

Capsules du prof Jeunes Cœurs rythmés<sup>MC</sup>

# L'air que l'on respire

Maternelle et 1<sup>re</sup> année



# L'air que l'on respire : la fumée malodorante et des endroits sans fumée

## Résumé

Les élèves seront en mesure :

- de décrire comment la fumée du tabac les fait se sentir;
- de faire un symbole « Maison sans fumée ».

## Objectif

- Les élèves découvriront que la fumée du tabac est dangereuse et désagréable, et apprendront des stratégies pour l'éviter.

## Mots clés

fumée, sans fumée, tabac, cigarette, nocif pour la santé, dangereux, danger, toxique

## Matériel possible

- Matériel pour dessiner

## Étapes principales

Choisissez des activités parmi les suggestions suivantes pour adapter votre période d'apprentissage aux besoins de vos élèves.

### LES SENTIMENTS LIÉS À LA FUMÉE

#### Que savez-vous à ce sujet?

Écrivez les mots clés sur le tableau en veillant à ce que le mot « fumée » soit placé au centre. Examinez le nouveau vocabulaire avec vos élèves et demandez à ceux qui connaissent les mots de les expliquer à leurs camarades. Faites des exercices simples comme l'identification, la prononciation et le soulignement des mots inconnus.

Demandez aux élèves de trouver des mots qui décrivent ce qu'ils ressentent lorsqu'ils sentent de la fumée, et écrivez les mots ou dessinez des symboles représentatifs au tableau. Au besoin, posez des questions aux élèves, par exemple :

- Qu'est-ce que la fumée fait à vos yeux? *Chaleur, démangeaisons, picotements, brûlure, etc.*
- Que sent-elle? *Nauséabonde, malodorante, puante, etc.*
- Quels mots utiliseriez-vous pour décrire comment vous vous sentez quand vous respirez de la fumée de cigarette? *Malade, mal, étourdi, etc.*

Demandez aux élèves de mimer ce qu'ils ressentent lorsqu'ils respirent de la fumée du tabac. Encouragez-les à être très expressifs.

Avec la classe, créez avec les mots un poème sur l'odeur de la fumée. Ensuite, demandez aux élèves, individuellement ou en groupes, de créer un poème avec les mots ou de faire un dessin sur ce qu'ils ressentent lorsqu'ils respirent de la fumée.

Distribuez la fiche d'activité « La fumée malodorante ».

- Demandez aux élèves de réfléchir à ce qu'ils viennent de décrire, puis de faire un dessin qui montre comment la fumée du tabac est nocive pour la santé et comment ils se sentent.

Expliquez ce qui suit :

- La fumée de cigarette et des autres produits du tabac est malodorante et toxique. Elle rend le cœur et le corps malades.
- Certaines personnes fument même lorsqu'elles ne le veulent pas, car c'est très difficile pour elles d'arrêter.
- Les personnes qui fument ne tombent pas malades immédiatement, mais elles peuvent le devenir en vieillissant.
- Les jeunes peuvent demander aux fumeurs de ne pas fumer près d'eux.
- Bien que les élèves voient parfois fumer des personnes qui sont importantes pour eux, ils peuvent aimer les qualités de ces personnes et ne pas aimer qu'elles fument.

## L'air que l'on respire : la fumée malodorante et des endroits sans fumée

---

### DES ENDROIT SANS FUMÉE

Expliquez que dans de nombreuses régions du Canada, il est interdit de fumer dans la plupart des lieux publics.

Avec la classe, trouvez des stratégies que les élèves pourraient utiliser pour éviter la fumée du tabac.

Présentez un éventail de suggestions telles que :

- demander aux gens qui fument d'arrêter;
- demander aux gens de fumer à l'extérieur ou dans une autre pièce;
- demander aux gens de ne pas fumer dans une voiture en présence d'enfants;
- quitter la pièce;
- ouvrir une fenêtre;
- faire de la maison, d'une certaine pièce ou de la voiture un environnement sans fumée.

Distribuez la fiche d'activité « Des endroits sans fumée ».

- Invitez les élèves à colorier le symbole, et à créer leur propre symbole ou à désigner des endroits sans fumée.

### Révision et résumé

Récapitulez les principaux messages :

- Vivre sans fumée permet de garder le corps et le cœur en santé.
- Il existe plusieurs stratégies pour éviter la fumée du tabac.

### Liens avec la maison

- Invitez les élèves à apporter la fiche d'activité et leur symbole sans fumée à la maison pour les montrer à leurs parents ou tuteurs, et pour parler de la façon de garder les endroits où ils jouent et leur communauté sans fumée.
- Demandez aux élèves de se promener dans leur quartier avec leur famille et de montrer les endroits où ils aiment aller et où il est interdit de fumer (p. ex., la cours d'école, le centre des loisirs, la bibliothèque, le centre commercial, etc.).

### Activités supplémentaires et intégration

- Demandez aux élèves de faire d'autres symboles « Lieu sans fumée » et de les placer à divers endroits dans l'école.

### Évaluation

- Surveillez les discussions des élèves et les dessins sur la fumée malodorante pour vous assurer qu'ils savent que la fumée du tabac est dangereuse.

# La fumée malodorante



La fumée du tabac est nocive pour la santé.  
Elle fait battre le cœur trop rapidement et nuit au corps de nombreuses façons.  
La fumée du tabac est aussi malodorante et rend la respiration difficile.

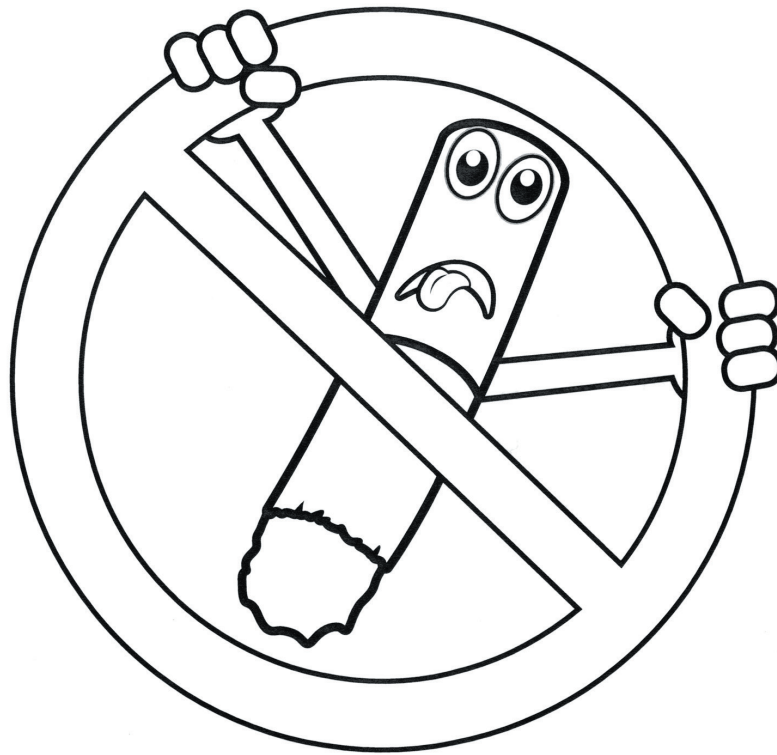
Quels dessins peux-tu faire pour montrer de quelles façons  
la fumée du tabac commercial est nocive?



# Des endroits sans fumée



Colorie ce symbole et utilise-le pour montrer aux gens à quels endroits ils ne peuvent pas fumer.



Crée ton propre symbole sans fumée!

