entendre et reconnaître son odeur ; sa fumée fait tousser. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



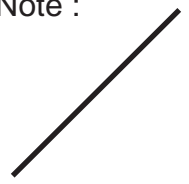
Prénom :

Date :

Cycle 3

# Reconnaître une situation d'urgence

Note :



## Alerte rouge !

a. Parfois, les situations d'urgence ne sont pas les plus spectaculaires !

**Lis** le tableau ci-dessous puis **coche** la case « oui » lorsqu'il faut appeler un adulte à l'aide, et « non » lorsque ce n'est pas nécessaire.



Se corriger

	oui	non
Soudain, une dame s'assoit sur un banc. Elle est très pâle et en sueur. Elle cherche sa respiration et laisse tomber son sac.	X	
Il est 17 h, mon frère rentre de l'école. Il a très faim et s'affale dans le fauteuil en soupirant.		X
En se mettant à table, Pierre me raconte qu'il vient de tomber dans les escaliers et il s'endort d'un coup.	X	
Ma petite sœur fait un collier de perles et chantonne. Soudain, plus de chanson ; elle semble s'étouffer.	X	
Je regarde notre voisin, M. Monin, tondre sa pelouse. Sa tondeuse hoquette bruyamment et s'arrête. Il lève les bras au ciel.		X
En entrant dans la pièce, je vois M <sup>me</sup> Cilon couchée par terre. Elle inspecte le placard qui se trouve sous l'évier.		X

b. Voici 6 situations d'extrême urgence :

*un incendie – une inondation – une avalanche – un accident de la route – une fuite de gaz – un tremblement de terre.*

**Lis** les descriptions ci-dessous et **note** pour chacune la situation correspondante.

Sa vitesse peut aller de 30 à 400 km/h et elle peut avoir jusqu'à 2 m d'épaisseur. Son bruit s'entend de loin. *une avalanche*

Elle peut arriver progressivement ou être très brutale en cas de rupture de digue, par exemple. *une inondation*

On peut sentir une odeur très particulière, mais ce sont surtout des maux de tête, des nausées et des vomissements qui doivent alerter. *une fuite de gaz*

On peut l'entendre et reconnaître son odeur ; sa fumée fait tousser. *un incendie*

# 1

## Préalables

### Objectifs

- Être attentif aux autres
- Savoir reconnaître une situation d'urgence
- Savoir quel service prévenir en cas d'urgence
- Savoir quoi faire en attendant les secours

### Activités préparatoires

- Faire lister les différents services de secours à contacter en cas d'urgence. Rappeler aux élèves que leur appel sera redirigé vers le bon service, si besoin est.
- À l'occasion d'un incident connu de tous, demander aux élèves ce que doit faire un témoin. Rappeler qu'il vaut mieux prévenir un adulte qu'appeler les services d'urgence, et qu'il faut se mettre soi-même en sécurité ! Demander ce qu'il faut faire lorsqu'il y a une victime, l'essentiel étant de la rassurer en restant près d'elle, en lui parlant, et de la couvrir pour la réchauffer. Rappeler qu'il ne faut en aucun cas bouger un blessé.
- Mettre en place des jeux de rôle, trois élèves jouant le rôle d'une victime et de deux témoins. Rappeler à cette occasion qu'un enfant peut se trouver seul avec un adulte en difficulté, et que les blessures ou les maux ne sont pas toujours apparents (ex. : malaise cardiaque).
- Définir les notions de *catastrophe* et de *risque naturel*. Organiser une recherche sur les catastrophes d'origine naturelle ou criminelle : tempête, inondation, tremblement de terre, incendie, et sur les gestes de prévention.

# 2

## La fiche

### Découvrir

#### Des situations d'urgence pour lesquelles il faut donner l'alerte

- Lors de la correction de l'exercice a., faire justifier les réponses. Faire comprendre que des symptômes normaux après un effort (rougeur, sueur, fatigue) sont inquiétants sans raison apparente ou après un choc.
- Lors de la correction de l'exercice b., faire expliciter les risques pour le témoin. Rappeler qu'il faut toujours penser à sa propre sécurité.

### Aller plus loin

- Travailler sur l'odorat. Indiquer aux élèves que certaines odeurs (gaz, fumée) peuvent signaler un danger pour lequel il faut donner l'alerte.
- Organiser une recherche auprès de la mairie, sur les risques naturels locaux et les modalités de prévention et d'alerte mises en place.
- Faire faire une recherche sur les différentes causes d'intervention des pompiers. Organiser la visite d'une caserne.

Prénom :

Date :

Cycle 3

# Décrire une situation



## À l'aide !

# S'entraîner

a. Tous deux témoins d'un accident, Luc et Justine ont averti les services de secours. Voici ce qu'ils ont dit :



*Mes parents ont aménagé une chambre d'amis dans la mansarde. Il y a des lits superposés et un canapé. C'est là aussi qu'il y a l'ordinateur. C'est pour ça qu'on y était. Je jouais à l'ordinateur et ma petite sœur, elle était sur le lit du haut. Depuis qu'elle a six ans, elle me suit partout... Je l'ai entendu tomber. Je crois qu'elle s'est cognée contre la table de nuit que maman vient d'acheter. Elle pleure beaucoup et elle dit qu'elle a mal au bras. J'ai calé son bras avec le gros coussin vert du canapé.*



*Je vous appelle du haut des gorges du Viair. Cette balade était prévue depuis longtemps. Nous avons suivi le chemin de randonnée qui domine la rivière. Il n'est pas bien entretenu et la marche n'était pas facile. Nous avons vu des campeurs installés près de la rivière, en amont du petit pont. Les parents lisaient près de leur tente et un petit garçon jouait avec son chien plus loin. Arrivés près du barrage, nous avons entendu un grand bruit d'eau. C'était impressionnant ! Nous avons compris qu'il y avait un lâcher d'eau. Mon ami a vite sorti son appareil pour prendre des photos. Mais moi, j'ai tout de suite pensé à la famille.*

**Barre** les informations inutiles et **encadre** les informations essentielles.

b. **Écris** quatre mots dans chaque colonne.

Membres de la famille	Lieux d'habitation	Bâtiments publics	Lieux en ville	Lieux à la campagne

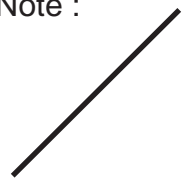
Prénom :

Date :

Cycle 3

# Décrire une situation

Note :



## À l'aide !

a. Tous deux témoins d'un accident, Luc et Justine ont averti les services de secours. Voici ce qu'ils ont dit :



Mes parents ont aménagé une chambre d'amis dans la mansarde. Il y a des lits superposés et un canapé. C'est là aussi qu'il y a l'ordinateur. C'est pour ça qu'on y était. Je jouais à l'ordinateur et ma petite sœur, elle était sur le lit du haut. Depuis qu'elle a six ans, elle me suit partout... Je l'ai entendu tomber. Je crois qu'elle s'est cognée contre la table de nuit que maman vient d'acheter. Elle pleure beaucoup et elle dit qu'elle a mal au bras. J'ai calé son bras avec le gros coussin vert du canapé.



Je vous appelle du haut des gorges du Viair. Cette balade était prévue depuis longtemps. Nous avons suivi le chemin de randonnée qui domine la rivière. Il n'est pas bien entretenu et la marche n'était pas facile. Nous avons vu des campeurs installés près de la rivière, en amont du petit pont. Les parents lisaient près de leur tente et un petit garçon jouait avec son chien plus loin. Arrivés près du barrage, nous avons entendu un grand bruit d'eau. C'était impressionnant! Nous avons compris qu'il y avait un lâcher d'eau. Mon ami a vite sorti son appareil pour prendre des photos. Mais moi, j'ai tout de suite pensé à la famille.

**Barre** les informations inutiles et **encadre** les informations essentielles.

b. **Écris** quatre mots dans chaque colonne.

Membres de la famille	Lieux d'habitation	Bâtiments publics	Lieux en ville	Lieux à la campagne
père	immeuble	mairie	quartier	étang
cousin	maison	école	place	pré
tante	résidence	église	carrefour	rivière
nièce	lotissement	bibliothèque	centre-ville	hameau

Se corriger

## 1

## Préalables

**Objectifs**

- Savoir décrire un lieu, une situation et présenter une victime
- Pouvoir décrire l'état d'une victime
- Parvenir à sélectionner les faits essentiels d'un événement

**Activités préparatoires**

- Faire décrire très précisément plusieurs photos de lieux. Travailler sur le vocabulaire relatif à l'habitat, aux espaces verts, aux voies de communication... Organiser un jeu de piste : dans la cour, un élève choisit un lieu et décrit le chemin à suivre à un camarade (tout droit, tourner à gauche après l'arbre, etc.). Si celui-ci n'a pas trouvé le lieu indiqué, tous deux reprennent les indications données afin de les améliorer.
- Faire rechercher dans le dictionnaire, puis expliquer dans un langage simplifié, ce que sont un évanouissement et un coma. Faire rappeler comment surveiller l'état de conscience d'une victime (en lui parlant, en lui posant des questions, etc.)

## 2

## La fiche

**Découvrir****Comment informer efficacement les services de secours**

- Pour l'exercice a., organiser des petits groupes pour les plus jeunes. Faire relever, expliquer les mots difficiles. Faire dessiner et résumer les deux situations : Où ? Qui ? Quoi ? Rappeler la bonne attitude à avoir lorsqu'on appelle les secours : *parler clairement et calmement, être précis et donner toutes les informations nécessaires à l'intervention*. Procéder à la mise en commun des résumés.
- Au moment de la correction de l'exercice a., faire justifier les réponses. Faire recopier les informations retenues dans chaque cas, et les faire réutiliser dans le cadre d'un dialogue reconstitué entre le témoin et un service de secours.
- Pour l'exercice b., faire lister toutes les propositions. Élargir l'exercice aux voies de communication, aux points d'eau, aux commerces, etc.

**Aller plus loin**

- Former des équipes de deux. Faire réaliser, par l'un des deux élèves, un dessin élémentaire, qu'il « dictera » ensuite à son camarade. Faire confronter les deux versions.
- Faire décrire de nombreuses photographies représentant des personnages de tous âges, d'origines différentes, vus sous des angles divers. Jouer au jeu du portrait. Pour cela, décrire à la classe l'une des personnes photographiées, et faire deviner de qui il s'agit.

Prénom :

Date :

Cycle 3

Décrire l'état d'une personne



Dans tous ses états

S'entraîner

Lucie est témoin d'un malaise. Elle appelle les secours qui lui demandent si la victime est consciente ou respire.

a. **Souligne** ce qu'elle peut faire pour savoir si la victime est consciente.

1. lui donner à boire ;
2. lui demander son nom ;
3. lui demander de lever la main ;
4. lui demander où elle a mal ;
5. lui demander de cligner des yeux ;
6. lui demander d'aller prendre l'air ;
7. lui demander d'écrire son adresse.



b. **Cite** deux manières de vérifier que la victime respire.

---

---

---

c. Le secouriste veut prendre le pouls de la victime. **Mets une croix** à l'endroit où il doit poser ses doigts.



d. **Souligne** la bonne réponse.

Pendant combien de temps compte-t-on les pulsations ?

10 s - 15 s - 20 s - 25 s - 30 s

Par combien multiplie-t-on le nombre de pulsations trouvées ?

2 - 3 - 4 - 5 - 6

Pourquoi ?

---

---



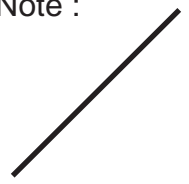
Prénom :

Date :

Cycle 3

## Décrire l'état d'une personne

Note :



### Dans tous ses états

Se corriger

Lucie est témoin d'un malaise. Elle appelle les secours qui lui demandent si la victime est consciente ou respire.

a. **Souligne** ce qu'elle peut faire pour savoir si la victime est consciente.

1. lui donner à boire ;
2. lui demander son nom ;
3. lui demander de lever la main ;
4. lui demander où elle a mal ;
5. lui demander de cligner des yeux ;
6. lui demander d'aller prendre l'air ;
7. lui demander d'écrire son adresse.



b. **Cite** deux manières de vérifier que la victime respire.

*Le ventre et la poitrine se soulèvent.*

*En se penchant sur la victime, on entend et on sent son souffle sur notre joue.*

c. Le secouriste veut prendre le pouls de la victime. **Mets une croix** à l'endroit où il doit poser ses doigts.



d. **Souligne** la bonne réponse.

Pendant combien de temps compte-t-on les pulsations ?

10 s - 15 s - 20 s - 25 s - 30 s

Par combien multiplie-t-on le nombre de pulsations trouvées ?

2 - 3 - 4 - 5 - 6

Pourquoi ?

*Le pouls s'exprime en pulsations par minute.*

*Il y a 60 secondes dans une minute, ce qui est égal à 4 x 15 secondes.*

## 1

**Objectifs**

Savoir quoi faire en attendant les secours

Pouvoir déterminer si une victime est consciente et si elle respire

## Préalables

**Activités préparatoires**

- Faire rappeler toutes les informations qu'un témoin doit transmettre au sujet d'une victime, lorsqu'il donne l'alerte (qui elle est, son état de conscience, la ventilation, etc.).
- Faire élaborer différents scénarios d'urgence : une chute, un malaise, une blessure... Organiser un jeu de rôle, un élève jouant le rôle d'une victime, deux autres élèves jouant le rôle des témoins. L'enseignant est l'interlocuteur du SAMU. À l'aide d'une grille de critères, faire évaluer l'attitude du témoin secouriste par les autres élèves de la classe : *Sait-il poser les bonnes questions sur la douleur ? Déterminer l'état de conscience et la ventilation ? Rassurer la victime ?*
- Pour information, faire prendre le pouls sur soi et sur un camarade, au poignet et au cou. Faire rappeler pourquoi on sent le pouls en plusieurs endroits du corps. Expliquer qu'on prend habituellement le pouls d'une victime à la carotide – grosse artère à la partie supérieure du cou – et que cette information est de moins en moins demandée, en raison du trop grand nombre d'erreurs commises.

## 2

**Découvrir****Les bons réflexes pour aider une victime**

- La fiche sert à évaluer les compétences des élèves. Pour cela, elle doit être couplée avec une mise en situation.
- Lors de la correction de l'exercice b., faire lister les réponses adéquates.

## La fiche

**Aller plus loin**

- Faire lister les questions que l'on peut poser à la victime d'un malaise : *Est-ce que cela lui est déjà arrivé ? Souvent ? Est-ce qu'elle prend des médicaments ? Les a-t-elle pris aujourd'hui ?*
- Faire comprendre la notion d'incohérence dans le discours. Bien que le discours d'un blessé soit incohérent, un témoin doit continuer à lui parler pour le maintenir éveillé.
- Organiser la visite en classe d'un secouriste du SAMU.

Prénom :

Date :

## Cycle 3

# Connaître le monde de la santé



## De toute urgence

S'entraîner

a. Remplis le tableau suivant.

Pour...	J'appelle	Je compose
une voiture en panne sur le bord de la route		
une urgence médicale à domicile ; un blessé par accident ; un malaise dans un lieu public		
un feu, un incendie ; un accident de la route ; un accident domestique ; une explosion ; un dégagement de gaz ou de vapeurs toxiques ; une noyade ; une inondation		
toute situation d'urgence, si l'on ne sait pas qui appeler		

b. Observe l'équipement de ces pompiers. Imagine pourquoi ils ont été appelés.



©www.progalea.free.fr

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

c. Complète ce texte.

L'\_\_\_\_\_ conduit la victime à l'hôpital.

Elle met sa \_\_\_\_\_ en route. Elle peut aussi actionner son \_\_\_\_\_ pour être bien visible. Elle est équipée du matériel nécessaire aux premiers\_\_\_\_\_.

Les secouristes transportent la victime sur un \_\_\_\_\_ à l'intérieur du service des\_\_\_\_\_. Ils décrivent son état à un\_\_\_\_\_. Ce service est ouvert jour et nuit pour accueillir les malades et les \_\_\_\_\_.

© Maif / ruedesecoles

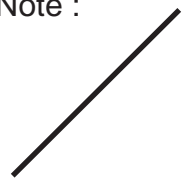
Prénom :

Date :

Cycle 3

# Connaître le monde de la santé

Note :



## De toute urgence

a. Remplis le tableau suivant.

Pour...	J'appelle	Je compose
une voiture en panne sur le bord de la route	la police	17
une urgence médicale à domicile ; un blessé par accident ; un malaise dans un lieu public	le SAMU	15
un feu, un incendie ; un accident de la route ; un accident domestique ; une explosion ; un dégagement de gaz ou de vapeurs toxiques ; une noyade ; une inondation	les pompiers	18
toute situation d'urgence, si l'on ne sait pas qui appeler	un service de secours	15, 18, 112

b. Observe l'équipement de ces pompiers. Imagine pourquoi ils ont été appelés.



©www.progalea.fr.ec.fr

un accident

un incendie

un dégagement de vapeurs toxiques

c. Complète ce texte.

L' ambulance conduit la victime à l'hôpital.

Elle met sa sirène en route. Elle peut aussi actionner son gyrophare pour être bien visible. Elle est équipée du matériel nécessaire aux premiers soins.

Les secouristes transportent la victime sur un brancard à l'intérieur du service des urgences. Ils décrivent son état à un médecin. Ce service est ouvert jour et nuit pour accueillir les malades et les blessés.

© Maif / ruedesecoles

## 1

## Préalables

**Objectifs**

- Connaître les numéros d'urgence
- Connaître le métier de sapeur-pompier
- Connaître quelques métiers de la santé
- Savoir ce qui arrive aux victimes après un accident

**Activités préparatoires**

- Faire lister les documents où l'on peut trouver les différents numéros des services d'urgence (annuaire, documents municipaux, Internet, etc.).
- Organiser une recherche sur les pompiers : leur histoire, leur mission, leur préparation... Organiser la visite d'une caserne de pompiers. À cette occasion, mettre en évidence que les pompiers interviennent dans tous les cas où une vie est en danger, et pas seulement sur les incendies.
- Faire préparer l'interview d'un gendarme et d'un médecin urgentiste.
- Organiser une réflexion sur les hôpitaux et les cliniques : les modalités d'admission, le personnel soignant, les différents services, etc., en s'appuyant sur l'expérience des élèves.
- Faire apporter en classe des documents sur le transport des malades : les différentes ambulances, leur évolution, le personnel...

## 2

## La fiche

**Découvrir****Le monde de la santé**

- La fiche sera utilisée soit comme support de départ de la recherche, soit comme outil d'évaluation des connaissances acquises au cours de la recherche.
- Pour l'exercice a., lire toutes les missions inscrites dans le tableau et s'assurer que les élèves comprennent bien chacune des situations évoquées.
- Utiliser la fiche pour introduire des notions de sens civique et de respect : il ne faut pas appeler le SAMU ou les pompiers s'il n'y a pas de danger ; les canulars font perdre un temps précieux qui pourrait permettre de sauver des vies.

**Aller plus loin**

- Faire étudier le vocabulaire relatif aux soins. Faire observer différents ustensiles médicaux (pinces, seringues, aiguilles, plâtre...) afin de dédramatiser certains soins.
- Organiser une sortie dans le quartier pour faire repérer la pharmacie, le centre médical, le cabinet d'infirmières, l'hôpital...
- Faire constituer un dossier et des affiches sur les professionnels de la santé : leurs missions, leurs lieux d'exercice, leurs tenues vestimentaires, etc., illustrés de dessins et de photographies. Organiser une exposition dans l'école.

Prénom :

Date :

Cycle 3

# Secourir : les règles de base



S'entraîner

## Les bons réflexes

a. Pour chaque vignette, **écris** le nom du traumatisme correspondant :  
*traumatisme dorsal – traumatisme du membre supérieur – traumatisme du membre inférieur.*

b. Dans chaque cas, **souligne** ce qu'il faut faire, en attendant les secours, pour que la blessure ne s'aggrave pas, et **barre** ce qu'il ne faut pas faire.



- Empêcher le blessé de bouger.
- Envelopper sa blessure dans un bandage.
- Surveiller la conscience et la ventilation.

---

---



- Mettre la victime à l'ombre.
- Couvrir la victime et la réconforter.
- Empêcher la blessée de bouger.
- Surveiller la conscience et la ventilation.

---

---



- Donner de l'eau au blessé.
- Empêcher tout mouvement de la victime.
- Couvrir la victime et la réconforter.
- Surveiller la conscience et la ventilation.

---

---



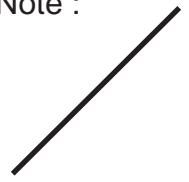
Prénom :

Date :

Cycle 3

# Secourir : les règles de base

Note :



Se corriger

## Les bons réflexes

a. Pour chaque vignette, **écris** le nom du traumatisme correspondant :  
*traumatisme dorsal – traumatisme du membre supérieur – traumatisme du membre inférieur.*

b. Dans chaque cas, **souligne** ce qu'il faut faire, en attendant les secours, pour que la blessure ne s'aggrave pas, et **barre** ce qu'il ne faut pas faire.



- ~~Empêcher le blessé de bouger.~~
- ~~Envelopper sa blessure dans un bandage.~~
- Surveiller la conscience et la ventilation.

Traumatisme du membre supérieur



- Mettre la victime à l'ombre.
- Couvrir la victime et la réconforter.
- Empêcher la blessée de bouger.
- Surveiller la conscience et la ventilation.

Traumatisme du membre inférieur



- ~~Donner de l'eau au blessé.~~
- Empêcher tout mouvement de la victime.
- Couvrir la victime et la réconforter.
- Surveiller la conscience et la ventilation.

Traumatisme dorsal

# 1

## Préalables

### Objectifs

Être capable de réagir face à un traumatisme

### Activités préparatoires

- Travailler sur le squelette : *à quoi sert-il ? Quelles sont ses principales parties ?* Faire nommer certains os ; expliquer son fonctionnement ; faire étudier les articulations. Faire observer des radios. Montrer le traumatisme s'il y en a un, sous réserve qu'il ne soit pas trop impressionnant.
- Faire connaître les principaux traumatismes : dorsal, du membre supérieur, du membre inférieur. Évoquer éventuellement dans quelles circonstances ils peuvent se produire, en s'appuyant sur l'expérience des élèves. Faire rappeler ce qu'il faut faire en attendant les secours. Faire rechercher pourquoi il ne faut jamais faire boire, ni déplacer un blessé. Informer les élèves de ce que peut faire le secouriste dans chaque cas de traumatisme.
- Demander aux élèves ce qu'ils savent du secourisme et des gestes de premiers secours. Mettre en évidence que certains gestes, pratiqués avant l'arrivée des secours, peuvent sauver des vies ; préciser cependant qu'il vaut mieux laisser les adultes gérer la situation.

# 2

## La fiche

### Découvrir

#### Comment agir en présence d'un blessé

- Distribuer d'abord une photocopie des illustrations. Faire décrire précisément chaque scène : Qui ? Où ? Qu'a-t-il pu se passer ? Que faudrait-il faire ? Puis faire répondre aux questions.
- Lors de la correction, faire lister et classer les bons et les mauvais gestes. Faire compléter cette liste. Rappeler qu'en toutes circonstances, il faut garder son calme, maintenir le blessé éveillé, le couvrir et l'empêcher de bouger.
- Suite au travail sur les services d'urgence, demander aux élèves par qui, où et comment les blessés vont être transportés.

### Aller plus loin

- À partir des listes établies au moment de la correction de la fiche, faire réaliser une affiche présentant les règles de base pour secourir une victime, et l'afficher en classe et dans les couloirs.
- Inviter un secouriste en classe et organiser une démonstration.

Prénom :

Date :

Cycle 3

Secourir : les règles de base (2)



## Faute de goût !

S'entraîner

a. Observe ces illustrations puis **indique**, pour chaque vignette, les précautions à prendre pour ne pas s'intoxiquer.



---

---

---



---

---

---



---

---

---

b. Que faut-il faire en cas d'intoxication ?

---

---

c. Cite au moins trois signes d'étouffement.

---

---

---

---



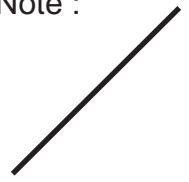
Prénom :

Date :

Cycle 3

## Secourir : les règles de base (2)

Note :



### Faute de goût !

a. **Observe** ces illustrations puis **indique**, pour chaque vignette, les précautions à prendre pour ne pas s'intoxiquer.



Il faut toujours lire la notice avant de prendre un médicament et respecter l'ordonnance du médecin.



Il faut lire l'étiquette des produits nettoyants avant usage.



Il faut toujours montrer les champignons que l'on ramasse à un pharmacien.

b. Que faut-il faire en cas d'intoxication ?

Appeler le centre antipoison.

c. Cite au moins trois signes d'étouffement.

La victime a la bouche ouverte. Elle ne parle pas. Elle n'arrive pas à respirer. Elle ne peut pas tousser. Les muscles de son cou sont tendus. Elle devient rouge violacée.



Se corriger

## 1

## Préalables

**Objectifs**

- Savoir prévenir toute intoxication
- Pouvoir réagir en cas d'intoxication
- Reconnaître les signes d'étouffement

**Activités préparatoires**

- Faire lister les causes possibles d'intoxication : aliments, médicaments, gaz, produits chimiques, stupéfiants... Rappeler quelques règles de prévention : *ne pas goûter les produits nettoyants ou de soin ; bien faire réchauffer les aliments et ne pas manger du poisson ou de la viande ayant séjourné trop longtemps à l'extérieur d'un réfrigérateur ; ne pas prendre de médicament sans avis médical...* Demander aux élèves comment ils réagiraient face à un cas d'empoisonnement. Expliquer qu'il est fortement déconseillé de faire vomir quelqu'un, en particulier lorsqu'on ne connaît pas la cause de l'empoisonnement. Faire rechercher le numéro du centre antipoison de la région.
- Faire réfléchir aux causes possibles d'étouffement. En déduire les règles de prévention à respecter. Suite au travail sur le corps, expliquer ce qui arrive au niveau du système respiratoire lorsqu'on avale de travers. Montrer que, souvent, quelques accès de toux permettent de rétablir la situation, mais qu'il peut arriver que les voies aériennes restent obstruées. Faire lister les signes d'étouffement.

## 2

## La fiche

**Découvrir****Intoxication et étouffement : prévenir et agir**

- La fiche sert de support d'évaluation des connaissances.
- Rappeler aux élèves qu'il vaut mieux prévenir que secourir, et laisser les adultes gérer la situation.

**Aller plus loin**

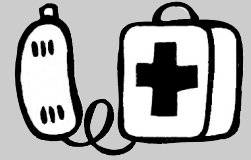
- Faire connaître la manœuvre de Heimlich (qui consiste à comprimer rapidement le creux de l'estomac pour dégager les voies respiratoires), en précisant qu'il vaut mieux ne pas effectuer cette manœuvre délicate.
- Travailler sur les médicaments. Faire lire des ordonnances et des notices. Faire lister les éléments d'une armoire à pharmacie idéale. Demander ce qu'il faut faire des médicaments non utilisés. Organiser la visite en classe d'un pharmacien.
- Faire composer un dossier sur les champignons et les plantes toxiques, sans oublier les plantes d'ornement.

Prénom :

Date :

Cycle 3

Secourir : les gestes simples



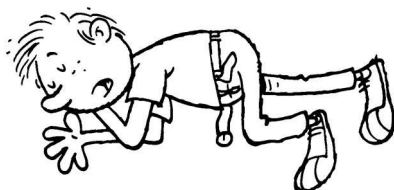
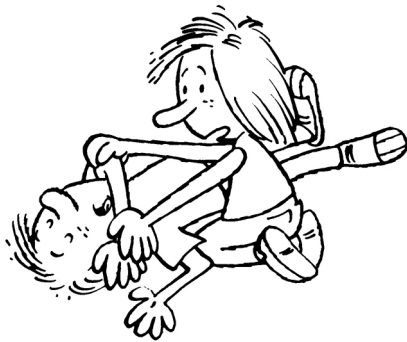
S'entraîner

## PLS : position latérale de sécurité

Complète le texte avec les mots suivants :

*les poumons – le poignet – le genou – la jambe – la bouche – la langue – la main.*

Un blessé inconscient doit être mis sur le côté pour que tout liquide situé dans l'arrière-gorge s'écoule par la bouche, sans aller dans \_\_\_\_\_ . Il faut aussi empêcher \_\_\_\_\_ de faire obstacle au passage de l'air.



1. Se mettre à genoux, à côté de la victime. Saisir \_\_\_\_\_ de la victime. Dégager le bras un peu plus haut que la ligne des épaules. Le dos de la main est contre le sol.
2. Prendre d'une main le bras opposé de la victime. Placer le dos de sa main contre son oreille, en tenant le coude. Puis maintenir la main de la victime contre son oreille, paume contre paume.
3. De l'autre main, relever \_\_\_\_\_ opposée en l'attrapant sous le genou (garder le pied au sol).
4. Tirer lentement et régulièrement la jambe pliée vers soi jusqu'à ce que \_\_\_\_\_ touche le sol. (Si les épaules ne tournent pas, le sauveteur doit coincer le genou de la victime avec son propre genou et achever la rotation en saisissant les épaules avec la main ainsi libérée).
5. Retirer délicatement \_\_\_\_\_ placée sous la tête, en maintenant le coude.
6. Fléchir la jambe du dessus pour que la hanche et le genou soient à angle droit.
7. Ouvrir \_\_\_\_\_ de la victime.

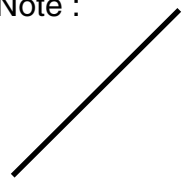
Prénom :

Date :

Cycle 3

# Secourir : les gestes simples

Note :



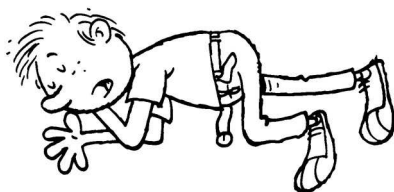
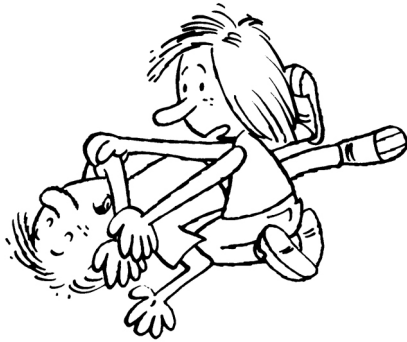
Se corriger

## PLS : position latérale de sécurité

**Complète** le texte avec les mots suivants :

*les poumons – le poignet – le genou – la jambe – la bouche – la langue – la main.*

Un blessé inconscient doit être mis sur le côté pour que tout liquide situé dans l'arrière-gorge s'écoule par la bouche, sans aller dans *les poumons*. Il faut aussi empêcher *la langue* de faire obstacle au passage de l'air.



1. Se mettre à genoux, à côté de la victime.  
Saisir *le poignet* de la victime.  
Dégager le bras un peu plus haut que la ligne des épaules. Le dos de la main est contre le sol.

2. Prendre d'une main le bras opposé de la victime. Placer le dos de sa main contre son oreille, en tenant le coude.  
Puis maintenir la main de la victime contre son oreille, paume contre paume.

3. De l'autre main, relever *la jambe* opposée en l'attrapant sous le genou (garder le pied au sol).

4. Tirer lentement et régulièrement la jambe pliée vers soi jusqu'à ce que *le genou* touche le sol. (Si les épaules ne tournent pas, le sauveteur doit coincer le genou de la victime avec son propre genou et achever la rotation en saisissant les épaules avec la main ainsi libérée).

5. Retirer délicatement *la main* placée sous la tête, en maintenant le coude.

6. Fléchir la jambe du dessus pour que la hanche et le genou soient à angle droit.

7. Ouvrir *la bouche* de la victime.