



# Comment être en bonne santé ?

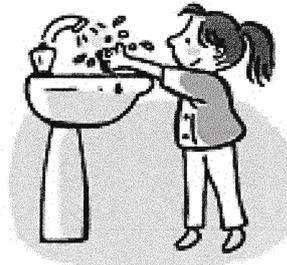
Enseignement  
moral et civique

Prénom : .....

Date : .....

1. **Observe** ce que fait chaque enfant sur les vignettes de gauche. Puis **indique**, en reliant les points, quel comportement serait plus adapté.

A



E

B



F

C



G

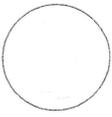
D



H

2. Quelles sont les bonnes habitudes pour rester en bonne santé ? **Surligne**-les.

se coucher tard - se coucher tôt - faire du sport - regarder la télé - sortir  
sans se couvrir - bien se couvrir - avoir les mains sales - se laver les mains



# Comment être en bonne santé ?

Enseignement  
moral et civique

➤ La sensibilité : Prendre soin de soi et des autres. Le soin du corps.

3. Classe les lettres correspondant aux comportements des enfants.

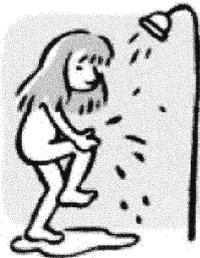
Les mauvaises habitudes	Les bonnes habitudes
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

4. Ecris la lettre qui convient sous chaque dessin. Je dois le faire ...

a tous les jours

b avant chaque repas

c après chaque repas



5. Explique et retiens ce que nous avons appris.

### J'ai compris que...

Pour être en forme et bien grandir, je dois :

- ..... régulièrement ;
- ..... dans la journée ;
- ..... suffisamment.

### Je retiens

- bouger
- dormir
- me laver