

DIX ANS



MESURER LE TEMPS QUI PASSE. DÉCOUVRIR LE SENS DES COURBES DE CROISSANCE DU CARNET DE SANTÉ.



Dix ans

J'ai dix ans aujourd'hui. Dommage !

Ça va devenir sérieux.

Un seul chiffre disait mon âge,

À présent, il en faudra deux.

Deux chiffres ! La même frontière

Que les gens les plus importants,

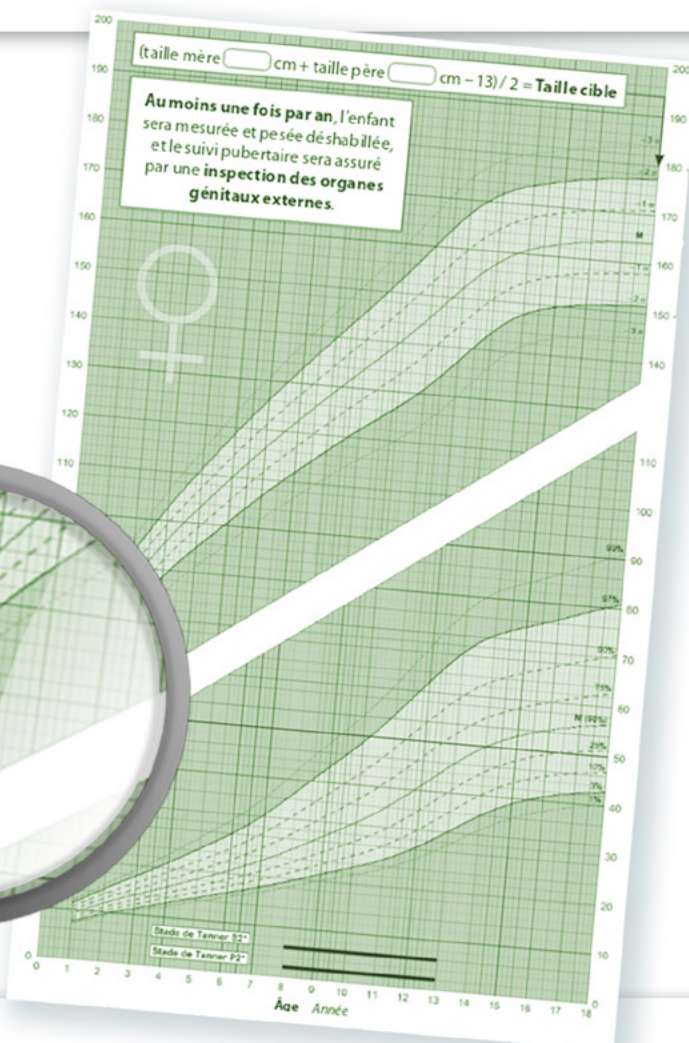
Deux chiffres pour la vie entière...

À moins d'aller jusqu'à cent ans !

Lucie Delarue-Mardrus



Lire
une courbe
de croissance.



RÉUSSIR, ÊTRE BIEN, ÊTRE ENSEMBLE

MESURER LE TEMPS QUI PASSE**DÉCOUVRIR LE SENS DES COURBES DE CROISSANCE DU CARNET DE SANTÉ****Entrée dans l'activité santé**

Occuper l'espace en se déplaçant librement. Se rapprocher le plus possible les uns des autres puis s'éparpiller au maximum dans la salle. Arrêter les déplacements. Rester debout les pieds écartés. Fermer les yeux, les bras sont le long du corps.

Relâcher les mains en les secouant doucement. Bouger doucement la tête en la tournant à droite puis à gauche (3 fois). Décontracter les jambes l'une après l'autre, de même avec les bras.

**L'activité de découverte****Dix ans**

- Identifier la forme du texte, son auteur.
- Décrypter puis lire de manière fluide le texte.
- Analyser les sentiments exprimés par l'auteur.
- Se projeter, exprimer ses propres sentiments par rapport au vieillissement.

Grandir Attention, pour cette activité nous proposons les nouvelles courbes de suivi de croissance éditées dans les carnets de santé depuis 2018. Les courbes pour les garçons et pour les filles sont différentes. Vous pouvez vous procurer ces courbes en format PDF en suivant ce [lien](#).

- Identifier la nature du document.
- Décrypter la courbe de croissance et de poids.
- Expliquer la notion de taille cible (taille estimée de l'enfant à l'âge adulte).

Situer sur la courbe :

par une flèche **rouge**, l'âge d'entrée à l'école primaire.

par une flèche **verte**, l'âge d'entrée au collège.

par une flèche **bleue**, l'entrée dans l'âge adulte.

par un ☺, ta position actuelle.

Si tu connais la taille de tes parents, calcule ta taille cible.

Laisser les enfants répondre aux questions et les aider individuellement si besoin.

**Une activité complémentaire**

- Illustrer la poésie.
- Faire le lien avec l'enseignement des sciences « Décrire comment les êtres vivants se développent et deviennent aptes à se reproduire ».

**Pour aller plus loin**

Visionner la vidéo Air de Familles - Croissance : [comment comprendre les courbes ?](#)

**Message pour les élèves**

Au cours du développement humain, que de changements dans la tête, le corps et dans la relation aux autres et à l'environnement! On acquiert de nouveaux droits et de nouvelles responsabilités.

Rapport à soi

Rapport aux autres

Rapport à l'environnement



DOMAINES

1 2 3 4 5