

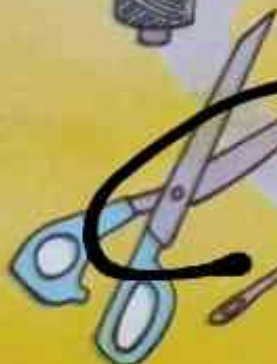
ECONOMIE FAMILIALE

2ème ANNEE

Economie
domestique



Couture



Alimentation

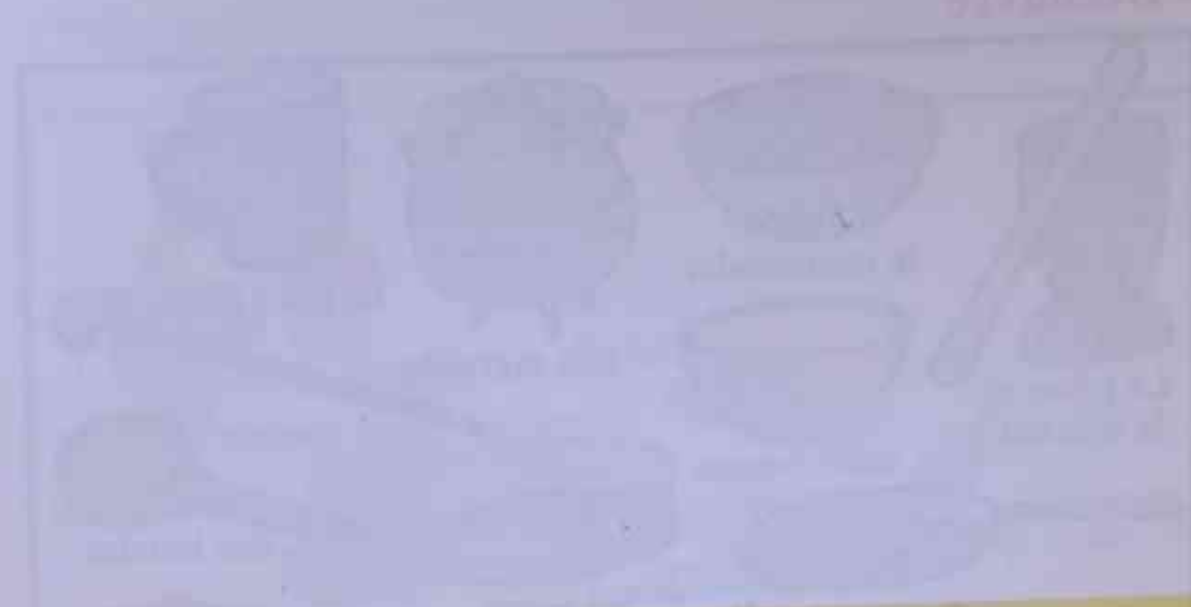


Puériculture



Handwritten signature in black ink.

ECONOMIE FAMILIALE
LIVRE DE L'ELEVE
2^{ème} ANNEE



ALIMENTATION

LES USTENSILES DE CUISINE

• Découvre



• Utilise tes connaissances :

- la tasse plate sert à ...
- la tasse creuse sert à ...
- la calabasse est utilisée pour ...
- Maman prépare le repas dans ...
- Le couteau sert à ...
- La cuillère sert à ...
- La fourchette sert à ...
- Le bol sert à ...

• Retiens :

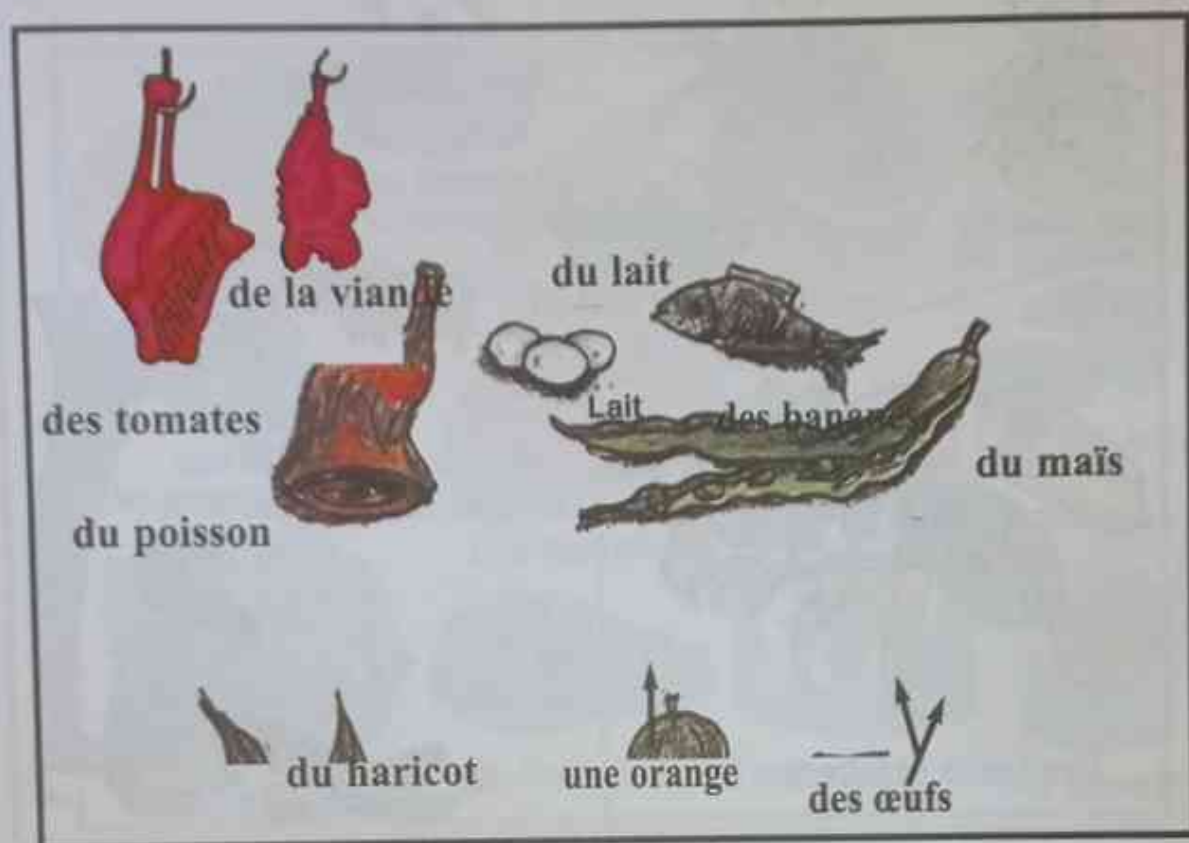
Le riz, le couscous se mangent dans la tasse plate. La tasse creuse est utilisée pour servir la bouillie ou la sauce. La calabasse sert à laver le mil, le riz et à brasser le couscous. Maman prépare les repas dans la marmite. Le couteau sert à couper la viande, le poisson, les fruits, les légumes. La cuillère sert à consommer les aliments liquides ou peu consistants. La fourchette sert à manger les aliments. Le bol sert à boire de l'eau, du lait, du café...

• Vérifie tes connaissances : Relie ces ustensiles de cuisine à leur fonction :

- la calabasse
- le couteau
- la marmite
- couper les aliments
- laver le mil, le riz, brasser le couscous
- cuire les aliments

LES ALIMENTS

• Découvre



• Retiens :

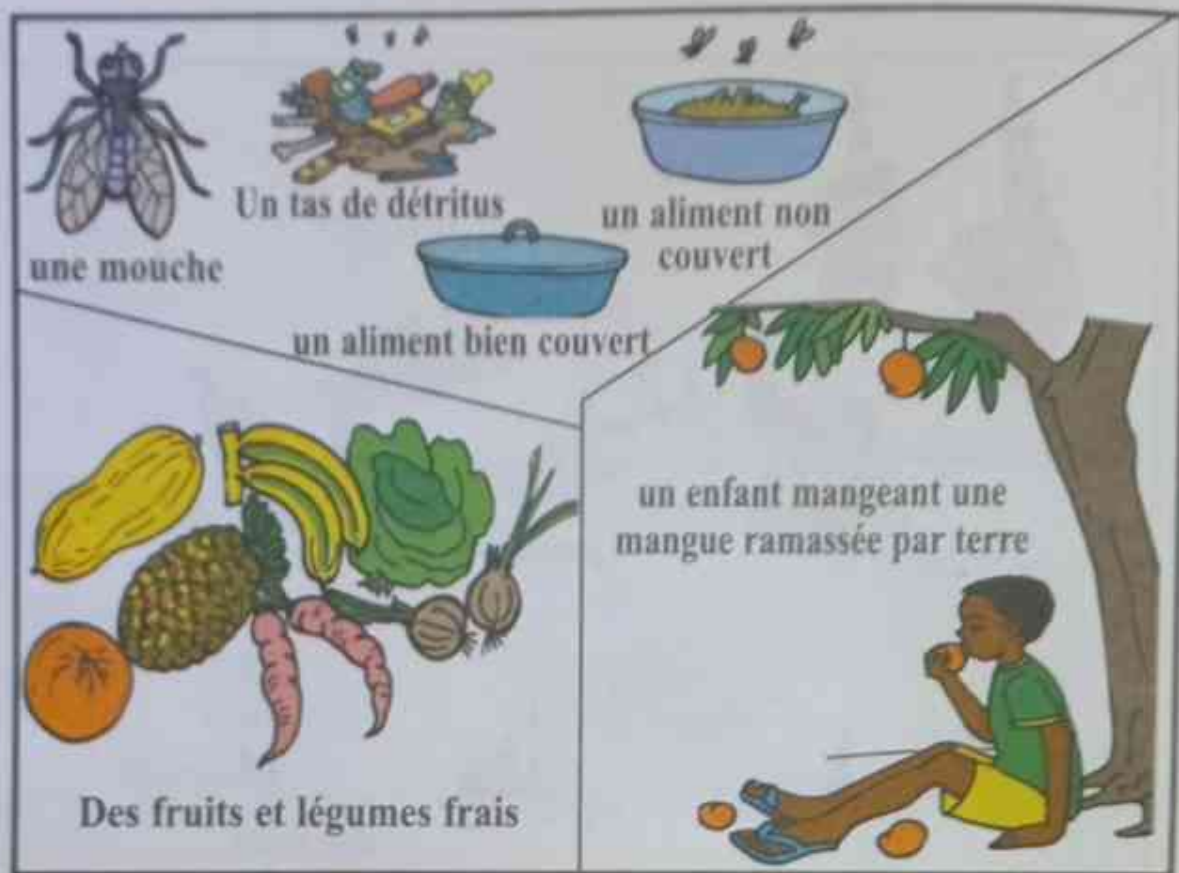
La viande, le poisson, le lait, l'œuf, l'huile, les céréales (exemple : le mil), les fruits (exemple : la mangue, l'orange, le citron), les légumes (exemple : la salade, la tomate, le chou ...) sont des aliments. Nous mangeons pour grandir, pour avoir de la force et pour nous protéger contre les maladies.

- **Vérifie tes connaissances :**
 - Cite trois (3) aliments que tu manges
 - Dessine deux (2) aliments de ton choix

- **Mots importants :** *céréales, fruits, légumes*

HYGIÈNE DES ALIMENTS

• Découvre



• Retiens :

L'hygiène des aliments est l'ensemble des mesures à observer pendant la préparation, la cuisson et la consommation des aliments. Une bonne hygiène des aliments nous permet d'éviter certaines maladies. Pour une bonne hygiène des aliments il faut :

- se laver les mains avec de l'eau et du savon avant de manger et à la sortie des toilettes ;
- couvrir les aliments pour les mettre à l'abri de la poussière, des mouches et d'autres insectes
- laver les aliments à consommer cru avec de l'eau savonneuse, javellisée ou de l'eau additionnée de permanganate de potassium ;
- manger des aliments propres et sains.

• Vérifie tes connaissances :

Que doit-on faire avant de consommer une carotte, une aubergine locale, du manioc cru ?

• Mots importants : eau de javel, permanganate de potassium

LA COLLATION

• Découvre



• Retiens :

La collation est une nourriture légère qui apaise la faim entre les repas. Les aliments recommandés pour une bonne collation sont les suivants :

- les fruits frais : la papaye, la mangue, l'orange, le fruit du karité...
- les jus de fruits naturels : le Jus d'orange, le jus de tamarin...
- les fruits secs : les dattes, les raisins secs...
- les légumes frais crus : la carotte, le concombre, la salade, la tomate...
- le lait, le fromage, le yaourt
- l'arachide, la noix de coco.

• Vérifie tes connaissances :

Cite deux (2) aliments recommandés pour le goûter.

• Mots importants : collation, fromage, goûter

LA PRÉPARATION DE LA SAUCE VINAIGRETTE

- Découvre



- **Utilise tes connaissances :**

La sauce vinaigrette se prépare de la façon suivante :

- mettre dans un bol du vinaigre
- y faire fondre le sel
- ajouter l'huile en dernier lieu et remuer vivement.

- Retiens :

Pour préparer une sauce vinaigrette, il faut prendre une (1) cuillerée à soupe de vinaigre pour trois (3) cuillerées à soupe d'huile.

• Vérifie tes connaissances :

Prépare une sauce vinaigrette

• **Mots importants :** *sauce vinaigrette*



PUERICULTURE

NOTION DE SANTÉ

• Découvre



• Retiens :

La santé est un état de bien être physique et mental.

Pour être en bonne santé, il faut :

- faire de l'exercice physique
- avoir un bon sommeil
- avoir une bonne alimentation
- vivre dans un milieu propre.

• Vérifie tes connaissances :

Dis ce que tu dois faire pour être en bonne santé.

LES MESURES D'HYGIÈNE CORPORELLE

• Découvre



• Retiens :

Le lavage quotidien du corps avec de l'eau et du savon, le brossage des dents après chaque repas, l'entretien des cheveux et des ongles sont des mesures d'hygiène corporelle.

• Vérifie tes connaissances :

Cite deux (2) mesures d'hygiène corporelle.

MESURES D'HYGIÈNE VESTIMENTAIRE

• Découvre



Un enfant bien habillé



Un vêtement propre



Un habit déchiré et sale



Des enfants mal habillés

• Retiens :

Pour s'habiller correctement il faut porter des vêtements propres, adaptés au climat et au corps.

• Vérifie tes connaissances :

Cite deux (2) mesures d'hygiène vestimentaire.

PRÉVENTION DES ACCIDENTS

• Découvre



• Retiens :

Il ne faut pas grimper aux arbres, sur les murs quand on est petit afin de ne pas faire une chute dangereuse.

Je ne jouerai pas dans les eaux où je peux me noyer.

La morsure de serpent est mortelle ; j'éviterai de jouer dans les maisons abandonnées, les hautes herbes. En cas de morsure de serpent, je préviendrai mes parents pour me rendre à l'hôpital.

• Vérifie tes connaissances : Répondre par Vrai ou Faux

- . Je peux jouer sans danger sur un arbre
- . Je peux me baigner sans danger dans un fleuve
- . Je préviendrai rapidement mes parents en cas de morsure de serpent.

LE CARNET DE VACCINATION

• Découvre



Une femme présentant le carnet de vaccination à l'agent de santé





Un enfant atteint de poliomyélite



La partie Recto



La partie verso

Les différentes parties d'un carnet de vaccination

• Retiens :

Le carnet de vaccination est un petit cahier qui comporte :

1. l'identité de l'enfant
2. les différentes vaccination et leur date d'administration
3. les maladies contre lesquelles l'enfant doit être vacciné.

• Vérifie tes connaissances :

Qu'est-ce qu'un carnet de vaccination ?

ECONOMIE DOMESTIQUE

LES MESURES D'HYGIÈNE DU MILIEU

• Découvre



l'insalubrité du milieu ambiant

• Retiens :

Le milieu doit être propre pour éviter des maladies. Les toilettes, la salle de classe, la cour de l'école et ses abords doivent être propres.

Les ordures doivent être déposées dans une poubelle munie de couvercle.

• Vérifie tes connaissances :

Cite deux (2) manières de rendre le milieu propre

LE MATÉRIEL D'ENTRETIEN

• Découvre



• Utilise tes connaissances :

- Le balai sert à
- La brosse sert à
- La tête de loup sert à enlever
- La serpillière est utilisée pour
- On met les ordures dans
- La brouette permet de transporter.....
- La pelle sert à
- Le rateau permet de ramasser les
- La daba sert à enlever
- l'éponge sert à

• Retiens :

Le matériel d'entretien se compose de :

- du balai qui sert à balayer,
- la brosse et l'éponge qui servent à frotter les portes et fenêtres etc...,
- la tête de loup utilisée pour nettoyer le plafond et les murs,
- la serpillière qui permet de nettoyer le sol,
- la pelle et le rateau qui servent à ramasser les ordures,
- la daba qui est utilisée pour désherber,
- la brouette qui sert à transporter les ordures,
- la poubelle qui est destinée à recevoir les ordures.

• Vérifie tes connaissances : Relie ces images à leur fonction



- . nettoyer le sol
- . frotter les portes
- . transporter les ordures
- . nettoyer les murs et le plafond

LES PRODUITS D'ENTRETIEN

• Découvre



• Utilise tes connaissances :

- Le savon sert à ...
- L'eau sert à ...
- L'eau de javel est utilisée pour ...
- Le crésyl sert à ...

• Retiens :

Les produits d'entretien sont : le savon, l'eau, l'eau de javel, la cendre et le crésyl. Le savon et l'eau servent à laver le sol. L'eau de javel et la cendre servent à désinfecter les toilettes.

- ### • Vérifie tes connaissances :
- Relie chaque produit à son rôle d'usage
- | | |
|-------------|----------------------------|
| • Le savon | évite les mauvaises odeurs |
| • L'eau | lave le sol |
| • La cendre | |

L'ENTRETIEN DE LA CLASSE

• Découvre



• Utilise tes connaissances :

- Pourquoi doit-on balayer la salle de classe ?
- A quoi sert l'arrosage ?
- Pourquoi lave-t-on le sol cimenté ou carrelé ?
- Pourquoi doit-on nettoyer les murs et le plafond de la classe ?
- Pourquoi essuie-t-on le bureau du maître, les chaises ?

• Retiens :

Les murs et le plafond de la classe sont nettoyés avec une tête de loup pour enlever les toiles d'araignée. Le sol de la classe est arrosé avant d'être balayé. Il est lavé pour le rendre plus propre. Le bureau du maître, les tables, les chaises sont essuyés avec un chiffon pour enlever les poussières.

• Vérifie tes connaissances :

- Dis pourquoi la salle de classe doit être balayée régulièrement
- Dis l'importance de l'arrosage avant de balayer.

UTILISATION DE LA POUBELLE

• Découvre



• Retiens :

Une poubelle est un récipient destiné à recevoir les ordures. Les ordures ne doivent pas traîner dans la salle de classe et dans la cour de l'école. Les ordures doivent être déposées dans une poubelle propre, munie de couvercle.

• Vérifie tes connaissances : Répondre par Vrai ou Faux

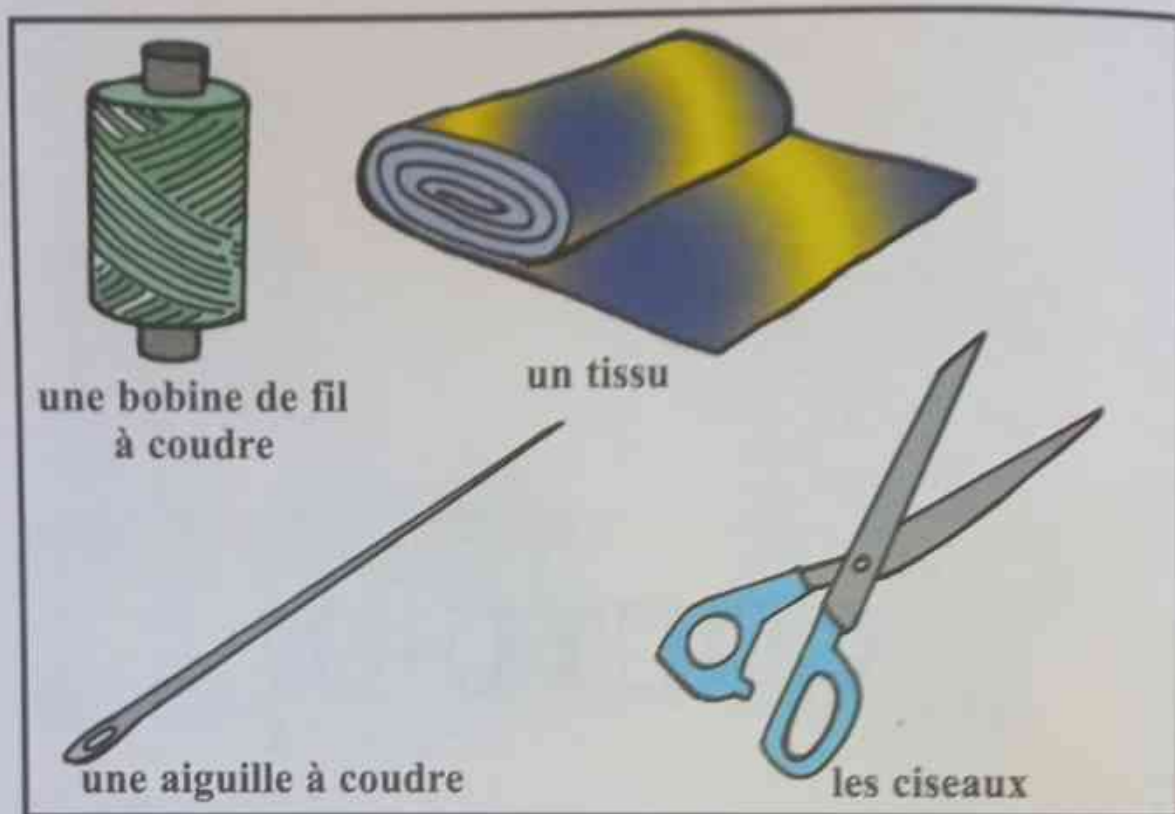
- une poubelle doit être propre
- la poubelle doit être couverte
- la poubelle ne doit pas être vidée régulièrement
- je ne jette pas les morceaux de papier par terre



COUTURE

LE MATÉRIEL DE COUTURE

• Découvre



• Utilise tes connaissances :

Le tissu sert à fabriquer les vêtements

L'aiguille sert à coudre

Le fil est utilisé pour coudre les vêtements

Les ciseaux servent à couper le fil et le tissu.

• Retiens :

Le matériel de couture se compose de tissu, de fil, de l'aiguille, des ciseaux, etc.

• Vérifie tes connaissances :

– Dessine deux (2) matériels de ton choix.

PROGRESSION 2^{ème} ANNÉE

La progression proposée ne prétend pas être un modèle. Elle suggère comment l'enseignement des thèmes peut-être conduit de façon alternée et non linéaire.

Volets		Contenus	Mois
Alimentation		Les ustensiles de cuisine	Octobre
Economie Domestique		Le matériel d'entretien	1 ^{ère} Semaine
Puériculture		Notion de santé	2 ^{ème} Semaine
Couture		Le matériel de couture : le tissu	3 ^{ème} Semaine
			4 ^{ème} Semaine
Alimentation		Les aliments	Novembre
Economie Domestique		Les produits d'entretien	1 ^{ère} Semaine
Puériculture		Hygiène corporelle	2 ^{ème} Semaine
Couture		Le matériel de couture : les aiguilles	3 ^{ème} Semaine
			4 ^{ème} Semaine
Alimentation		Hygiène des aliments	Décembre
Economie Domestique		Utilisation de la poubelle	1 ^{ère} Semaine
			2 ^{ème} Semaine
Alimentation		Collation	Janvier
Economie Domestique		Entretien de la classe	1 ^{ère} Semaine
Puériculture		Hygiène vestimentaire	2 ^{ème} Semaine
Couture		Le matériel de couture : les fils	3 ^{ème} Semaine
			4 ^{ème} Semaine
Alimentation		La sauce vinaigrette (préparation)	Février
Economie Domestique		Mesures d'hygiène du milieu	1 ^{ère} Semaine
Puériculture		Carnet de vaccination	2 ^{ème} Semaine
Couture		Le matériel de couture : les ciseaux	3 ^{ème} Semaine
			4 ^{ème} Semaine
Alimentation		Révision	Mars
Economie Domestique		Révision	1 ^{ère} Semaine
			2 ^{ème} Semaine
Alimentation		Révision Générale	Avril
Economie Domestique		Révision	1 ^{ère} Semaine
Puériculture		Prévention des accidents	2 ^{ème} Semaine
Couture		Le matériel de couture : Révision	3 ^{ème} Semaine
			4 ^{ème} Semaine
Puériculture		Révision	Mai
Couture		Révision	1 ^{ère} Semaine
			2 ^{ème} Semaine
Puériculture		Révision Générale	Juin
Couture		Révision Générale	1 ^{ère} Semaine
			2 ^{ème} Semaine

Table des Matières

Alimentation

Les Ustensiles de Cuisine	3
Les Aliments	4
L'Hygiène des Aliments	5
La Collation	6
Préparation de la Sauce Vinaigrette	7

Puericulture

La Notion de Santé	9
Les Mesures d'Hygiène Corporelle	10
Les Mesures d'Hygiène Vestimentaire	11
La Prévention des Accidents	12
Le Carnet de Vaccination	13

Economie Domestique

Les Mesures d'Hygiène du milieu	15
Les Matériels d'entretien	16
Les Produits d'entretiens	17
L'Entretien de la Classe	18
Utilisation de la poubelle	19

Couture

Le Matériel de couture	21
Progression	22