03 — JE PRENDS SOIN DE MES DENTS

SUPPORT 1 — JE DÉCOUVRE LE BROSSAGE DES DENTS

Prénom : _____ Date : _____

Notions travaillées : les moments du brossage, sa durée, le matériel et les gestes de la chanson.

Objectifs : retrouver les repères du brossage, reconnaître les parties des dents à nettoyer et comprendre le rôle de l'aide adulte.

Deux repères à retenir

Dans la chanson, le personnage brosse ses dents :
• le matin, après son petit-déjeuner ;
• le soir, avant de se coucher.

Deux fois par jour, pendant deux minutes à chaque brossage.

Avec quel matériel ?

Une brosse à dents aux poils souples.

Un dentifrice avec du fluor, adapté à son âge et choisi avec l'aide d'un adulte.

Quelles dents nettoyer ?

Les dents du haut et du bas, celles de devant et celles du fond.

Le personnage brosse du côté des joues, du côté de la langue et sur les surfaces qui servent à mâcher.

Il brosse doucement, sans appuyer fort.

Je complète

Utilise : deux — souples — adulte.

Chaque brossage dure _____ minutes.

La brosse possède des poils _____.

Pour apprendre les gestes,
un _____ peut m'aider.

03 — JE PRENDS SOIN DE MES DENTS

SUPPORT 2 — JE RECONNAIS ET JE COMPRENDS

Prénom : _____ Date : _____

1. Les moments de la chanson

Coche les deux moments cités.

☐ Le matin, après le petit-déjeuner.
☐ Après chaque page d'un livre.
☐ Le soir, avant de se coucher.

2. Choisis la bonne réponse

Pour brosser ses dents, le personnage utilise :
☐ Une brosse à dents aux poils souples.
☐ Une brosse à cheveux.

Son dentifrice doit être :
☐ Adapté à son âge.
☐ Choisi seulement pour la couleur du tube.

Pendant le brossage, il doit :
☐ Appuyer très fort.
☐ Brosser doucement.

3. Vrai ou faux ?

Il suffit de brosser les dents de devant.
☐ Vrai. ☐ Faux.

Le personnage recrache le dentifrice après le brossage.
☐ Vrai. ☐ Faux.

Il prête sa brosse à dents à ses amis.
☐ Vrai. ☐ Faux.

Un adulte peut l'accompagner et vérifier les gestes.
☐ Vrai. ☐ Faux.

03 — JE PRENDS SOIN DE MES DENTS

SUPPORT 3 — MES CARTES À DÉCOUPER

Prénom : _____ Date : _____

Quatre cartes REPÈRES

LE MATIN ET LE SOIR	**DEUX MINUTES**
BROSSER DOUCEMENT	**DEMANDER DE L'AIDE**

Quatre cartes PHRASES

Ce sont les deux moments du brossage dans la chanson.	**C'est la durée de chaque brossage.**
Je passe la brosse sans appuyer fort.	**« Peux-tu me montrer ? »**

À toi de jouer

1. Découpe les huit cartes.
2. Associe chaque repère à la phrase correspondante.
3. Retrouve la carte qui indique une durée.
4. Retrouve la carte qui indique les moments du brossage.
5. Lis la phrase qui permet de demander de l'aide.

Petit défi

Une autre personne lit une carte-phrase. Retrouve le repère correspondant.

03 — JE PRENDS SOIN DE MES DENTS

SUPPORT 4 — JE JOUE AVEC LES MOTS ET LES PHRASES

Prénom : _____ Date : _____

1. Deux fois ou deux minutes ?

Complète avec : deux fois — deux minutes.

Dans la chanson, le personnage brosse ses dents
_____ par jour.

Chaque brossage dure _____.

2. Les mots disparus

Complète avec : fond — langue — mâcher.

Je brosse les dents de devant et celles du _____.

Je nettoie du côté des joues
et du côté de la _____.

Je brosse aussi les surfaces
qui servent à _____.

3. La phrase à retrouver

Remets ces groupes de mots dans l'ordre.

MES DENTS — JE BROSSE — DOUCEMENT.

_____

4. Le petit théâtre

Personnage 1 : « Je ne sais pas comment brosser cette dent du fond.
Peux-tu me montrer ? »
L'adulte : « Oui, je vais t'aider et vérifier avec toi. »
Personnage 1 : « Merci, je prends le temps d'apprendre. »

Lisez ou jouez la scène, puis échangez les rôles.
Vous pouvez utiliser des figurines, sans réaliser de brossage.

03 — JE PRENDS SOIN DE MES DENTS

SUPPORT 5 — MON PETIT DÉFI

Prénom : _____ Date : _____

Défi 1 — Les deux nombres

Combien de fois par jour le personnage brosse-t-il ses dents ?

_____

Combien de minutes dure chaque brossage ?

_____

Défi 2 — Je n’oublie aucune zone

Coche les trois zones citées dans la chanson.

☐ Du côté des joues.
☐ Du côté de la langue.
☐ Sur les surfaces qui servent à mâcher.
☐ Seulement la dent que je vois le mieux.

Défi 3 — J’ai compris

Pour terminer plus vite, un personnage appuie très fort avec sa brosse. Est-ce le geste de la chanson ?
☐ Oui. ☐ Non.

Peut-il prêter sa brosse à dents à un camarade ?
☐ Oui. ☐ Non.

Peut-il demander l’aide d’un adulte ?
☐ Oui. ☐ Non.

Défi 4 — Une phrase pour apprendre

Le personnage ne sait pas comment atteindre une dent du fond. Que peut-il demander ?

_____

Mon petit bilan

☐ Je connais les deux moments du brossage.
☐ Je connais la durée de chaque brossage.
☐ Je sais qu’il faut aussi nettoyer les dents du fond.
☐ Je sais qu’un adulte peut m’aider à apprendre les gestes.