



ADOPTER LES BONS GESTES FACE AUX VAGUES DE CHALEUR

■ DESCRIPTION DE LA RESSOURCE

Thématique

Vague de chaleur – risques de déshydratation et de noyade

Enseignement(s) concerné(s)

- Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions
- Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique
- Explorer le monde

Objectifs d'apprentissage de la séance

- Comprendre que la chaleur est à l'origine de risques (déshydratation, noyade).
- Intégrer des gestes adaptés pour prévenir ces risques.

Références aux programmes

Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions

L'oral

- Comprendre et apprendre.
- Échanger et réfléchir avec les autres.
- Commencer à réfléchir sur la langue et acquérir une conscience phonologique (acquérir et développer la syntaxe, enrichir le vocabulaire).

Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique

- Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés (« La découverte du milieu aquatique est favorisée le plus tôt possible afin de permettre à tous les enfants l'acquisition de l'aisance nécessaire pour y évoluer en toute sécurité »).

Explorer le monde

Se repérer dans le temps et l'espace

- **Le temps** : se repérer dans un temps court (la journée) et long (succession des saisons).
- **L'espace** : découvrir l'environnement (« L'observation constitue une activité centrale. Elle est d'abord conduite à « hauteur d'élève » au sein de l'école et de ses abords (la classe, l'école, le village, le quartier, etc.) puis permet la découverte d'espaces moins familiers (selon les cas, campagne, ville, mer, montagne, etc.), à partir de documents et de situations vécues en milieu naturel lors de sorties scolaires régulières »).

Explorer le monde du vivant, des objets et de la matière

- Découvrir le monde vivant (« À travers les activités physiques vécues à l'école, les enfants apprennent à mieux connaître et maîtriser leur corps. Ils comprennent qu'il leur appartient, qu'ils doivent en prendre soin pour se maintenir en forme et favoriser leur bien-être. Cette éducation à la santé vise l'acquisition de premiers savoirs et savoir-faire relatifs à une hygiène de vie saine »). Attendus de fin de cycle : Prendre en compte les risques de l'environnement familial proche (objets et comportements dangereux, produits toxiques).

La séance contribue :

- au parcours citoyen de l'élève ;
- à la démarche école promotrice de Santé ;
- au développement des compétences psychosociales :
 - ↳ **cognitives** : avoir conscience de soi et prendre des décisions constructives.

■ DESCRIPTION DE LA SÉANCE

Support(s) pédagogique(s) utilisé(s)

[Planche de coloriage](#) à télécharger sur le site de la Fédération Française des Maîtres-Nageurs Sauveteurs (FFMNS).

Matériel nécessaire

Frise de déroulement de la journée ou matériel plastique pour construire un bonhomme à colorier, indicateurs type pince à linge, aimant, scratch...

[Carte de vigilance météorologique](#) du site météo France.

Durée de la séance

Activité en continu sur la journée / 45 minutes pour le risque de noyade.



Proposition de déroulement

Phase 1 - Identifier la situation de forte chaleur

Objectif : montrer aux élèves que les fortes chaleurs modifient les comportements du quotidien.

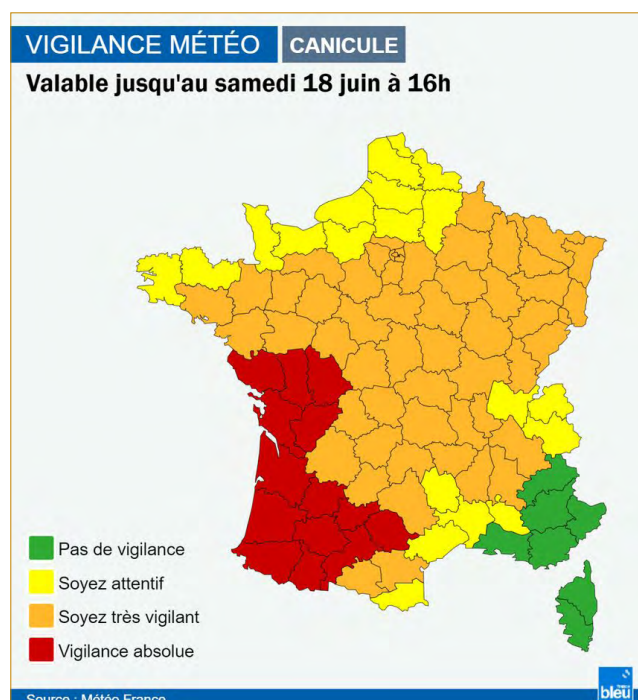
Lors de l'atelier du matin, au début de la vague de chaleur ou lorsqu'elle est annoncée pour les prochains jours : l'enseignant regroupe les enfants autour de lui et les questionne sur le temps qu'il fait, sur leurs tenues pour savoir si elles sont adaptées à la chaleur (casquettes, chapeaux, shorts, etc.). Ce temps permet d'attirer l'attention des élèves sur les signes qu'il fait particulièrement chaud.

Pour les plus grands : le professeur peut expliquer aux élèves que l'école est toujours en situation verte, jaune, orange ou rouge (couleurs correspondant aux degrés de vigilance météo). Il peut leur expliquer qu'à partir du moment où l'école n'est plus verte, cela veut dire qu'il fait plus chaud que d'habitude :

- vert – pas de vigilance ;
- jaune – dès la vigilance jaune : on adopte les bons gestes ;
- orange ;
- rouge.

Expliquer aux élèves que pour toutes les couleurs excepté le vert, les gestes de vigilance s'appliquent : il faut boire de l'eau très souvent (toutes les heures) sans attendre d'avoir soif.

Pendant les périodes de vigilance jaune, orange ou rouge, lorsque l'enseignant décide de mettre en œuvre les activités qui suivent, il peut afficher chaque jour dans la classe la carte du département de l'école avec la couleur correspondant au niveau de vigilance du jour.



[Les cartes de vigilance météo](#) sont disponibles sur le site de Météo France.



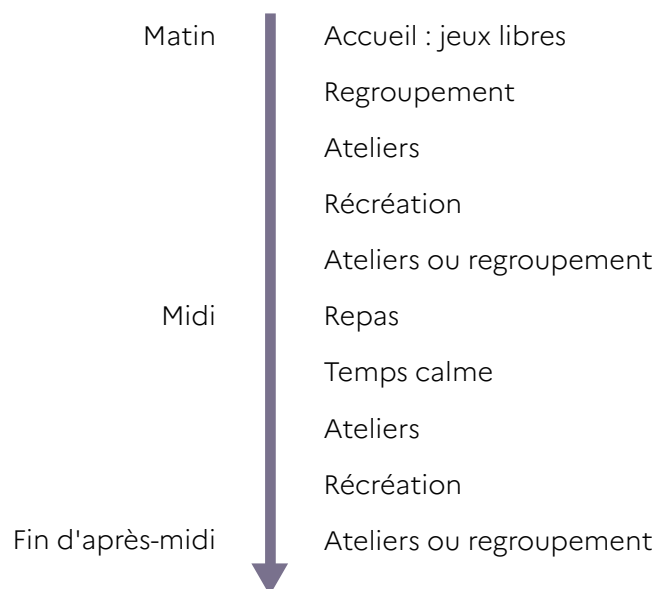
Phase 2 – Sensibiliser les élèves au risque de déshydratation

Objectif : apprendre aux élèves qu'ils doivent boire de l'eau au moins toutes les heures, sans attendre d'avoir soif.

Option d'activité n°1

À partir de la frise du déroulement de la journée qui est dans la classe, désigner un élève pour marquer les moments où les élèves vont boire.

Par exemple, si l'on se réfère à la proposition de frise suivante :



Après chaque étape de la journée, les élèves doivent aller boire de l'eau. Un élève est désigné à la journée pour venir placer un élément (scratch, pince à linge, aimant...) sur la frise lorsque l'étape est terminée et que tous les élèves se sont hydratés.

L'élément positionné sur la frise en temps de forte chaleur peut représenter visuellement un verre d'eau, un robinet, une goutte d'eau... pour marquer à la fois la fin de l'activité concernée mais également le fait que tous les enfants se sont hydratés.

En cas d'adaptation des activités de la journée (exemple : récréation de l'après-midi à l'intérieur, dans une salle au frais), il est possible de se reporter à la frise et rappeler aux enfants que le déroulé de la journée est modifié en raison de la forte chaleur.

Option d'activité n°2 : le bonhomme qui a soif

L'enseignant peut confectionner, seul ou avec les élèves lors d'un atelier, un bonhomme à colorier, à imprimer ou à construire à échelle 1. Le bonhomme est divisé en x parties correspondant aux étapes de la journée à l'école (accueil, regroupement, ateliers, etc.).

À la fin de chaque étape, un enfant vient coller / aimanter / tirer une languette / colorier... pour que la partie correspondante du bonhomme devienne bleue : cela signifie que tous les enfants ont bu de l'eau. À la fin de la journée, le bonhomme doit être complètement rempli. S'il ne l'est pas, l'enseignant interpelle les enfants pour qu'ils se rendent compte qu'il est indispensable de boire à chaque étape et pour que le lendemain le bonhomme devienne complètement bleu.

Il est possible de représenter un bonhomme qui porte des vêtements amples et légers, un chapeau, des lunettes de soleil et de la crème solaire pour qu'il respecte les consignes à suivre en cas de vague de chaleur.



Phase 3 – Sensibiliser les élèves au risque de noyade

Objectif : apprendre aux élèves à ne pas se mettre dans une situation de danger et à identifier les adultes auxquels ils doivent se référer lorsqu'ils se baignent.

Information à destination de l'enseignant : le terme noyade correspond à « une insuffisance respiratoire résultant de la submersion ou de l'immersion en milieu liquide. » (OMS). On distingue trois types de noyades : la noyade mortelle, la noyade non mortelle avec séquelles et la noyade non mortelle sans séquelles.

Lors d'un atelier avec les élèves, leur demander ce qu'ils font pour se rafraîchir en temps de fortes chaleurs, pour en venir à l'idée que lorsqu'il fait chaud, il est agréable d'aller se baigner (à la mer, à la piscine municipale, dans la piscine du jardin). Introduire les consignes de mise en sécurité lorsque l'on se baigne : il faut toujours demander la permission à ses parents avant d'aller dans l'eau, même quand on a appris à nager, et toujours porter ses brassards de sécurité.

Activité : [planche de coloriage](#) téléchargeables sur le site de la Fédération Française des Maîtres-Nageurs Sauveteurs (FFMNS).

Illustration n°1 : demander aux élèves de repérer et de colorier sur l'image la personne qui doit les surveiller.

Illustration n°2 : demander aux élèves de repérer et de colorier sur l'image la situation de danger, l'adulte qui peut porter secours à l'enfant qui se noie et le poste de secours.

Illustration n°3 : a priori non adaptée pour des élèves de PS et MS, peut éventuellement être utilisée avec des élèves de GS s'ils bénéficient de séances d'apprentissage de la nage.

■ POUR ALLER PLUS LOIN

Site RISQUES – Prévention des risques majeurs : [canicule](#)

Santé Publique France : plaquette « [Prévenir les risques liés aux fortes chaleurs chez l'enfant](#) »

Guide ORSEC départemental S6 – Disposition spécifique « [gestion sanitaire des vagues de chaleur](#). »

Santé Publique France – Surveillance épidémiologique des noyades. [Résultats de l'enquête noyades 2021](#).

Dispositif - [Apprendre à porter secours \(APS\) du cycle 1 au cycle 3](#) sur éducol

Ministère des sports - [Prévention des noyades et développement de l'aisance aquatique](#)

Les cours OASIS – Conseil d'architecture, d'urbanisme et de l'environnement (CAUE) [de la ville de Paris](#)

