

L'enfant et son corps - Cycle 1

Réalisation : François Lusignan et les enseignants de l'école S.Lacore, Bergerac, décembre 2007.
Document mis à jour par les CPD maternelle et sciences, septembre 2025.

Points du programme (2025)

- Ils apprennent également à identifier, nommer les différentes parties du corps et à mieux le connaître. Les élèves comprennent progressivement que leur corps 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 pour préparer les élèves à prendre soin d'eux-mêmes et des autres. Elle intègre une première approche des questions nutritionnelles qui peut être liée à une éducation au goût.

Objectifs d'apprentissage

Avant 4 ans	Après 4 ans	Après 5 ans
Nommer et représenter quelques parties du corps humain.	Connaître les parties du corps humain.	Identifier et nommer quelques articulations et la segmentation des membres. Se représenter avec un corps articulé en mouvement.

Objectifs de connaissance (pour l'enseignant)

- Le schéma corporel est une perception que chacun a de son propre corps, de ses différentes parties, de sa position par rapport à la verticale ou à l'horizontale, de ses mouvements.
- Le schéma corporel renvoie à l'image du corps. Il permet progressivement à l'élève de prendre conscience de son corps et de la place qu'il occupe dans l'espace.

L'enfant et son corps - Cycle 1

Cette ressource permet de mener plusieurs séances sur le thème général du corps de l'enfant. Les activités ont été testées avec des GS, MS et PS en suivant une même progression quant aux thèmes des séances. Un des choix effectués a été de ne pas inclure de séance sur les 5 sens ou sur l'hygiène pour lesquels il existe par ailleurs de nombreuses ressources et qui feront d'utiles compléments. Il a par contre été développé un aspect plus original qui est la comparaison du corps de l'enfant avec le corps d'autres animaux. L'objectif est de faire germer l'idée qu'il y a un lien de parenté qui unit tous les êtres vivants en raison de leur histoire évolutive commune.

Réalisation : François Lusignan, décembre 2007.

Avec la participation active des collègues de l'école maternelle Suzanne Lacorre de Bergerac. Dessins d'animaux par Bruno Chanet.

Matériel

- Pantins bois articulés
- Tubes en carton ou PVC

Espace science

Prolongement dans l'espace « sciences »

- Albums:
 - « Va t'en grand monstre vert! » de Ed Emberley
 - « Agathe », P. Teulade et JC Sarrazin
 - « Il est où », C Voltz
- Pantin bois articulé et pantin en papier et attaches parisiennes.

Étape 1 : Le silhouette de son corps

Séance 1: Représentations initiales des élèves:

L'enseignant.e demande aux élèves de dessiner leurs corps.

Séance 2: Présentation d'un tableau de Keith Haring

Tous niveaux

Pour les PS, leur corps est représenté par une boule et des traits donc tracer la silhouette du corps permet de se rendre compte que les membres ont une épaisseur et que le tronc est d'une forme ovale.



Organisation:

- 1- Présentation du tableau de Keith Haring et verbalisation des élèves sur ce qu'ils observent. Émergence des différentes parties du corps.
- 2- Par binôme, un élève s'allonge sur une grande feuille de papier. L'autre élève trace le contour du corps d'abord avec la main puis avec un feutre.
 - L'enseignant veillera à rectifier le contour tracé par les élèves afin qu'il ne soit pas trop éloigné du corps.

Séance 3: Nommer les différentes parties de son corps

Au préalable, les silhouettes ont été découpées par un adulte.

L'enseignant.e demande aux élèves de peindre d'une couleur différente chaque partie du corps.

Prolongement possible : Jouons avec nos mains

Les jeux de doigts sont nombreux et bien connus en maternelle. Parmi tous ceux qu'on pourra dire et apprendre, **Monsieur Pouce** présente l'intérêt de montrer la caractéristique principale et exclusive du pouce de tous les primates, homme compris, parmi les mammifères. Il est **opposable** à tous les autres doigts et permet donc de saisir des objets.

Au delà du vocabulaire anatomique (nom des doigts, phalange, ongle, paume ...) On s'intéressera à la main d'un point de vue fonctionnel. La main peut faire beaucoup de choses grâce à la préhension rendue possible par un pouce opposable.

Monsieur Pouce dit bonjour :

Monsieur Pouce dit bonjour à papa (il touche l'index)

Monsieur Pouce dit bonjour à maman (il touche le majeur)

Monsieur Pouce dit bonjour au grand frère (il touche l'annulaire)

Monsieur Pouce dit bonjour au petit bébé (il touche l'auriculaire)

Monsieur Pouce dit au revoir et il va se coucher (il s'agite et se cache dans la main)

1. Tout ce que fait ma main

Tous niveaux

La comptine est répétée. Elle permet de dire et d'apprendre le nom des doigts. Le nom du papa, c'est le majeur ... Le majeur touche le pouce.

Qu'est ce qu'on fait avec notre main ?

On écrit, on colorie, on se gratte, on mange, on joue au puzzle, on fait un gâteau ...

La liste est très longue et permet de mener des activités de langage ultérieurement en groupes restreints.

2. Le tour de ma main

Tous niveaux

On fait le tour de sa main avec l'index. On nomme les doigts qu'on touche.

On change de main. Avec quelle main est-ce le plus facile ?

GS

Pour représenter leur main grandeur nature, les enfants la posent sur une feuille et en font le tour avec un stylo.

On fait le même exercice en changeant de main et on compare. On s'aperçoit qu'on a une main plus habile que l'autre.



3. Une main faite pour tenir

Tous niveaux. La différenciation se fait sur l'explication pour les plus grands, les petits font les jeux de doigts et tiennent un objet comme peut le faire l'éléphant, le singe, le chien, l'écrevisse ...

Avec quelques objets usuels (gros stylos feutres, gobelets, bouteille plastique ...), on cherche à comprendre quels doigts sont utilisés pour tenir.

Le nom des doigts est répété. On essaye de tenir l'objet avec :

- la main ... Très facile,
- 2 doigts seulement ... Facile ... Quels sont les doigts utilisés ? Toujours le pouce et un autre doigt,
- 2 doigts mais pas le pouce ... Difficile.

Rappel de la comptine : **Monsieur Pouce** touche tous les autres doigts.

Connaissez-vous un animal qui a une main pour tenir quelque chose ?

Les enfants pensent tout de suite au singe. Une image (en annexe) vient confirmer.

Est-ce que vous pouvez manger comme le petit singe ? Pourquoi ? Est-ce qu'on voit les pouces du singe ? Où sont-ils ?

Comment fait l'éléphant pour tenir sa nourriture ?

Comment fait le chien ?

Comment fait l'écrevisse ?

L'écrevisse est intéressante car elle peut saisir avec sa pince comme entre le pouce et l'index mais bien sûr ce n'est pas du tout la même structure anatomique (dessin en annexe).



Prolongement Arts plastiques / Tous niveaux

Les hommes préhistoriques ont représenté leurs mains sur les parois des grottes. La maîtresse présente quelques belles images (faciles à trouver sur la toile). Comment peut-on faire la même chose ?

On peut faire des mains en positif en posant la main dans un peu de peinture étalée puis en appliquant la main sur une feuille de dessin, un mur ...

Il est plus difficile de réaliser une main en négatif sauf si on dispose d'un petit pulvérisateur acheté dans une jardinerie.



Étape 2 : Le pantin et moi

Séance 1

1. J'ai un corps comme le pantin

Tous niveaux

Cette 1ère séance a pour but de faire beaucoup parler les enfants sur leur corps. L'utilisation du pantin permet de décentrer l'attention des enfants sur un objet puis de revenir à volonté sur leur propre corps comme objet de discussion. Le dialogue peut ainsi se développer autour de nombreuses pistes qui vont permettre de nourrir les séances suivantes :

- Les différentes parties du corps : on les nomme, on les touche. C'est une approche **anatomique**.

Jeu des musiciens et du chef d'orchestre : la maîtresse est chef d'orchestre. Elle frappe en cadence une partie du corps puis une autre en les nommant. Les enfants musiciens font de même et doivent suivre la musique.

- Ce que fait notre corps : il peut bouger et le pantin est une aide pour montrer et faire reproduire des mouvements. Il permet de nommer les différents segments et les endroits où ça peut plier (articulations). C'est une approche **fonctionnelle**. Avec notre corps, on ne fait pas que des mouvements : on mange, on boit, on dort, on respire ...



2. Peux-tu bouger comme le pantin ?

MS/ GS

En atelier, l'enseignant.e distribue un tube en carton à chaque élève et demande aux élèves de plier le bras. La notion d'articulation émerge.

La classe investit un espace d'évolution utilisé en EPS.

La maîtresse montre le pantin : il peut bouger. Et vous, pouvez-vous bouger comme le pantin?

L'enseignant.e montre une posture du pantin, les élèves la reproduisent. Il est possible de proposer à nouveau cette situation en eps et par binôme.

Proposer une posture impossible au pantin afin de créer une situation de questionnement afin de faire émerger la notion d'articulation.

Observations attendues : *Je peux faire bouger les poignets, les épaules, le cou, les hanches et les chevilles dans tous les sens en pliant d'avant en arrière, en tournant dans un sens ou dans l'autre. Je peux plier les coudes et les genoux d'une seule façon et je ne peux pas les faire tourner.*

3. Dessiner le pantin

MS/GS

Demander aux élèves de dessiner, à partir de 5 ans, un pantin en mouvement (en train de courir). Ce n'est sans doute pas le premier dessin du corps humain que font les enfants. Il sera d'ailleurs intéressant d'en avoir réalisé un ou plusieurs quelques temps avant pour mesurer les progrès (Cf représentations initiales). On pourra avant la représentation rappeler ce qu'on doit dessiner. Je n'oublie pas : les pieds, les jambes, les mains, le cou ...

Trace écrite

Après de 4 ans: membres avec photos de l'élèves (Placer les pièces d'un puzzle représentant le corps humain en nommant les bras, les mains, les jambes, la tête, le cou, le tronc, etc.)

Après 5 ans GS: membres+ les articulations avec photos de l'élèves (faire écrire les mots: Situer sur soi et nommer la cheville, le genou, le coude, la hanche, l'épaule, la cuisse, la jambe, le pied, le bras, l'avant-bras, le poignet, la main, etc.)