

▪ Défi  
sourire  
**4**  
▪ 6-8 ans

# Mes dents, je les brosse de tous les côtés, et jusqu'au fond de ma bouche.



## ▪ Défi lancé

“Quand ma brosse à dents danse,  
c’est dans tous les sens. Quand elle  
frotte bien, c’est dans tous les coins”

## ▪ Description du défi

Durant une semaine, les enfants brossent correctement leurs dents, c'est-à-dire en frottant toutes les dents, sur toutes leurs faces. Ils prennent conscience de la nécessité de “bien frotter partout” pour éliminer toutes les bactéries. Ils trouvent un moyen amusant de se concentrer sur chaque partie de la bouche pour n'oublier aucun recoin.

## ▪ Socles de compétences

p. 9 - Compétences transversales • attitudes relationnelles  
• se connaître • prendre confiance • se prendre en charge.

## ▪ Matériel

- une bassine (ou un récipient en plastique dur) pour 4 enfants
- un gobelet par enfant
- une brosse à dents (demander aux enfants d'apporter la leur ou prévoir une brosse à dents qui reste à l'école), du dentifrice (facultatif)
- du colorant dentaire sous forme liquide (disponible en pharmacie)
- des tabliers
- des miroirs

## ▪ Déroulement

1. En plusieurs étapes, l'enseignant(e) amène les enfants à une prise de conscience de la présence de bactéries sur les dents:

- Ils passent d'abord leur langue sur leurs dents “sales”. Que sentent-ils? Les dents sont-elles très lisses? Ils sentiront la présence de quelque chose sur leurs dents.
- Ils passent l'ongle sur la surface de quelques dents. Sentent-ils la présence d'une substance blanche, molle? C'est la plaque dentaire. Ce sont des millions de bactéries, attachées ensemble dans une substance blanche et collante.
- Ils peuvent alors utiliser le colorant. Les plaques colorées indiquent la présence de millions de bactéries minuscules les unes à côté des autres. Où sont-elles situées sur les dents? Y en a-t-il beaucoup?
- Les enfants se brossent ensuite les dents. Il faut laisser les enfants faire: si le brossage n'est pas efficace, ils verront combien il reste de bactéries sur leurs dents.
- Ils ressentent ou revisualisent enfin les bactéries restantes. Le brossage a-t-il détaché les bactéries? Où en reste-t-il? Pourquoi?

2. A ce stade, les enfants sont amenés à prendre conscience des moyens de détacher les bactéries des dents: bien brosser partout, n'oublier aucune dent, traquer les bactéries jusque dans les recoins. Un brossage est proposé. Les consignes pour un brossage correct sont données:

- L'important, c'est de détacher les bactéries des dents. Sur toutes les dents. Et sur toutes les faces des dents.
- Brosser ses dents, c'est frotter. Ce n'est pas étaler du dentifrice.
- Ce qui compte, ce n'est pas la quantité de dentifrice: l'équivalent d'un petit pois suffit. Ce qui compte, c'est l'action de la brosse qui frotte sur les dents.
- Avec tant de coins et de recoins, il faut du temps pour brosser partout. 3 minutes est un minimum.
- Qu'on commence par brosser les dents du fond ou de devant n'a pas beaucoup d'importance. Le tout est de brosser efficacement partout.

3. Les enfants réitèrent le brossage jusqu'à ce que toutes les dents soient propres.

4. Pour favoriser la concentration sur le “brossage partout”, l'enseignant(e) propose de créer un texte ou une chanson aide-mémoire: celui-ci peut être lu durant le brossage ou écouté, ou décliné de mémoire. L'aide-mémoire peut être mis en image. Voici un début, à titre d'exemple:



Ma bouche est pleine de dents,  
J'les garde en forme en les brossant!  
Pour n'en oublier aucune,  
Je les décris une à une,  
Je me raconte leur histoire,  
Une p'tit ronde à faire chaque soir.  
Devant 'y a celles pour couper...