

182 Fiches de Révision

CAP AAEPE

Accompagnant Éducatif Petite Enfance

 Fiches de révision

 Fiches méthodologiques

 Tableaux et graphiques

 Retours et conseils



Conforme au Programme Officiel



Garantie Diplômé(e) ou Remboursé

4,5/5 selon l'Avis des Étudiants



Préambule

1. Le mot du formateur :



Hello, moi c'est **Marie** !

D'abord, je tiens à te remercier de m'avoir fait confiance et d'avoir choisi www.cours-cap-aepe.fr pour tes révisions.

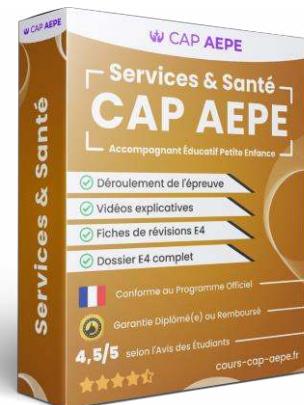
Si tu lis ces lignes, tu as fait le choix de la **réussite**, bravo.

Dans cet E-Book, tu découvriras comment j'ai obtenu mon **CAP Accompagnant Éducatif Petite Enfance** avec une moyenne de **17,43/20** à l'examen final.

2. Pour aller beaucoup plus loin :

Vous avez été très nombreux à nous demander de créer une **formation 100 % vidéo** dédiée au domaine **Services & Santé** pour maîtriser toutes les notions.

Chose promise, chose due : Nous avons créé cette formation unique composée de **5 modules ultra-complets** (1h08 au total) afin de t'aider à **réussir les épreuves** du CAP.



3. Contenu du dossier Services & Santé :

- Vidéo 1 - Relation d'aide, communication professionnelle & posture avec le public (15 min)** : Clés pour adopter une posture professionnelle et bienveillante.
- Vidéo 2 - Hygiène, sécurité, risques professionnels & prévention des infections (14 min)** : Règles essentielles d'hygiène, de sécurité et de prévention.
- Vidéo 3 - Organisation du travail, planification et qualité du service rendu (12 min)** : Méthodes pour organiser les tâches et assurer un suivi fiable.
- Vidéo 4 - Accompagnement de la personne dans les actes de la vie quotidienne (15 min)** : Repères pour accompagner la personne au quotidien.
- Vidéo 5 - Contexte juridique, éthique et déontologique (16 min)** : Cadre de référence pour agir dans le respect du droit et de l'éthique.

 Découvrir

Table des matières

Français	Aller
Chapitre 1: Compréhension de textes	Aller
Chapitre 2: Rédaction de récits courts	Aller
Chapitre 3: Expression orale en situation	Aller
Histoire-Géographie-Enseignement moral et civique	Aller
Chapitre 1: Repères historiques et géographiques	Aller
Chapitre 2: Organisation du territoire français	Aller
Chapitre 3: Valeurs et symboles de la République	Aller
Chapitre 4: Droits et devoirs du citoyen	Aller
Mathématiques et physique-chimie	Aller
Chapitre 1: Nombres, calculs et pourcentages	Aller
Chapitre 2: Proportionnalité et grandeurs usuelles	Aller
Chapitre 3: Mesures et unités en sciences	Aller
Prévention-santé-environnement	Aller
Chapitre 1: Hygiène de vie et santé	Aller
Chapitre 2: Risques au travail et prévention	Aller
Chapitre 3: Environnement et développement durable	Aller
Chapitre 4: Consommation et sécurité domestique	Aller
Langue vivante étrangère (Anglais)	Aller
Chapitre 1: Compréhension orale simple (Anglais)	Aller
Chapitre 2: Compréhension de textes courts	Aller
Chapitre 3: Expression orale en situations courantes	Aller
Arts appliqués et cultures artistiques	Aller
Chapitre 1: Observation d'œuvres et d'objets	Aller
Chapitre 2: Notions de couleurs et de formes	Aller
Chapitre 3: Croquis et recherches graphiques	Aller
Chapitre 4: Décor et aménagement simples	Aller
Accompagner le développement du jeune enfant	Aller
Chapitre 1: Repères sur le développement de l'enfant	Aller
Chapitre 2: Observation et posture professionnelle	Aller
Chapitre 3: Activités d'éveil et de jeu	Aller
Chapitre 4: Soins d'hygiène et de confort	Aller
Chapitre 5: Sécurité et protocoles liés à la santé	Aller
Exercer son activité en accueil collectif	Aller

Chapitre 1: Accueil et sécurisation des enfants [Aller](#)

Chapitre 2: Communication avec les parents et l'équipe [Aller](#)

Chapitre 3: Aide pédagogique en école maternelle [Aller](#)

Chapitre 4: Entretien des locaux et du matériel collectifs [Aller](#)

Exercer son activité en accueil individuel [Aller](#)

Chapitre 1: Organisation de la journée de l'enfant [Aller](#)

Chapitre 2: Relation et contrat avec les parents [Aller](#)

Chapitre 3: Aménagement et entretien du domicile [Aller](#)

Chapitre 4: Préparation des repas et collations [Aller](#)

Chapitre 5: Prévention des risques domestiques [Aller](#)

Sciences médico-sociales [Aller](#)

Chapitre 1: Besoins et développement de l'enfant [Aller](#)

Chapitre 2: Maladies infantiles et vaccination [Aller](#)

Chapitre 3: Handicap et inclusion de l'enfant [Aller](#)

Chapitre 4: Cadre juridique et institutions de la petite enfance [Aller](#)

Biologie générale et appliquée [Aller](#)

Chapitre 1: Anatomie et grandes fonctions du corps [Aller](#)

Chapitre 2: Croissance et développement physiologique [Aller](#)

Chapitre 3: Micro-organismes et règles d'hygiène [Aller](#)

Chapitre 4: Défenses de l'organisme et vaccination [Aller](#)

Chapitre 5: Effets de l'alimentation sur la santé [Aller](#)

Nutrition-Alimentation [Aller](#)

Chapitre 1: Besoins nutritionnels du jeune enfant [Aller](#)

Chapitre 2: Élaboration de menus équilibrés [Aller](#)

Chapitre 3: Préparation et service des repas [Aller](#)

Chapitre 4: Hygiène et sécurité alimentaire [Aller](#)

Français

Présentation de la matière :

En CAP AEPE, le **Français** t'aide à communiquer clairement, à l'écrit comme à l'oral, avec les familles et l'équipe. Cette matière conduit à l'épreuve **Français, histoire-géographie, EMC**, notée sur 20, avec un **coefficients de 3**, évaluée en **CCF en 2e année** ou en examen final.

En examen final, tu passes un écrit de **2 heures** en Français, puis un oral total de **25 minutes**, dont **10 minutes** en Français. Je me rappelle d'un camarade qui a pris confiance en répétant son oral 3 fois, il a gagné en fluidité.

Conseil :

Fais simple et régulier: 30 minutes, 4 fois par semaine, tu lis un texte, tu notes 5 idées, puis tu écris 10 lignes. Le piège classique, c'est d'écrire sans plan, tu perds des points vite.

Pour l'écrit, entraîne-toi avec cette routine:

- Repérer le sujet et le type de texte
- Répondre aux questions avec des preuves du document
- Rédiger 20 à 30 lignes avec une intro et une conclusion

Pour l'oral, prépare un exemple métier, garde 3 idées fortes, et chronomètre-toi. Le jour J, articule, regarde le jury, et laisse 2 minutes pour te relire, ça change tout.

Table des matières

Chapitre 1: Compréhension de textes	Aller
1. Comprendre un texte	Aller
2. Méthode pour analyser et rédiger	Aller
Chapitre 2: Rédaction de récits courts	Aller
1. Comprendre l'objectif du récit	Aller
2. Organiser ton récit	Aller
3. Rédiger et améliorer	Aller
Chapitre 3: Expression orale en situation	Aller
1. Préparer ta prise de parole	Aller
2. Adapter ton discours aux publics	Aller
3. Utiliser la communication non verbale et gérer les émotions	Aller

Chapitre 1: Compréhension de textes

1. Comprendre un texte :

Objectif et public :

Ce point t'aide à repérer l'idée principale, le ton et le destinataire du texte, puis à préparer une réponse orale ou écrite adaptée au CAP AEPE. Public: élèves en formation initiale ou en alternance.

Repérage des éléments clés :

Regarde le titre, l'auteur, la date, le destinataire et les mots répétés. Note aussi le but du texte, le ton et les informations chiffrées, ces éléments te guident pour formuler une compréhension pertinente.

Exemple d'identification :

Pour une fiche d'accueil, tu notes le sujet, le destinataire, les actions demandées et 4 mots-clés qui résument le message, par exemple hygiène, repas, sieste, sécurité.

Méthode de lecture active :

Fais 2 lectures, une rapide en 30 à 60 secondes pour le sens global, puis une lecture approfondie en 5 à 8 minutes pour repérer les détails, annoter et reformuler les idées à voix basse.

Type de question	Comment y répondre
Compréhension littérale	Reprendre l'information exacte du texte
Inférence	Déduire à partir d'indices et d'éléments implicites
Opinion ou argumentation	Identifier les arguments, le ton et les connecteurs logiques

Je me souviens d'un stage où j'ai mal résumé une consigne, cette erreur m'a appris à toujours vérifier le destinataire et le nombre de mots demandé.

2. Méthode pour analyser et rédiger :

Plan simple :

Ce plan t'aide à structurer une réponse écrite de 80 à 150 mots, ou un résumé de 40 à 70 mots. Respecte une progression claire pour être compris rapidement par les examinateurs ou les parents.

- Introduction: phrase courte qui situe le sujet et l'intention.
- Développement: 2 idées principales, chacune expliquée en une phrase.
- Conclusion: résumé de l'idée principale ou message à retenir.

Connecteurs et vocabulaire clé :

Utilise connecteurs simples comme d'abord, ensuite, enfin, parce que, cependant. Prépare un petit lexique: expliquer, repérer, résumer, comparer, justifier. Ces mots montrent ta logique et clarifient tes réponses.

Mini cas concret :

Contexte: En crèche, tu dois résumer une notice de 200 mots pour les parents, en 30 minutes. L'objectif est transmettre l'essentiel à une vingtaine de familles sans ajouter d'informations.

Exemple de mini cas concret :

Étapes et livrable: lire 2 minutes, repérer 5 idées, rédiger 60 mots en 20 minutes, relire 5 minutes. Résultat attendu: fiche A4 imprimée, 60 mots maximum, distribuée le jour même aux parents.

Tâche	Temps conseillé
Lire le texte	2 minutes
Souligner les idées	5 minutes
Rédiger le résumé	20 minutes
Relire et corriger	3 minutes
Impression et distribution	5 minutes

Méthode pratico-pratique pour lire, analyser puis rédiger :

Étape 1: survole le texte, note le thème et le destinataire. Étape 2: relève 3 à 6 idées importantes, reformule-les. Étape 3: rédige en suivant le plan simple et utilise 3 connecteurs maximum, pour garder la clarté.

i Ce qu'il faut retenir

Pour réussir au CAP AEPE, tu dois repérer vite **l'idée principale et ton**, le destinataire et les infos clés (titre, date, mots répétés, chiffres), puis reformuler sans ajouter.

- Fais une **lecture active en deux temps** : survol 30 à 60 s, puis lecture détaillée 5 à 8 min avec annotations.
- Adapte ta réponse selon la question : littérale (copie l'info), inférence (déduis), opinion (arguments et **connecteurs logiques essentiels**).
- Rédige avec un **plan simple en trois parties** : intro, 2 idées, conclusion, en respectant le nombre de mots et le temps.

Garde des phrases courtes et des connecteurs simples (d'abord, ensuite, enfin). Avant de rendre, relis pour vérifier le destinataire, l'objectif et la consigne de longueur.

Chapitre 2 : Rédaction de récits courts

1. Comprendre l'objectif du récit :

Objectif et public :

Avant d'écrire, précise ce que tu veux obtenir, convaincre, décrire ou émouvoir. Pense au lecteur, souvent le correcteur ou des parents. Adapte le ton et le vocabulaire en conséquence.

Durée et longueur :

Pour un récit court, vise entre 50 et 150 mots, soit environ 1 page A5 ou 1 paragraphe long. Garde 1 idée principale par phrase pour la clarté.

Temps de préparation :

Prends 10 minutes pour trouver l'idée, 5 minutes pour faire un plan simple, 20 minutes pour rédiger, puis 5 à 10 minutes pour relire et corriger.

Exemple d'objectif :

Raconter la première journée d'un enfant à la crèche en 120 mots pour montrer son adaptation, sa routine et l'intervention d'un adulte bienveillant.

2. Organiser ton récit :

Plan simple :

Un plan en trois temps suffit, situation initiale, élément perturbateur, résolution. Pour 100 mots, répartis 30-40-30 mots pour garder un rythme clair et complet.

Choisir le point de vue :

Décide si tu racontes à la première personne ou à la troisième personne, chaque point de vue change la proximité et l'émotion ressentie par le lecteur.

Connecteurs et chronologie :

Utilise des connecteurs simples, puis, ensuite, après, enfin, pour structurer le temps. Evite les ruptures brusques sans explication, cela perd le lecteur.

Exemple de plan :

Situation initiale trois lignes, perturbation deux phrases, résolution une phrase, total 110 mots, police 12, livrable : une page A4 recto.

3. Rédiger et améliorer :

Verbes et temps :

Pour raconter, privilégie l'imparfait pour le cadre et le passé composé pour les actions achevées. Les verbes précis rendent la scène plus vivante et imagée.

Vocabulaire utile :

Choisis des mots concrets, sensoriaux et courts. Pour la petite enfance, parle de gestes, bruits, couleurs, sensations, utilises des verbes d'action pour mieux décrire.

Relire et corriger :

Relis à voix haute pour repérer les répétitions, corrections de temps et incohérences.

Demande à un camarade en stage de donner un avis rapide en 5 minutes.

En stage, j'ai dû réduire un récit de 200 à 110 mots pour tenir la consigne, et ça m'a appris à choisir les mots essentiels.

Mini cas concret :

Contexte : tu dois écrire un récit de 120 mots sur l'accueil matinal d'un enfant en crèche, livrable attendu un texte imprimé de 120 mots et une fiche d'observations.

- Brainstorm : 10 minutes pour lister actions et sensations.
- Plan rapide : 3 lignes, 5 minutes.
- Rédaction : 20 minutes pour un brouillon complet.
- Relecture et correction : 10 minutes, 1 page livrable.

Résultat et livrable :

Résultat : texte de 120 mots, lisible, sans répétitions, accompagné d'une fiche d'observation d'une page. L'enseignant évaluera clarté, vocabulaire et respect du plan.

Voici une check-list rapide à utiliser en stage, tu peux l'imprimer et la coller dans ton carnet pour suivre tes récits courts.

Élément	Action	Durée	Vérifier
Idée	Noter 3 idées possibles	10 minutes	Clarté
Plan	Faire 3 parties simples	5 minutes	Structure
Rédaction	Rédiger le brouillon complet	20 minutes	Fluidité
Relecture	Relire à voix haute	10 minutes	Orthographe
Livrable	Imprimer texte + fiche	5 minutes	Conformité

Méthode pratique : lire la consigne, imaginer une scène 5 minutes, faire 3 lignes de plan, rédiger, relire à voix haute, corriger 10 minutes maximum.

i Ce qu'il faut retenir

Avant d'écrire, clarifie **objectif et public**, puis respecte une longueur courte (50 à 150 mots) avec une idée par phrase. Prépare-toi en gérant ton temps : idée, plan, rédaction, puis correction.

- Suis un **plan en trois temps** : situation initiale, perturbation, résolution (rythme régulier).
- Choisis ton point de vue (je ou il/elle) et utilise des **connecteurs chronologiques simples** pour éviter les ruptures.
- Rends la scène vivante : imparfait pour le cadre, passé composé pour l'action, mots concrets et sensoriels, verbes précis.

Relis avec une **relecture à voix haute** pour traquer répétitions, temps et incohérences, et ajuste jusqu'à un texte clair, fluide et conforme au livrable demandé.

Chapitre 3 : Expression orale en situation

1. Préparer ta prise de parole :

Objectif et public :

Avant de parler, identifie ton public, parents, enfants ou équipe, et fixe un objectif clair, transmettre une information, apaiser une inquiétude ou demander de l'aide pour une tâche précise.

Plan simple :

Prépare trois points maximum, commence par l'essentiel, ajoute un détail utile et termine par la suite à donner, cela aide à rester concis et éviter la confusion pour ton interlocuteur.

Ton et durée :

Adapte ton ton selon la situation, calme et rassurant pour les parents, dynamique pour les enfants, vise 2 à 5 minutes pour une transmission orale classique en accueil ou en sortie.

Exemple d'optimisation d'un processus de production :

Lors d'une transmission au départ, une auxiliaire synthétise 5 informations en 3 minutes, parents repartent rassurés et l'équipe conserve une fiche de suivi pour la journée.

Élément	Question à se poser
Public	Qui écoute, parent, enfant, collègue ?
Durée	Combien de minutes as-tu pour parler ?
Message clé	Quelle est la seule chose à retenir ?

2. Adapter ton discours aux publics :

Parler aux parents :

Sois clair, utilise des phrases courtes, explique l'état de l'enfant et propose une action, par exemple suivi d'une observation, d'un rythme et d'un conseil pratique pour la maison.

Parler aux enfants :

Utilise un vocabulaire simple, phrases courtes et gestes, pose une question ouverte pour engager l'enfant, valorise la participation et reste patient si la réponse prend du temps.

Parler à l'équipe :

Lors des transmissions d'équipe, note faits et besoins, priorise urgences, propose une solution ou demande une responsabilité précise et indique le délai souhaité pour un retour.

Astuce pratique :

Note 5 mots clés avant chaque échange important, cela réduit le stress et te garantit de ne pas oublier l'essentiel pendant les 2 à 4 minutes d'échange.

Situation	Phrase courte à dire
Arrivée d'un parent	Bonjour, voici comment sa matinée s'est passée.
Enfant pleure	Je suis là, je t'aide à respirer doucement.
Demande à un collègue	Peux-tu m'aider pour le change dans 10 minutes ?

3. Utiliser la communication non verbale et gérer les émotions :

Posture et regard :

Adopte une posture ouverte, regarde l'interlocuteur, baisse-toi pour parler à un enfant, ton attitude rassure et renforce ton message sans devoir parler longtemps.

Voix et rythme :

Varie le rythme et le volume, parle lentement pour les informations importantes, accélère légèrement pour capter l'attention des plus petits, évite la monotonie qui perd l'auditeur.

Gérer les émotions :

Si un parent est en colère, garde le calme, écoute 1 à 2 minutes, reformule son problème et propose une solution concrète ou un rendez-vous pour approfondir si nécessaire.

Exemple d'optimisation d'un processus de production :

En réunion, j'ai appris à respirer 4 fois avant de répondre, cela m'a évité 3 réponses impulsives et gardé la confiance de mes collègues.

Vérification rapide	À faire
Avant l'échange	Respire, organise 3 points, note les mots clés
Pendant l'échange	Regarde, parle lentement, reformule si besoin
Après l'échange	Note les actions, indique qui fait quoi et quand
Durée cible	2 à 5 minutes pour transmissions courtes

Mini cas concret :

Contexte : Accueil du soir, parent arrive pour récupérer un enfant, l'équipe doit transmettre l'état de la journée.

Étapes :

- Accueillir le parent avec son nom et sourire
- Donner 5 informations clés en moins de 3 minutes

- Proposer une action si souci et noter un suivi si nécessaire

Résultat chiffré :

L'objectif est 5 éléments transmis en 3 minutes, taux d'acceptation parental visé 95 pour cent sur la clarté de l'information.

Livrable attendu :

Une fiche de transmission d'une ligne par point, soit 5 lignes complètes manuscrites ou numériques, datée et signée, jointe au dossier quotidien de l'enfant.

Astuce de stage :

Demande au tuteur 2 retours par semaine sur ta manière de transmettre, cela réduit les erreurs fréquentes et accélère ta progression en 2 semaines.

i Ce qu'il faut retenir

Avant de parler, clarifie ton public et ton objectif, puis prépare un **plan en 3 points** : essentiel, détail utile, suite à donner. Ajuste le ton et vise souvent **2 à 5 minutes** pour une transmission.

- Parents : phrases courtes, état de l'enfant, action concrète ou conseil.
- Enfants : mots simples, gestes, question ouverte, patience.
- Équipe : faits et besoins, priorités, demande précise avec délai.

Soigne le non verbal (posture ouverte, regard, te baisser pour l'enfant) et ta voix. En tension, reste calme, écoute, reformule, puis propose une solution ou un rendez-vous. Pense à noter des mots clés et à consigner **qui fait quoi** après l'échange.

Histoire-Géographie-Enseignement moral et civique

Présentation de la matière :

En **CAP AEPE**, cette matière conduit à l'épreuve « Français et histoire-géographie-EMC », notée sur 20 avec un **coefficent 3**. En lycée pro ou CFA habilité, tu es évalué en **CCF en dernière année**, sinon tu passes en examen final en fin de 2e année.

En CCF, la partie histoire-géographie-EMC est un **oral de 15 minutes** maximum, autour de documents travaillés. Tu dois mobiliser des **repères chronologiques**, situer un document, puis argumenter en EMC sur les **valeurs de la République**.

En examen final, l'oral dure 15 minutes, avec **5 minutes de préparation** et un thème tiré au sort à partir d'une liste de 8 documents. Je me rappelle un camarade, il a gagné 4 points juste en apprenant à présenter proprement un document.

Conseil :

Révise en petites séances, 20 minutes, 4 fois par semaine, et entraîne-toi à parler à voix haute. Le piège classique, réciter sans expliquer le document, alors que le jury attend ton raisonnement et un lien concret avec le quotidien en accueil du jeune enfant.

- Préparer 8 documents simples
- Apprendre 10 repères clés
- S'entraîner 3 fois à l'oral

Le jour J, suis un plan fixe: Présenter le document, Décrire, Expliquer, Conclure, puis ouvre sur une question d'EMC. Si tu bloques, respire, reformule, et repars sur 1 repère sûr, une date ou un lieu, ça relance presque toujours l'échange.

Table des matières

Chapitre 1: Repères historiques et géographiques	Aller
1. Repères historiques	Aller
2. Repères géographiques	Aller
Chapitre 2: Organisation du territoire français	Aller
1. Les niveaux administratifs	Aller
2. La décentralisation et l'intercommunalité	Aller
3. L'aménagement du territoire et les services publics	Aller
Chapitre 3: Valeurs et symboles de la République	Aller
1. Les valeurs républicaines	Aller
2. Les symboles de la république	Aller
3. Appliquer les valeurs et symboles en petite enfance	Aller
Chapitre 4: Droits et devoirs du citoyen	Aller

1. Les droits fondamentaux [Aller](#)
2. Les devoirs du citoyen [Aller](#)
3. Être citoyen dans ton travail [Aller](#)

Chapitre 1: Repères historiques et géographiques

1. Repères historiques :

Périodes clés et dates :

Tu dois connaître quelques dates simples pour situer les évolutions. 1881-1882 lois scolaires, 1945 création de la sécurité sociale, années 1970 développement des structures d'accueil collectives.

Acteurs et lieux importants :

Les principaux acteurs sont la famille, l'État, les collectivités locales, les crèches et les assistantes maternelles. Ces acteurs interviennent à domicile, en halte-garderie ou en établissement collectif.

- Crèche municipale
- Micro-crèche
- Assistante maternelle agréée

Conséquences pour la petite enfance :

Ces repères influencent les droits des enfants, l'organisation des services et les pratiques d'accueil. Comprendre cela t'aidera à mieux expliquer les routines aux parents et à anticiper les besoins.

Exemple d'époque marquante :

En stage j'ai souvent entendu parler des lois de 1881 et 1945 pour situer pourquoi l'école et la protection sociale sont structurées ainsi, cela aide à expliquer l'accès aux services.

2. Repères géographiques :

Espaces de vie de l'enfant :

Identifie les espaces de vie habituels, la maison, la crèche, la rue, les parcs et l'école. Ces lieux influencent le développement moteur, social et la sécurité des enfants au quotidien.

Territoires et inégalités :

Le territoire détermine l'offre d'accueil. En zone rurale l'accès peut être plus restreint, en zone urbaine il y a plus d'offre mais plus de concurrence et des contraintes financières.

Impact sur ton futur métier :

Savoir situer le territoire te permet d'adapter les activités, de repérer les besoins des familles et de mieux organiser les trajets. Cela facilite la communication avec les collègues et les parents.

Cas concret de territoire :

Contexte : commune de 12 000 habitants, 3 crèches municipales et 2 assistantes maternelles agréées dans le quartier principal, capacité totale 120 places, 90 enfants fréquentant ces structures.

Étapes : recenser les structures, cartographier les distances, interviewer 10 parents, synthétiser les données. Résultat : rapport d'une page, 3 recommandations pour améliorer l'accueil, livrable attendu : tableau et carte.

Astuce pour le stage :

Prends un petit carnet et note l'heure des arrivées, les routines et 3 observations par enfant chaque jour, cela te fera gagner 30 minutes en préparation de ton rapport hebdomadaire.

Contrôle	Action rapide
Arrivée	Vérifier présence, informer parent sur la journée
Hygiène	Changer couche si nécessaire, lavage des mains
Observation	Noter signes de fatigue ou maladie, 3 points essentiels
Communication	Remplir le cahier de liaison, informer l'équipe
Sécurité	Vérifier obstacles, verrouiller issues si besoin

Ce qu'il faut retenir

Retire l'essentiel avec des **dates repères simples** (1881-1882 école, 1945 sécurité sociale, années 1970 accueil collectif) et des **acteurs de l'accueil** (famille, État, collectivités, crèches, assistantes maternelles). Les lieux et le **territoire et inégalités** modifient l'offre, les routines et la sécurité.

- Identifier les espaces de vie : maison, crèche, parcs, école, et leurs effets sur le développement.
- Comparer rural/urbain : moins d'offre vs plus de concurrence et coûts.
- En stage, garder une **routine d'observation** : arrivées, hygiène, 3 notes par enfant, cahier de liaison.

Ces repères t'aident à expliquer les choix d'organisation aux parents, à anticiper les besoins et à mieux coordonner l'équipe. Cartographie et recensement des structures rendent tes recommandations plus solides.

Chapitre 2 : Organisation du territoire français

1. Les niveaux administratifs :

Communes, départements, régions :

La commune est la collectivité de base, elle gère des équipements locaux comme les écoles maternelles et parfois des crèches municipales. Le département s'occupe de l'action sociale, la région développe l'économie et les transports régionaux.

Exemple nombre de communes :

Selon l'INSEE, la France compte environ 35 000 communes, d'où de fortes différences d'accès aux services selon que tu sois en ville ou en zone rurale.

Élément	Rôle	Exemple / ordre de grandeur
Commune	Gère les services de proximité, écoles et quelques structures d'accueil	Environ 35 000 communes
Département	Action sociale, protection maternelle et infantile, aide sociale	101 départements
Région	Développement économique, formation professionnelle, grands équipements	18 régions

2. La décentralisation et l'intercommunalité :

Lois et transfert de compétences :

Les lois de décentralisation ont transféré des compétences de l'État vers les collectivités, ce qui modifie la gestion des services petite enfance et la répartition des financements au niveau local.

Intercommunalité et mutualisation :

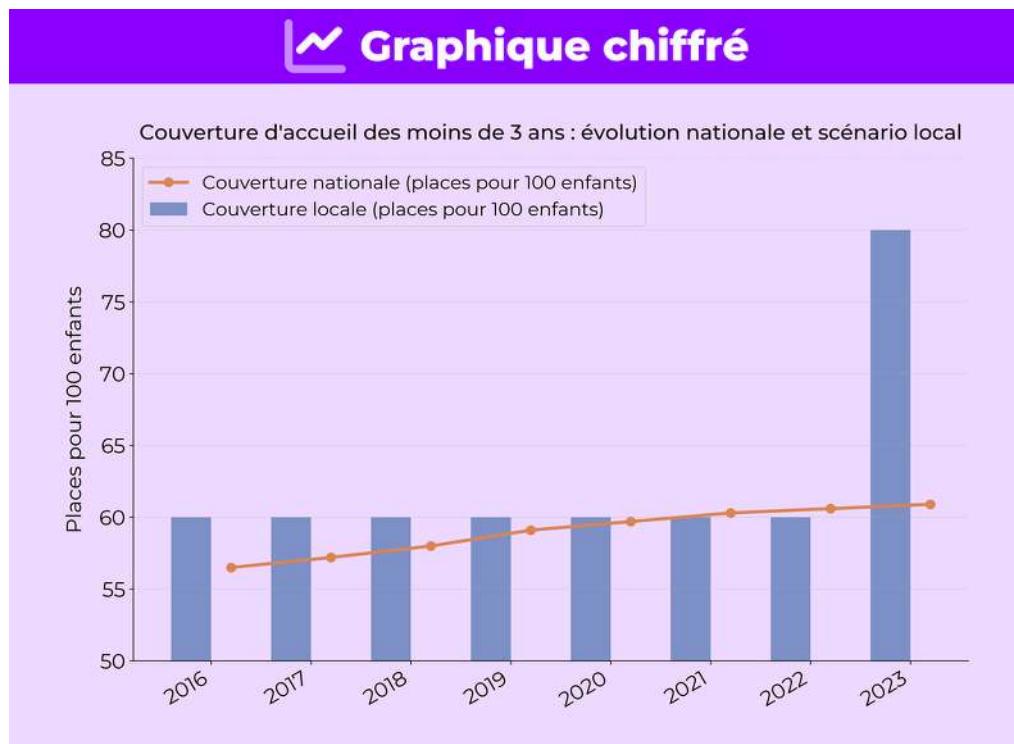
Les communes se regroupent en intercommunalités pour partager établissements et budgets, cela permet souvent de créer plus de places d'accueil sans que chaque commune finance seule un équipement coûteux.

Mini cas concret - création d'une crèche intercommunale :

Contexte : trois petites communes rurales veulent 20 places collectives pour les 0 à 3 ans, population locale faible mais besoins identifiés par la PMI.

Étapes : diagnostic local, convention entre communes, demande de subvention régionale, travaux sur 12 mois, recrutement de 4 professionnels qualifiés, ouverture après 14 mois.

Résultat : création de 20 places, taux d'occupation estimé à 80 % après 6 mois. Livrable attendu : dossier complet comprenant plan de financement, convention intercommunale, règlement intérieur et planning d'ouverture.



Exemple de financement :

Budget prévisionnel 600 000 euros, participation des communes 300 000 euros au total, subventions régionales et départementales 200 000 euros, emprunt et fonds propres 100 000 euros.

Je me rappelle qu'en stage j'ai dû relancer trois fois la mairie pour obtenir la convention, garde cette patience quand tu prospectes.

3. L'aménagement du territoire et les services publics :

Politiques d'aménagement :

L'aménagement vise à réduire les inégalités entre territoires, par des financements ciblés sur zones rurales ou quartiers prioritaires, souvent avec des appels à projets qui peuvent financer des structures petite enfance.

Impact pour les professionnels petite enfance :

En tant que futur professionnel CAP AEPE, tu dois repérer l'offre locale, connaître les acteurs comme la PMI, les services sociaux et les réseaux d'accueil pour orienter les familles efficacement.

Exemple d'organisation locale :

Dans une commune de 8 000 habitants, la mairie finance 12 places en crèche et travaille avec le département pour une aide à l'embauche, ce qui facilite l'accès pour 10 à 15 familles par an.

Action	Pourquoi	À faire en stage
Vérifier la collectivité responsable	Pour savoir qui finance et décide	Téléphoner à la mairie, noter le nom du contact
Contacter la PMI	La PMI centralise les réponses petite enfance	Envoyer un mail puis relancer sous 7 jours
Rechercher places en crèche	Pour orienter rapidement les familles	Lister 3 structures possibles et délais d'attente
Connaître la politique locale	Pour adapter ton accueil et tes conseils	Demander les documents de la collectivité en 2 semaines

Exemple d'astuce de stage :

Note toujours le nom et la date de ton appel, cela évite de perdre du temps si tu dois relancer plus tard, et montre ton sérieux aux professionnels locaux.

i Ce qu'il faut retenir

Le territoire français s'organise en **trois niveaux administratifs** : commune (services de proximité), département (action sociale, PMI), région (économie, transports). La **décentralisation des compétences** donne plus de responsabilités aux collectivités, et l'**intercommunalité et mutualisation** aide des communes à créer des équipements comme une crèche via conventions et subventions.

- Repère qui décide et finance : mairie, département, région.
- Appuie-toi sur la PMI et les services sociaux pour orienter les familles.
- Suis les appels à projets d'aménagement pour réduire les inégalités territoriales.

En stage, sois méthodique : note tes contacts, relance si besoin, et cartographie l'offre locale (structures, délais). Tu gagneras du temps et tu orienteras mieux les familles selon la politique du territoire.

Chapitre 3 : Valeurs et symboles de la République

1. Les valeurs républicaines :

Définition et origine :

La république repose surtout sur trois valeurs clés, liberté, égalité et fraternité, idées nées pendant la révolution française à la fin du XVIII^e siècle, et qui structurent la vie civique aujourd'hui.

Impact pour toi en stage :

En crèche ou en école maternelle, ces valeurs se traduisent par le respect des différences, l'accès équitable aux activités et la protection de chaque enfant, c'est concret au quotidien entre collègues et familles.

Motifs et arguments :

La laïcité garantit la neutralité des services publics, tu dois préserver cet équilibre entre convictions familiales et règles de la structure, afin d'assurer l'égalité de traitement entre tous les enfants.

Exemple d'appropriation des valeurs :

Lors d'un atelier peinture, tu proposes le même matériel à 12 enfants, tu veilles à ce que chaque enfant ait 10 minutes supplémentaires si besoin, pour garantir l'égalité d'accès à l'activité.



Chaque enfant bénéficie de 10 minutes de temps pour peindre, favorisant l'expression créative

2. Les symboles de la république :

Les symboles principaux :

Les symboles officiels sont le drapeau tricolore, la devise liberté, égalité, fraternité, l'hymne national, la Marseillaise, et la figure de Marianne, symboles visibles dans l'espace public et l'école.

Dates et repères :

La Marseillaise a été écrite en 1792 et adoptée comme hymne national à la fin du XIX^e siècle, le drapeau tricolore date de la révolution, la symbolique se fixe surtout au XIX^e siècle.

Signification pour les enfants :

Les symboles servent à expliquer l'appartenance à une communauté républicaine, on les utilise pour des rituels simples, comme chanter la Marseillaise le 14 juillet ou expliquer le drapeau lors d'un coin lecture.

Exemple d'utilisation pédagogique :

Tu organises une séance de 20 minutes pour expliquer le drapeau à 8 enfants, avec une affiche et une activité collage de 10 minutes, cela aide à rendre concret un symbole parfois abstrait.

Symbol	Date repère	Signification
Drapeau tricolore	Fin XVIII ^e siècle	Unité nationale et valeurs républicaines
Marseillaise	1792	Hymne national, mémoire historique
Devise	Révolution française	Principes organisateurs de la société

3. Appliquer les valeurs et symboles en petite enfance :

Règles à respecter :

En tant qu'accompagnant éducatif, tu dois respecter la neutralité religieuse, garantir l'égalité entre filles et garçons et éviter toute forme de discrimination, c'est inscrit dans les règles de la structure.

Bonnes pratiques concrètes :

Explique les symboles avec des mots simples, propose 10 à 20 minutes d'activité adaptée, invite chaque enfant à participer, et prévois des alternatives si certains enfants sont mal à l'aise.

Mini cas concret :

Contexte : Tu organises une fête du 14 juillet en crèche pour 16 enfants âgés de 2 à 3 ans, étapes : préparation d'une affiche, atelier collage de 15 minutes, chant de 5 minutes.

Exemple de mini cas :

Résultat : 14 enfants participent activement, 2 observent. Livrable attendu : fiche d'activité d'une page contenant objectifs, déroulé en 3 étapes, matériel et durée, remise à la direction le lendemain.

Checklist opérationnelle :

Voici une liste courte pour t'aider sur le terrain, à cocher avant une activité liée aux symboles ou aux valeurs.

Élément	Question à se poser
Objectif pédagogique	Est-ce que l'activité vise l'inclusion et le respect de tous ?
Durée	Total prévu entre 10 et 30 minutes selon l'âge
Matériel	Tout est-il neutre et adapté à l'âge des enfants ?
Communication aux familles	As-tu informé les familles sur les objectifs et la durée ?
Respect de la laïcité	L'activité respecte-t-elle la neutralité de la structure ?

Astuce de stage :

Quand tu prépares une activité sur un symbole, prépare une version simplifiée pour 4 à 6 enfants et une version collective pour 10 à 16 enfants, cela évite le bruit et les débordements.

Ce qu'il faut retenir

La République s'appuie sur **liberté égalité fraternité**, héritées de la Révolution, et sur la laïcité, qui impose la **neutralité des services publics**. En crèche ou à l'école, tu les traduis en respect, inclusion et protection de chaque enfant.

- Garantis l'égalité d'accès aux activités (même matériel, ajustement du temps si besoin).
- Présente les **symboles officiels** : drapeau, devise, Marseillaise (1792), Marianne, via des rituels simples.
- Prépare une **activité adaptée à l'âge** : objectif clair, durée 10 à 30 minutes, matériel neutre, info aux familles.

Pour appliquer ces repères, évite toute discrimination, reste neutre et propose des alternatives si un enfant est mal à l'aise. Pense à une version en petit groupe et une version collective pour limiter le bruit et garder le cadre.

Chapitre 4 : Droits et devoirs du citoyen

1. Les droits fondamentaux :

Notion et origine :

Les droits viennent surtout de la Déclaration des droits de l'homme et du citoyen de 1789 et des textes européens. Ils garantissent liberté, sécurité et égalité, fondements utiles pour ton travail quotidien.

Droits utiles en petite enfance :

En petite enfance, les droits essentiels sont la protection de l'enfant, l'accès à la santé et l'éducation. Selon le ministère de l'Éducation nationale, la scolarisation est obligatoire de 3 à 16 ans, cela compte pour toi.

Impact pratique pour toi :

Concrètement, respecter les droits signifie préserver l'intimité, demander le consentement des parents pour les soins et garantir la non discrimination de chaque enfant dans l'accueil.

Exemple d'application des droits :

Si un parent refuse une photo de son enfant, tu dois t'abstenir de publier. Tu notes la décision dans le carnet de liaison et en informes l'équipe dans les 24 heures.

2. Les devoirs du citoyen :

Respect de la loi et obligations professionnelles :

Ton rôle implique le respect de la loi et du règlement intérieur. Tu dois appliquer règles d'hygiène, sécurité et confidentialité, et signaler toute situation mettant l'enfant en danger sans délai.

Devoirs civiques et dates clés :

Être citoyen, c'est aussi participer à la vie publique, comme voter à 18 ans. La loi de 1905 sur la laïcité fixe des règles de neutralité applicables dans les structures publiques et souvent attendues en crèche.

Sanctions et conséquences :

Ignorer une obligation professionnelle peut entraîner des sanctions disciplinaires ou pénales, mais surtout mettre l'enfant en danger. Le signalement protège, c'est une obligation morale et professionnelle.

Astuce signalement :

Note toujours date et heure précises, échanges et observations. Un rapport clair et daté facilite l'intervention des services sociaux et évite les malentendus.

Élément	Droit	Devoir
---------	-------	--------

Éducation	Accès à l'école	Assurer accueil adapté
Protection	Sécurité et santé	Signaler danger
Liberté d'expression	Exprimer opinions	Respecter neutralité

3. Être citoyen dans ton travail :

Rôle et responsabilités quotidiennes :

Tu es garant du bien-être de l'enfant au quotidien. Cela passe par une écoute active, la protection des données personnelles et le respect des choix culturels ou religieux des familles.

Mini cas concret métier :

Contexte : une auxiliaire remarque bleus sur un enfant. Étapes : observation datée, 5 photos, discussion avec la responsable dans les 24 heures, signalement formel aux services compétents. Résultat : intervention des services sociaux en 72 heures. Livrable attendu : rapport de 2 pages signé et formulaire de signalement rempli.

Erreurs fréquentes et bonnes pratiques :

Erreur fréquente, hésiter à signaler. Bonne pratique, documenter précisément et alerter l'équipe. Rester factuel évite d'interpréter et protège l'enfant et toi professionnellement.

Exemple de signalement simple :

Tu rédiges un court rapport daté, décris observations objectives, ajoutes photos datées et transmets au directeur. Cela prend souvent moins de 30 minutes, mais peut sauver une situation.

Checklist opérationnelle	Action
Observation	Noter date, heure, faits précis
Preuves	Prendre 3 à 5 photos si approprié
Alerte interne	Informier le responsable sous 24 heures
Signalement	Remplir formulaire officiel et transmettre
Suivi	Conserver copies et noter retours

Exemple d'organisation en stage :

Lors d'un stage de 6 semaines, j'ai préparé un dossier de 3 rapports datés, cela m'a aidé à mieux communiquer avec l'équipe et à respecter les procédures en place.

 **Ce qu'il faut retenir**

Les droits du citoyen (1789 et textes européens) protègent liberté, égalité et sécurité. En petite enfance, tu appliques surtout la protection, la santé et l'éducation (école obligatoire de 3 à 16 ans).

- Respecte **l'intimité de l'enfant**, le consentement des parents (soins, photos) et la non-discrimination.
- Assure **hygiène, sécurité, confidentialité** et respecte la neutralité liée à la laïcité.
- Si doute de danger, fais un **signalement sans délai** : note date/heure, faits, échanges, preuves, puis alerte le responsable sous 24 h.

Ne pas respecter ces devoirs peut entraîner sanctions et surtout mettre l'enfant en risque. Reste factuel, documente, et suis la procédure pour protéger l'enfant et toi.

Mathématiques et physique-chimie

Présentation de la matière :

Cette matière conduit à l'épreuve **Mathématiques et physique-chimie** du **CAP AEPE**, notée sur 20 avec un **coeffcient de 2**. En CCF, tu passes 2 situations écrites en dernière année, 45 min en maths (12 points) et 45 min en physique-chimie (8 points).

Si tu es en examen final, l'épreuve est en général une écrite ponctuelle de 1 h 30, souvent fixée début juin, avec la même logique 45 min + 45 min. J'ai vu un camarade gagner 4 points juste en posant les unités à chaque ligne, ça change tout.

Au programme, tu travailles les calculs utiles au quotidien et au secteur petite enfance, proportionnalité, mesures, conversions, lecture de tableaux, et en sciences, des situations simples autour des grandeurs, de la sécurité et de l'observation de protocoles.

Conseil :

Ne révise pas au hasard. Fais 3 séances de 20 minutes par semaine, une pour les automatismes, une pour les problèmes, une pour la physique-chimie. Vise un plan clair, données, formule, calcul, réponse, puis vérifie la vraisemblance.

Le piège fréquent, c'est d'oublier les unités et les conversions. Entraîne-toi avec une mini check-list avant de rendre :

- Relire la question et entourer les données
- Écrire l'unité attendue dès le début
- Contrôler l'ordre de grandeur à la fin

Avec cette routine, tu limites les erreurs bêtes et tu sécurises des points.

Table des matières

Chapitre 1: Nombres, calculs et pourcentages	Aller
1. Les nombres et opérations	Aller
2. Pourcentages et proportions	Aller
Chapitre 2: Proportionnalité et grandeurs usuelles	Aller
1. Proportionnalité fondamentale	Aller
2. Grandeurs usuelles et conversions	Aller
3. Pourcentages et proportions en situation professionnelle	Aller
Chapitre 3: Mesures et unités en sciences	Aller
1. Unités et préfixes utiles en petite enfance	Aller
2. Précision, incertitude et lecture d'instruments	Aller
3. Manipulations courtes et cas concret professionnel	Aller

Chapitre 1: Nombres, calculs et pourcentages

1. Les nombres et opérations :

Notions clés :

Tu dois maîtriser les entiers, les décimaux, les fractions et le signe moins, car on les utilise tous les jours pour compter enfants, mesurer volumes, ou additionner des coûts.

Calculs rapides :

Apprends à poser une addition, une soustraction et une multiplication simple, et utilise la division pour répartir équitablement des portions ou calculer un prix unitaire.

- Addition pour totaliser quantités ou euros
- Soustraction pour reste ou différence d'effectif
- Multiplication pour coûts par personne multipliés par le nombre
- Division pour répartir parts ou heures

Unités et conversions :

Convertis toujours minutes en heures et grammes en kilogrammes quand c'est utile, par exemple pour calculer des durées de sieste ou des quantités d'aliments.

Exemple d'achat de goûter :

Tu as 12 enfants, chaque goûter coûte 0,75 euro. Le total par séance est $12 \times 0,75 = 9,00$ euros. Pour 20 jours, multiplie $9 \times 20 = 180$ euros.

Âge	Portion recommandée (g/ml)	Remarque
0-6 mois	60 ml par repas	Allaitement ou formule
6-12 mois	120 g par repas	Adapter selon appétit
1-3 ans	150 g par repas	Fractionner si besoin
3-6 ans	200 g par repas	Surveiller les allergies

2. Pourcentages et proportions :

Calculer un pourcentage :

Le pourcentage exprime une part sur 100, utile pour le taux d'occupation ou d'absentéisme. La formule est part divisé par total multiplié par 100, simple à appliquer sur feuille ou calculatrice.

Interpréter un pourcentage :

Un taux de 80% signifie que 80 enfants sur 100 seraient présents, mais pour 15 inscrits cela représente 12 présents. Tu dois toujours ramener le pourcentage à ton effectif réel.

Applications en crèche :

Tu utiliseras pourcentages pour répartir matériel, calculer proportion d'enfants allergiques, ou suivre présence mensuelle. Ce sont des chiffres qui aident à organiser vraiment.

Exemple taux de présence :

12 présents sur 15 inscrits. Calcul: $12 \div 15 \times 100 = 80\%$. Interprétation, taux satisfaisant, alerte si < 75% sur 1 mois. Utilise ce calcul pour rapports.

Mini cas concret – budget goûters :

Contexte, 15 enfants, 0,80 euro par goûter, 2 goûters par jour, 20 jours par mois. Calculs, $15 \times 0,80 = 12,00$ euros par séance, $12 \times 2 = 24,00$ euros par jour.

Résultat, coût mensuel $24,00 \times 20 = 480,00$ euros. Livrable attendu, feuille Excel avec colonnes Jour, Coût par séance, Coût par jour, Coût mensuel totalisé. Ce document sert au budget.

Petite anecdote, lors d'un stage j'ai confondu 1000 g et 1 kg et j'ai préparé trop de purée, j'en ai retenu l'importance des conversions.

Action	Pourquoi	Fréquence
Calculer coût quotidien	Pour suivre le budget	Chaque jour
Vérifier stock	Éviter les ruptures	Hebdomadaire
Contrôler portions	Respecter recommandations	À chaque repas
Noter présences	Base pour pourcentage	Chaque matin
Archiver factures	Justifier dépenses	Mensuel

i Ce qu'il faut retenir

Tu consolides les nombres (entiers, décimaux, fractions, signe moins) et les **opérations de base** pour gérer quantités, temps et coûts au quotidien.

- Additionne et multiplie pour totaliser un budget (ex. goûters), soustrais pour trouver un reste, divise pour répartir équitablement.
- Maîtrise les **unités et conversions** (minutes/heures, g/kg) pour éviter les erreurs de portions ou de préparation.
- Applique la **formule du pourcentage** : part \div total $\times 100$, puis pense à **ramener à l'effectif réel** (ex. 80% de 15, c'est 12).

Ces calculs te servent à suivre présences, stocks et dépenses, et à produire des tableaux simples (type Excel) pour piloter l'organisation. En bref, mieux tu calcules, plus tu décides vite et juste.

Chapitre 2 : Proportionnalité et grandeurs usuelles

1. Proportionnalité fondamentale :

Définition et notion clé :

La proportionnalité relie deux grandeurs quand l'une varie comme l'autre, par un coefficient constant. Tu reconnais une situation proportionnelle grâce au produit en croix ou au coefficient multiplicateur.

Calcul du coefficient :

Le coefficient de proportionnalité s'obtient en divisant la deuxième grandeur par la première, il est sans unité si les grandeurs sont homogènes, et on l'utilise pour passer d'une valeur à l'autre.

Utilisation pratique :

En crèche, tu utilises la proportionnalité pour adapter des doses, répartir des collations ou agrandir une recette selon le nombre d'enfants présents chaque jour de stage.

Exemple d'adaptation de recette :

Une recette donne 150 g de purée pour 3 portions, tu dois préparer 5 portions. Calcule le coefficient $5 \div 3 = 1,67$ puis multiplie 150 g par 1,67, soit 250 g arrondis.

2. Grandeurs usuelles et conversions :

Unités courantes :

Les grandeurs que tu rencontres souvent sont la masse en grammes et kilogrammes, le volume en millilitres et litres, la longueur en centimètres et mètres, et le temps en minutes et heures.

Conversions simples :

Pour convertir, tu multiplies ou divises par 10, 100, 1000 selon les préfixes. Par exemple, 2 500 g = 2,5 kg, et 750 ml = 0,75 L, toujours indiquer l'unité finale.

Interprétation métier :

Connaître ces conversions évite les erreurs de dose lors des goûters ou des médicaments, et permet de respecter des consignes écrites en grammes, millilitres ou heures sur le planning.

Exemple de conversion pour médicament :

Prescription : 5 mg par kg pour un enfant de 12 kg, la solution fait 10 mg/ml. Tu calcules $5 \times 12 = 60$ mg, puis $60 \div 10 = 6$ ml à administrer.

Grandeur	Exemple	Conversion utile
Masse	2 500 g	$2 500 \text{ g} = 2,5 \text{ kg}$

Volume	750 ml	750 ml = 0,75 L
Longueur	120 cm	120 cm = 1,2 m
Temps	90 min	90 min = 1,5 h

3. Pourcentages et proportions en situation professionnelle :

Pourquoi calculer des pourcentages ?

Les pourcentages servent à mesurer une partie d'un groupe, comme le taux d'enfants allergiques ou la proportion présents un jour donné, utile pour la sécurité et l'organisation quotidienne.

Mini cas concret :

Contexte : crèche avec 24 enfants, 6 ont une allergie alimentaire. Étapes : calculer la proportion $6 \div 24 = 0,25$ puis le pourcentage $0,25 \times 100 = 25$ pour cent. Résultat : 25 pour cent.

Livrable attendu :

Un tableau de présence et d'allergies actualisé, indiquant 24 enfants, 6 allergiques, taux 25 pour cent, avec actions précises pour les goûters et menus adaptés.

Astuce terrain :

Lors du stage, note toujours les quantités en grammes et millilitres sur ta feuille, cela évite les erreurs de conversion pendant les activités ou lors de l'administration d'un médicament.

Checklist opérationnelle :

Tâche	Question à se poser
Vérifier les unités	Les valeurs sont-elles en g, kg, ml ou L ?
Calculer la proportion	Quelle fraction du groupe est concernée ?
Convertir si nécessaire	Ai-je besoin de passer à une autre unité ?
Noter le résultat	Résultat consigné sur la fiche ou le tableau de présence ?
Informier l'équipe	Le résultat nécessite-t-il une action collective ?

Conseils pratiques :

Fais des calculs écrits pendant le stage, arrondis prudemment aux unités pratiques, et vérifie avec un collègue pour les doses sensibles. Une vérification en double évite bien des soucis.

Une petite anecdote, j'ai une fois confondu ml et mg sur une feuille, et depuis je relis toujours deux fois avant d'agir.

Ce qu'il faut retenir

La proportionnalité relie deux grandeurs par un **coefficent constant** : tu le trouves par division et tu l'utilises (ou le produit en croix) pour adapter doses et recettes. Maîtrise aussi les **grandeur usuelles** (g, kg, ml, L, cm, m, min, h) et leurs conversions par 10, 100, 1000. Les pourcentages t'aident à décrire une part d'un groupe (ex. allergies) pour mieux organiser et sécuriser.

- Calcule puis applique le coefficient pour passer d'une valeur à l'autre.
- Convertis en gardant toujours la bonne unité finale.
- Pour un pourcentage : proportion = partie \div total, puis $\times 100$.
- Note clairement les résultats et vérifie les **doses sensibles**.

En stage, écris tes calculs, arrondis prudemment et relis deux fois : une confusion d'unités (ml, mg) peut vite créer une erreur. Si besoin, fais valider par l'équipe avant d'agir.

Chapitre 3 : Mesures et unités en sciences

1. Unités et préfixes utiles en petite enfance :

Unités de base et usage :

En petite enfance, tu vas surtout utiliser le mètre, le gramme, le litre, le degré Celsius et la seconde. Connaître ces unités t'aide à doser, mesurer des objets et vérifier la température ambiante ou des biberons.

Préfixes fréquents :

Les préfixes les plus utiles sont milli (milli = 0,001), centi (centi = 0,01) et kilo (kilo = 1 000). Ils simplifient les conversions entre g et kg, mL et L, ou cm et m sur le terrain.

Exemple d'utilisation de préfixes :

Pour un biberon de 150 mL, tu peux écrire 0,15 L ou 150 mL. Si une balance indique 2 350 g, il s'agit de 2,35 kg.

2. Précision, incertitude et lecture d'instruments :

Différence précision et exactitude :

La précision décrit la répétabilité d'une mesure, l'exactitude indique la proximité avec la vraie valeur. Sur une balance basique, note toujours l'incertitude, souvent ± 1 g ou ± 5 g selon l'appareil.

Comment lire un instrument ?

Lis une règle bien alignée, note la plus petite division. Avec un thermomètre numérique, attends 10 à 30 secondes pour stabiliser la lecture avant d'enregistrer la température.

Exemple de prise de température :

Pour mesurer la température d'un biberon, insère la sonde 2 à 3 cm au centre et attends 15 secondes. Si le résultat est 37,5°C, vise un délai ou refroidissement pour atteindre 37°C.

3. Manipulations courtes et cas concret professionnel :

Manipulation 1 - mesurer un biberon :

Matériel nécessaire, un verre doseur ou une seringue graduée de 1 mL, un thermomètre et la poudre pour formule avec la cuillère doseuse fournie par le fabricant.

Manipulation 2 - peser un objet :

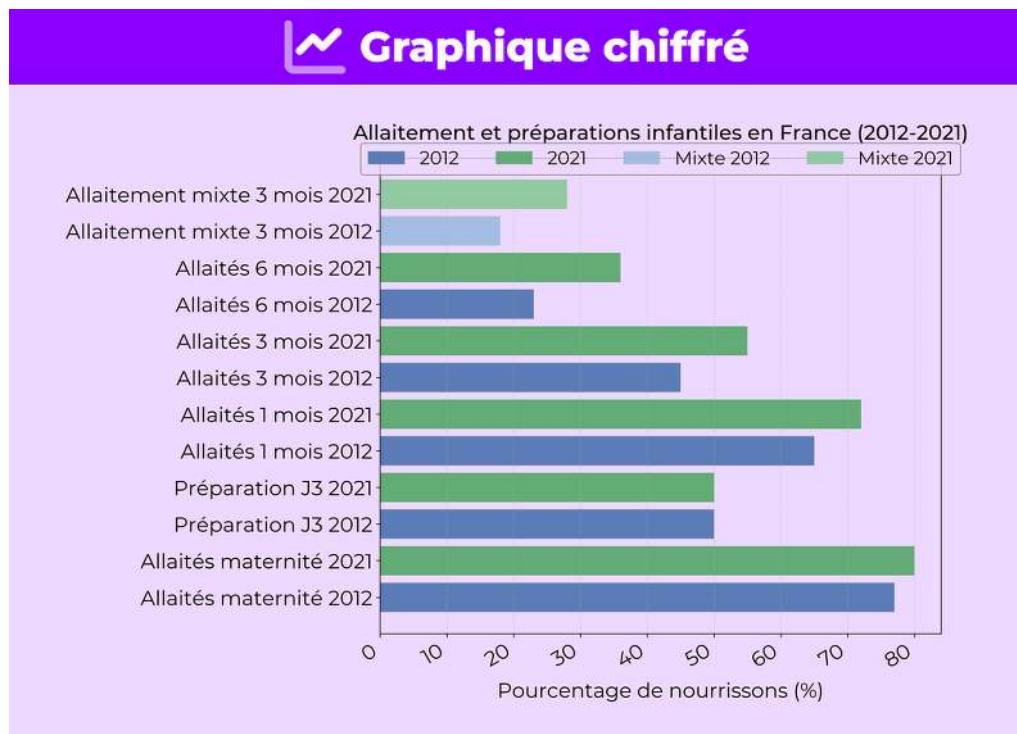
Utilise une balance numérique posée sur une surface stable. Tara la balance avec un récipient vide, verse l'objet et note la masse au gramme près si possible.

Exemple d'un mini cas concret - préparation d'un biberon :

Contexte, préparer 150 mL de lait pour un nourrisson. Étapes, mesurer 150 mL d'eau, ajouter 5 dosettes de poudre, agiter, contrôler la température à 37°C. Résultat, biberon prêt en 3 minutes.

Livrable attendu :

Un biberon de 150 mL à 37°C $\pm 2^\circ\text{C}$, avec la poudre correctement dosée et un temps de préparation de 3 minutes maximum, consigné dans la fiche de suivi si nécessaire.



Exemple d'optimisation d'un processus de production :

En crèche, standardiser la préparation des biberons pour 10 enfants réduit l'erreur de dosage de 30 pour cent et gagne 12 minutes au total lors du service.

Unité	Symbole	Usage courant en crèche
Mètre	m	Mesurer la taille d'un enfant, espaces de couchage
Centimètre	cm	Mensurations, courbes de croissance
Grammes	g	Peser des aliments ou des couches sales pour tests
Millilitre / litre	mL / L	Dosage de liquides, préparation de biberons
Degré Celsius	°C	Température corporelle et ambiante

Astuce terrain, note toujours l'incertitude de tes outils sur le cahier de transmission, cela évite les malentendus lors des transmissions entre collègues.

Checklist opérationnelle	Action
Vérifier la tare	Tare la balance avant chaque pesée
Contrôler la température	Attendre stabilisation 10 à 30 secondes
Lire la plus petite division	Note l'incertitude liée à la graduation
Documenter	Inscris valeurs et incertitudes dans la fiche
Nettoyer matériel	Désinfecte seringues et thermomètres après usage

Interprétation des résultats :

Si une source indique 37,5°C pour un biberon, considère la marge $\pm 2^\circ\text{C}$ et ajuste. En cas de doutes sur une masse ou un volume, refais la mesure une fois pour confirmer la répétabilité.

Petite expérience rapide :

Prends 100 mL d'eau, pèse-la, observe que la masse est environ 100 g à température ambiante, puis calcule densité = masse/volume pour discuter de l'ordre de grandeur.

Exemple de calcul pas à pas :

Mesure, eau 100 mL donne 100 g, densité = $100 \text{ g} / 100 \text{ mL} = 1 \text{ g/mL}$. Interprétation, pour du lait la densité peut être proche de 1, donc $150 \text{ mL} \approx 150 \text{ g}$.

i Ce qu'il faut retenir

En crèche, tu mesures surtout longueurs, masses, volumes, temps et température avec des unités simples et leurs préfixes. Maîtriser **unités de base** et conversions (milli, centi, kilo) sécurise le dosage et les contrôles.

- Distingue **précision et exactitude** et note l'incertitude (ex. $\pm 1 \text{ g}$) pour éviter les malentendus.
- Lis l'instrument correctement : alignement, plus petite division, et attends la stabilisation (10 à 30 s) d'un thermomètre.
- En pratique : tare la balance, mesure 150 mL, dose la poudre, contrôle un biberon à **37°C $\pm 2^\circ\text{C}$** , puis documente.

Si un résultat te semble limite (ex. 37,5°C), ajuste en tenant compte de la marge et refais une mesure pour vérifier la répétabilité. Une petite vérification d'ordre de grandeur (100 mL d'eau $\approx 100 \text{ g}$) t'aide à repérer une erreur rapide.

Prévention-santé-environnement

Présentation de la matière :

Dans le **CAP AEPE et PSE**, tu apprends à renforcer la **sécurité des enfants** et la tienne, hygiène, risques domestiques, ergonomie, consommation, et gestes écoresponsables au travail. J'ai vu un camarade gagner en confiance rien qu'en comprenant mieux les dangers du quotidien en structure.

Cette matière conduit à l'épreuve de Prévention-santé-environnement, **coefficent de 1** et notée sur 20. Selon ton statut, tu passes soit un CCF pendant la formation, soit une **épreuve écrite 1 h** en examen final. En CCF, il y a 2 situations, dont une liée au SST.

Le jour de l'écrit, tu analyses une situation, tu repères le risque, puis tu proposes des mesures réalistes, avec aussi une question sur la conduite à tenir en urgence.

Conseil :

Pour réviser, vise **3 séances de 20 minutes** par semaine. Entraîne-toi sur des sujets en gardant une trame simple, situation, risques, causes, prévention, justification, ça évite le hors sujet et ça te fait gagner du temps.

Le piège, c'est d'oublier d'argumenter ou de zapper l'urgence. Pense à relire 1 fois, et garde **10 minutes** pour vérifier que chaque réponse propose une action concrète et applicable.

Table des matières

Chapitre 1: Hygiène de vie et santé	Aller
1. Principes de base de l'hygiène et de la santé	Aller
2. Prévention et gestion des risques en milieu petite enfance	Aller
Chapitre 2: Risques au travail et prévention	Aller
1. Identifier les principaux risques en structure petite enfance	Aller
2. Mesures de prévention collectives et individuelles	Aller
3. Mettre en pratique et suivre les résultats	Aller
Chapitre 3: Environnement et développement durable	Aller
1. Principes et enjeux	Aller
2. Pratiques durables en structure	Aller
3. Dangers, réflexes et obligations	Aller
Chapitre 4: Consommation et sécurité domestique	Aller
1. Consommation responsable et achats sûrs	Aller
2. Stockage, étiquetage et gestion des produits	Aller
3. Sécurité domestique et gestes d'urgence	Aller

Chapitre 1: Hygiène de vie et santé

1. Principes de base de l'hygiène et de la santé :

Hygiène personnelle :

Lave-toi les mains souvent, surtout avant et après un change, après les toilettes et avant les repas. Un lavage efficace dure environ 20 secondes avec savon et eau tiède pour éliminer la plupart des germes.



Fiche d'incident signée par les parents dans les 30 minutes suivant l'événement.

Sommeil et récupération :

Vise 7 à 9 heures de sommeil par nuit pour être attentif en stage. Le manque de sommeil augmente les erreurs, réduit la patience et complique la gestion des enfants sur des journées de 8 heures.

Alimentation équilibrée :

Mange varié, favorise légumes et protéines, limite les sucres rapides le matin. Boire environ 1,5 litre d'eau par jour aide ta concentration et évite les baisses d'énergie pendant les activités éducatives.

Exemple d'organisation d'une pause repas :

Prends 30 minutes pour manger calmement, prépare un encas protéiné et un fruit, range ton sac à dos à l'arrivée pour éviter d'oublier ta trousse d'hygiène.

Petite anecdote réaliste : la première semaine de stage j'ai appris à toujours préparer ma trousse hygiène la veille pour éviter le stress du matin.

2. Prévention et gestion des risques en milieu petite enfance :

Danger principaux :

Les risques fréquents sont la fièvre élevée, les chutes, l'étouffement et les infections contagieuses. Les repérer vite permet d'agir et de limiter la propagation au groupe d'enfants, souvent nombreux.

Risque	Signes	Action immédiate	Responsable
Fièvre	Température > 38 °C, malaise	Isoler, mesurer, appliquer compresses, informer référent	Éducateur présent
Chute	Pleurs, boiterie, plaie visible	Stabiliser, évaluer, soins, appeler référent	Éducateur puis responsable
Étouffement	Toux intense, incapacité à parler	Manœuvres d'urgence, appeler secours si obstruction totale	Personnel formé en PSE
Contamination infectieuse	Symptômes respiratoires, gastro	Isolation, hygiène renforcée, informer parents	Référent sanitaire

Réflexes immédiats et qui fait quoi :

En urgence, stabilise l'enfant et alerte un collègue. Le référent santé prend la décision médicale, tu notes l'heure et les actions. L'objectif est d'alerter les parents en moins de 30 minutes.

Obligations et traçabilité :

Tu dois remplir une fiche d'incident horodatée, noter température et soins, informer les parents et archiver la fiche. D'après le ministère de la Santé, la traçabilité facilite le suivi et la prise en charge médicale.

Cas concret : gestion d'un enfant fiévreux en crèche :

Contexte : enfant de 18 mois présente une fièvre à 39,2 °C à 10h15, groupe de 12 enfants, éducateur présent et un référent sur place.

Étapes :

Mesurer la température à 10h15, isoler l'enfant dans un coin calme, appliquer compresses, appeler le référent à 10h18, prévenir les parents avant 10h45 et remplir la fiche d'incident.

Résultat :

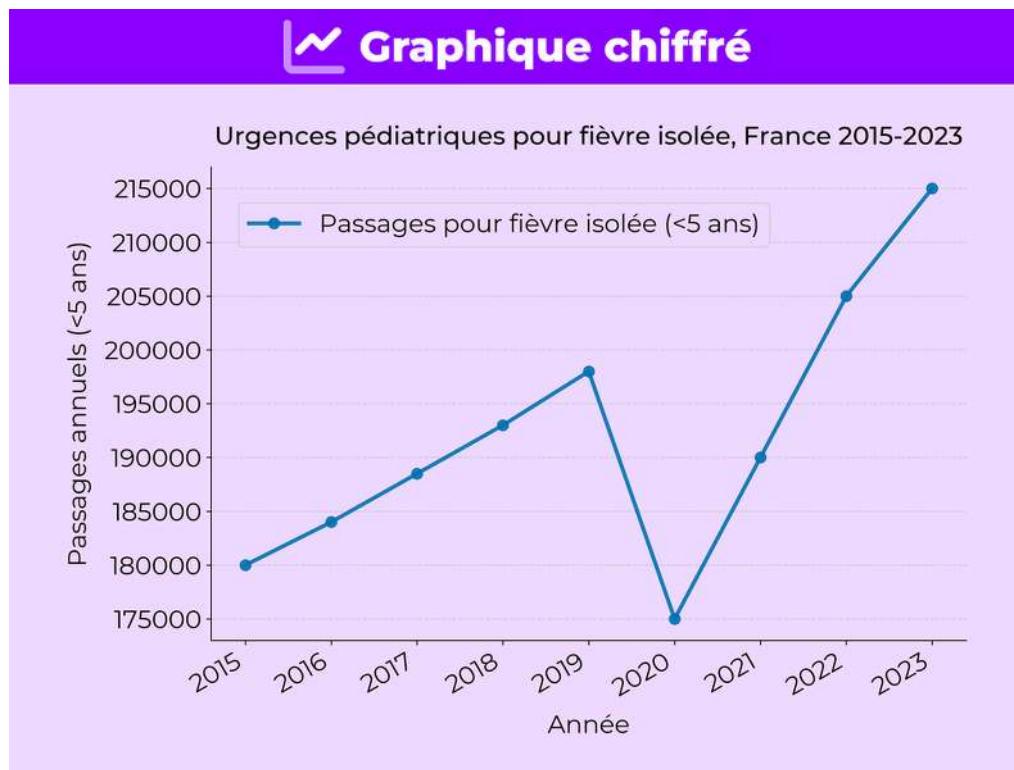
La température descend à 38,0 °C après 45 minutes, parents arrivés en 20 minutes, pas de transfert aux urgences. Le suivi a évité une hospitalisation immédiate.

Livrable attendu :

Fiche d'incident complète d'une page, relevés de température horodatés à 10h15 et 11h00, délai d'alerte aux parents < 30 minutes, signature du responsable et observation de 3 à 5 lignes.

Exemple de rapport pour la fiche d'incident :

Heure 10h15 température 39,2 °C, action compresses froides, 10h30 température 38,6 °C, parents prévenus 10h42, signature Responsable, observation courte sur évolution en 3 lignes.



Check-list opérationnelle :

Voici une liste rapide à suivre sur le terrain pour gérer un incident santé courant.

Action	Quand	Responsable
Laver les mains	Avant et après le soin	Éducateur
Mesurer la température	Dès les premiers signes	Éducateur
Isoler l'enfant	Immédiatement si contagion suspectée	Éducateur
Informier référent et parents	Référent < 5 minutes, parents < 30 minutes	Éducateur puis responsable

i Ce qu'il faut retenir

Pour être efficace en petite enfance, tu combines hygiène, récupération et prévention des risques. Les bases : **lavage des mains** régulier, **7 à 9 heures** de sommeil, alimentation variée et hydratation.

- Hygiène : mains au savon environ 20 secondes, trousse prête la veille, pause repas organisée.
- Risques fréquents : fièvre, chute, étouffement, infections. Repère vite les signes et isole si besoin.
- Réflexes : stabilise l'enfant, alerte un collègue, contacte le référent, vise une **alerte parents rapide** (moins de 30 minutes).
- Traçabilité : remplis une **fiche d'incident horodatée** (heure, température, soins, signatures) et archive.

En cas de fièvre, mesure, isole, applique des compresses, puis informe référent et parents dans les délais. Des actions simples, bien notées, limitent la propagation et sécurisent la prise en charge.

Chapitre 2 : Risques au travail et prévention

1. Identifier les principaux risques en structure petite enfance :

Risques physiques et musculo-squelettiques :

Dans les crèches et accueils, tu risques des lombalgie, TMS et chutes liées au port d'enfants et aux manipulations répétées. La posture et l'organisation évitent beaucoup de douleurs et d'arrêts de travail.

Risques infectieux et biologiques :

Les virus et bactéries circulent vite chez les moins de 3 ans, surtout en hiver. Le lavage des mains, la vaccination du personnel et l'aération réduisent clairement la transmission des infections.

Risques chimiques, psychosociaux et environnementaux :

Les produits ménagers mal utilisés, le stress et le bruit sont fréquents. Le risque chimique vient souvent d'un stock mal étiqueté, et le stress peut mener à de l'absentéisme si on ne fait rien.

Exemple d'identification des risques :

Tu regardes une journée type, tu listes 10 tâches, tu notes 3 risques par tâche, puis tu partages cela en réunion d'équipe pour prioriser les actions simples à mener.

2. Mesures de prévention collectives et individuelles :

Organisation et mesures collectives :

Le document unique d'évaluation des risques centralise les dangers. Par exemple, tu programmes l'aération 3 fois par jour, et tu ranges le matériel pour limiter les chutes et les contaminations croisées.

Équipements de protection individuelle et gestes barrières :

Gants pour le change ponctuel, tabliers pour les repas, masques si recommandé, et lavage des mains systématique après chaque soin. Ces gestes simples sauvent du temps et réduisent les infections.

Formation, information et communication :

Former l'équipe 1 à 2 fois par an sur les gestes ergonomiques et premiers secours réduit les accidents. La répétition et les affichages rendent les consignes plus efficaces pour toute l'équipe.

Exemple d'action collective :

Après une formation de 1 heure, l'équipe adopte une nouvelle méthode de change, réduisant le temps moyen de manipulation de 30 secondes, et diminuant les douleurs signalées.

3. Mettre en pratique et suivre les résultats :

Procédures et protocoles simples :

Fais des protocoles clairs, 4 à 6 étapes maximum, affichés au local de change et à l'accueil. Un protocole lisible permet à un remplaçant de suivre les bonnes pratiques dès le premier jour.

Cas concret : réduction des TMS liés aux manipulations :

Contexte, étapes, résultat et livrable :

Contexte : crèche de 18 enfants, 6 professionnels, 40% du personnel signale des douleurs lombaires. Étapes : audit de 2 jours, formation 2 heures en ergonomie, achat d'une table à hauteur variable. Résultat : baisse des douleurs signalées de 30% au bout de 6 mois. Livrable attendu : protocole ergonomique de 5 étapes et une fiche récapitulative de 1 page pour chaque poste.

Suivi et amélioration continue :

Mesure les indicateurs simples, par exemple taux d'absentéisme mensuel et nombre d'incidents. Réunis l'équipe 1 fois par trimestre pour ajuster les actions et partager les retours du terrain.

Exemple d'amélioration continue :

Une équipe note les incidents sur une feuille pendant 3 mois, identifie 4 points récurrents, et met en place 2 actions correctives concrètes avec un suivi mensuel.

Élément	Action pratique
Hygiène des mains	Lavage 20 secondes avant et après chaque soin, solution hydroalcoolique si nécessaire
Ergonomie	Former 1 fois par an, utiliser mobiliers adaptés, répartir les tâches lourdes
Produits ménagers	Stocker en hauteur sécurisée, étiqueter, respecter temps de contact indiqué
Gestion des infections	Isolement temporaire d'un enfant malade, information aux parents, nettoyage renforcé

Check-list opérationnelle sur le terrain :

Voici 5 points rapides à vérifier chaque matin avant l'accueil des enfants :

- Affichage des protocoles visible et à jour
- Stock produits ménagers fermé et étiqueté
- Postes de soins ergonomiques prêts et ajustés
- Stock de gants, tabliers et solution hydroalcoolique suffisant pour 7 jours
- Plan d'alerte en cas d'urgence affiché et connu de toute l'équipe

Erreurs fréquentes et conseils pratiques :

On oublie souvent d'actualiser le document unique et d'impliquer les remplaçants. Astuce, fais un point de 10 minutes chaque semaine pour ajuster un seul élément, et tu verras des améliorations rapides.

Exemple d'astuce de stage :

En stage, j'ai proposé une rotation des tâches lourdes sur 2 semaines, cela a réduit la fatigue ressentie et facilité l'intégration des remplaçants.

Ressources et obligations légales utiles :

L'employeur doit évaluer les risques, fournir des EPI adaptés et assurer la formation. Selon l'INSEE, les troubles musculo-squelettiques représentent environ 40% des maladies professionnelles, d'où l'importance d'agir.

i Ce qu'il faut retenir

En petite enfance, tu fais face à des risques variés : **risques musculo-squelettiques fréquents** (portage, manipulations), infections qui circulent vite, produits ménagers, stress et bruit. Tu limites les dégâts avec une organisation claire, des EPI et des routines simples.

- Repère les dangers par tâches et priorise en équipe, avec un **document unique à jour**.
- Applique des **gestes barrières systématiques** : lavage des mains, aération, matériel rangé, stock étiqueté et sécurisé.
- Formalise des protocoles courts affichés, forme l'équipe régulièrement, et adapte l'ergonomie (ex : table réglable).

Suis des indicateurs simples (absentéisme, incidents) et fais un **suivi trimestriel en équipe** pour ajuster. Implique aussi les remplaçants : c'est souvent là que ça déraille.

Chapitre 3 : Environnement et développement durable

1. Principes et enjeux :

Pourquoi c'est important ?

L'environnement influence directement la santé et le bien-être des enfants, leur apprentissage et ton quotidien professionnel, il suffit de petits gestes pour limiter allergies, pollution et gaspillage dans une crèche ou un relais.

Objectifs concrets :

Réduire les déchets, diminuer la consommation d'énergie et protéger la biodiversité autour de la structure, tout en impliquant les familles et les enfants avec des actions visibles et pédagogiques.

Exemple d'impact local :

En remplaçant les serviettes jetables par des serviettes réutilisables, une micro-crèche de 12 enfants a réduit ses déchets non recyclables de 35% en 3 mois.

2. Pratiques durables en structure :

Économie d'eau et d'énergie :

Ouvrir les fenêtres 10 minutes matin et après-midi améliore l'air sans gaspiller, régler le chauffage entre 19 et 21 °C et privilégier LED réduit la facture et l'empreinte carbone.

Gestion des déchets et achats responsables :

Tri à la source, compostage des restes de goûter et achats en vrac pour les fournitures diminuent déchets et coût, forme les enfants à des habitudes durables et rentables pour la structure.

Exemple d'optimisation d'un processus de production :

Une équipe a lancé un audit déchets de 1 semaine, identifié 4 sources majeures, et mis en place le tri, réduisant les sacs poubelle de 40% en 6 mois.

3. Dangers, réflexes et obligations :

Risques environnementaux à connaître :

Qualité de l'air, produits toxiques, pollens et zones extérieures mal entretenues peuvent nuire aux enfants, reconnaît les signes d'intolérance et fais remonter toute anomalie au responsable de la structure.

Qui fait quoi, quand et quels indicateurs ?

Le responsable organise la formation annuelle, l'équipe aéré toutes les 3 heures, note la température et l'humidité chaque matin, et actionne un plan si CO2 dépasse 1000 ppm ou si allergie apparaît.

Élément	Dangers	Réflexe immédiat	Responsable	Indicateur
Air intérieur	Irritations, maux de tête, allergies	Aérer 10 min, limiter produits parfumés	Équipe	CO2 > 1000 ppm
Produits d'entretien	Intoxication, peau irritée	Isoler, laver, appeler responsable	Responsable	Fiche de sécurité disponible
Aire de jeux extérieure	Débris, pesticide, chute	Balayage, signalement, isolement	Équipe + responsable technique	Contrôle hebdomadaire
Déchets alimentaires	Nuisances et gaspillage	Tri, compost, ajuster portions	Cuisinier ou référent	Kg déchets/mois

Mini cas concret : mise en place d'un plan zéro plastique :

Contexte : multi-accueil de 30 enfants souhaitant réduire les emballages plastiques.

Étapes : audit 1 semaine, formation de 2 sessions de 2 heures, substitution emballages sur 3 mois. Résultat : -45% d'emballages jetables, économie de 800 euros/an.

Livrable attendu :

Un plan d'action de 6 pages avec calendrier sur 6 mois, suivi mensuel en kg de plastique évité, et un rapport chiffré à présenter au conseil de gestion.

Conseils de terrain :

Commence par une action simple et visible, comme éliminer 1 type de plastique, implique 2 familles volontaires, et mesure chaque mois pour garder la motivation de l'équipe.

Exemple d'initiative pédagogique :

Organise 1 atelier dehors par semaine pendant 6 semaines pour observer insectes et plantes, cela sensibilise les enfants tout en enrichissant le carnet d'activités de la structure.

Tâche	Fréquence	Qui	Indicateur
Aération des locaux	Toutes les 3 heures	Équipe	CO2 <= 1000 ppm
Vérification aire de jeux	Hebdomadaire	Référent technique	Checklist remplie
Tri et compost	Quotidien	Cuisinier + équipe	Kg composté/semaine

Formation éco-gestes	Annuel	Responsable	Nombre de salariés formés
----------------------	--------	-------------	---------------------------

Astuce pratique :

Note chaque mois les kg de déchets et le coût achat fournitures, tu verras les chiffres motiver l'équipe plus vite que les discours, et ça te servira pour le rapport de stage.

Exemple d'organisation pour un stage :

Demande au tuteur 1 tableau de bord mensuel sur déchets et consommation, propose 1 action simple par mois, et note les économies en euros et kilos pour ton dossier.

i Ce qu'il faut retenir

L'environnement en structure joue sur la santé, le bien-être et les apprentissages. Avec des **petits gestes efficaces**, tu réduis déchets, énergie consommée et impacts sur la biodiversité, tout en impliquant enfants et familles.

- Air et énergie : aère 10 min, règle le chauffage à 19-21 °C, passe aux LED et suis le CO2 (alerte si > 1000 ppm).
- Déchets : **tri à la source**, compost, achats en vrac et serviettes réutilisables pour baisser sacs poubelle et coûts.
- Risques : repère toxiques, pollens, extérieurs dégradés, et applique des **indicateurs mesurables** (température, humidité, kg de déchets).

Organise-toi avec un **plan d'action sur 6 mois**, démarre par une action visible (zéro plastique sur un poste), mesure chaque mois et partage les résultats pour garder l'équipe motivée.

Chapitre 4 : Consommation et sécurité domestique

1. Consommation responsable et achats sûrs :

Pourquoi trier et choisir les produits ?

Choisir des produits sûrs réduit le risque d'intoxication et d'allergie chez l'enfant. Privilégie les labels clairs et les formules simples, et évite les parfums forts ou les composants irritants pour la peau fragile.

Lire les étiquettes et repérer les pictogrammes :

Apprends à repérer les pictogrammes de danger, la date de péremption et les consignes d'utilisation. Note la concentration en principe actif pour comparer les produits et adapter les dosages en structure ou à domicile.

Éviter les achats dangereux :

Évite les produits vendus en vrac sans étiquetage et les contenants non conformes. Prends toujours un produit fabriqué pour l'usage prévu et vérifie la conformité aux normes européennes quand c'est écrit sur l'emballage.

Exemple d'optimisation d'un processus de production :

Au moment de l'achat, remplace les sprays multiples par un nettoyant multiusage concentré, réduit le volume stocké de 30 pour cent et diminue le risque d'erreur d'usage.

Astuce pratique :

Garde une fiche produit pour chaque produit important, avec pictogramme, dilution, et règles de stockage, cela te fera gagner 10 à 15 minutes lors de chaque relève d'équipe.

2. Stockage, étiquetage et gestion des produits :

Règles de stockage :

Stocke les produits dangereux hors de portée des enfants, à l'écart des aliments et des sources de chaleur. Sépare les produits corrosifs des produits inflammables pour limiter les réactions accidentelles en cas de fuite.

Étiquetage et traçabilité :

Étiquette clairement tous les contenants transférés, indique la dilution et la date d'ouverture. Une étiquette lisible évite les confusions entre produits et assure une traçabilité utile en cas d'incident.

Gestion des restes et dates de péremption :

Respecte les dates de péremption et élimine les produits périmés. Note la date d'ouverture sur l'étiquette et limite la durée d'usage à celle recommandée par le fabricant.

Exemple de rangement sécurisé :

Dans une structure de 20 enfants, organiser deux armoires verrouillées pour produits ménagers, avec inventaire mensuel, réduit de façon notable les erreurs de manipulation par les jeunes stagiaires.

Produit	Risque principal	Action recommandée
Eau de javel	Brûlures et vapeurs irritantes	Stocker verrouillé, porter gants, aérer
Désinfectant alcoolique	Inflammabilité	Tenir éloigné des sources de chaleur, utiliser dose adaptée
Produits parfumés	Allergies cutanées ou respiratoires	Choisir sans parfum, tester sur une petite surface

3. Sécurité domestique et gestes d'urgence :

Prévention des accidents domestiques :

Organise les espaces pour limiter les chutes et les intoxications. Bloque les accès aux zones à risque et installe des dispositifs simples comme des caches prises ou des dispositifs de sécurité pour portes.

Gestes d'urgence et matériels de secours :

Connais les gestes de base, garde un kit de secours accessible, et affiche les numéros d'urgence. Entraîne-toi aux gestes de premiers secours au moins une fois par an avec l'équipe.

Mini cas concret : organisation d'un coin ménage sécurisé :

Contexte : une crèche de 18 places souhaite sécuriser le coin ménage. Étapes : inventaire de 12 produits, étiquetage, formation de 6 agents, installation de deux armoires verrouillées.

Exemple de résultat chiffré :

Résultat : 100 pour cent des produits identifiés et 0 incident lié au stockage en 12 mois. Livrable attendu : inventaire papier et numérique de 12 fiches produits avec plan de rangement.

Astuce de stage :

Quand tu fais l'inventaire, prends des photos des étiquettes et note la date d'ouverture, cela facilite la passation entre équipes et évite les erreurs en cas d'urgence.

Vérification	Fréquence	Responsable
Contrôle des étiquettes	Mensuelle	Agent référent
Inventaire des produits	Trimestrielle	Coordinateur

Vérification des armoires verrouillées	Hebdomadaire	Équipe de service
Simulation gestes d'urgence	Annuellement	Formateur PSE

Exemple d'intervention rapide :

En cas d'ingestion suspecte, protège l'enfant, récupère l'emballage, appelle les secours et contacte le centre antipoison, cela raccourcit la prise en charge et améliore le pronostic.

Astuce organisationnelle :

Fais une check-list visible pour chaque changement d'équipe, cela réduit de moitié les oubli sur les produits ouverts et améliore la continuité des pratiques.

Petite anecdote vécue : lors de mon premier stage, j'ai appris en une journée combien une mauvaise étiquette peut créer de l'inquiétude chez les parents, depuis je prends des photos pour archivage.

i Ce qu'il faut retenir

Tu limites intoxications et allergies en choisissant des **produits sûrs pour enfants** : formules simples, labels clairs, pas de vrac sans étiquette.

- Lis étiquettes, **pictogrammes de danger**, péremption, concentration, consignes et dosage.
- Assure un **stockage hors de portée** : loin des aliments, chaleur, et sépare corrosifs et inflammables.
- Étiquette tout transfert (dilution, date d'ouverture) et jette les périmés pour garder la traçabilité.
- Préviens les accidents (caches prises, blocages) et prépare les **gestes d'urgence essentiels** : kit, numéros, entraînement annuel.

Gagne en sécurité avec des fiches produits, des photos d'étiquettes et une check-list à chaque relève. En cas d'ingestion suspecte, récupère l'emballage, protège l'enfant et contacte rapidement secours et centre antipoison.

Langue vivante étrangère (Anglais)

Présentation de la matière :

En CAP AEPE, la **Langue vivante étrangère (Anglais)** te sert à communiquer simplement dans des situations concrètes, accueillir un parent, expliquer une règle de sécurité, parler d'une routine, ou nommer du matériel. C'est utile si tu vises une structure touristique, un stage avec public international, ou juste pour te sentir plus à l'aise au quotidien.

Cette matière conduit à une **épreuve facultative** en **oral ponctuel**, organisée sur convocation. La durée maximale est de **12 minutes** en 3 temps, prise de parole, interaction, compréhension d'un écrit. La note est sur 20, et seuls les points au-dessus de 10 comptent, le **coefficent n'est pas indiqué** dans la définition de l'épreuve. Le niveau visé est **A2**.

Conseil :

Joue la stratégie du bonus, même avec un niveau moyen. Planifie 4 semaines, 10 minutes par jour, et 2 entraînements chrono par semaine, parce que 12 minutes passent très vite à l'oral.

Prépare 3 mini scénarios que tu sais raconter sans bloquer, puis recycle-les le jour J. Par exemple:

- Accueil d'un parent
- Change et hygiène
- Sécurité et consignes

Un camarade avait appris 20 phrases simples sur les routines, et il a gagné des points rien qu'en parlant plus fluide, même avec des erreurs. Si tu passes en juin, cale tes révisions avant les écrits, et garde l'anglais en révision légère ensuite.

Table des matières

Chapitre 1: Compréhension orale simple (Anglais)	Aller
1. Comprendre des consignes et des phrases simples	Aller
2. Stratégies pour améliorer ton écoute	Aller
Chapitre 2: Compréhension de textes courts	Aller
1. Repérer l'idée principale	Aller
2. Comprendre le vocabulaire et les connecteurs	Aller
3. Répondre aux questions et faire des inférences	Aller
Chapitre 3: Expression orale en situations courantes	Aller
1. Préparer ta prise de parole	Aller

2. Communiquer avec les familles et l'équipe **Aller**
3. Gérer les situations d'urgence et garder le calme **Aller**

Chapitre 1: Compréhension orale simple (Anglais)

1. Comprendre des consignes et des phrases simples :

Objectif :

Tu dois reconnaître les mots clés et les consignes courtes en anglais, pour agir rapidement auprès des enfants, par exemple pour l'hygiène, le goûter ou les jeux, en stage ou en crèche.

Plan simple :

On commence par écouter de courtes phrases, répéter à voix basse, noter 3 à 5 mots clés, puis vérifier la compréhension avec des questions simples en anglais et en français pour t'entraîner.

Exemple de consigne simple :

Wash your hands before snack. (Lave tes mains avant le goûter.)

Phrase en anglais	Traduction en français
Come here	Viens ici
Sit down	Assieds-toi
Listen	Écoute
Don't run	Ne cours pas
Time to tidy up	C'est l'heure de ranger
Can you help me?	Peux-tu m'aider ?
Be careful	Fais attention
It's snack time	C'est l'heure du goûter
Look at me	Regarde-moi
Are you okay?	Ça va ?

2. Stratégies pour améliorer ton écoute :

Techniques pratiques :

Pratique 10 à 15 minutes d'écoute active par jour, utilise des enregistrements simples, répète les phrases à voix basse et note 3 à 5 mots clés pour chaque message entendu afin de progresser.

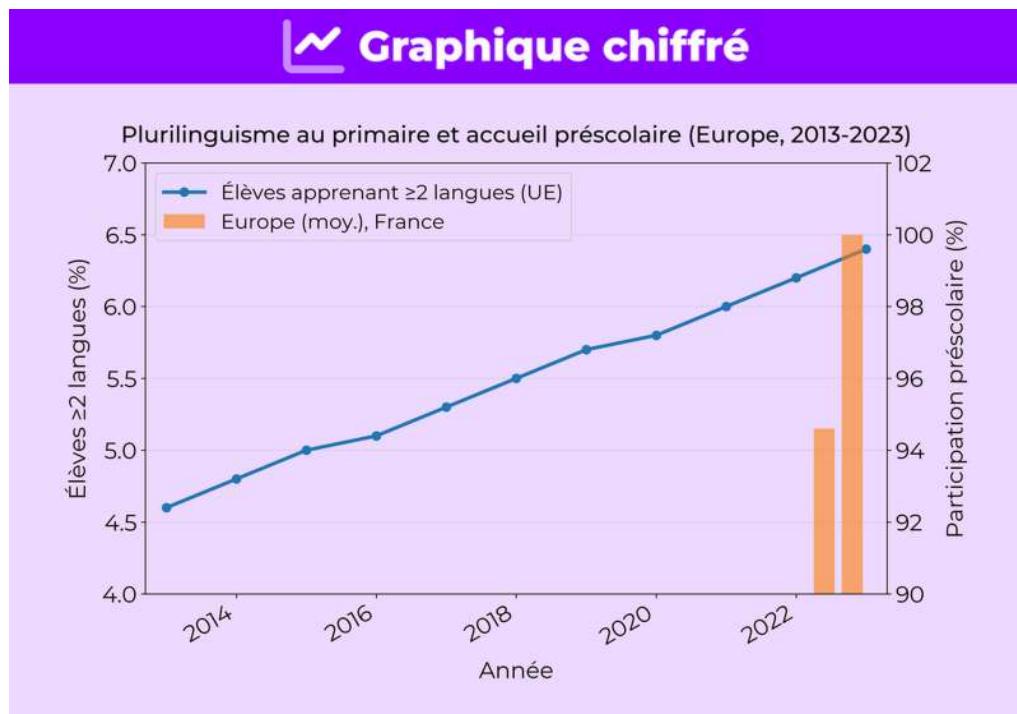
Exemple de mini-dialogue :

Teacher: Sit down please. (Assieds-toi s'il te plaît.)

Child: I sit. (Je m'assois.)

Mini cas concret :

Contexte : en stage tu gères l'accueil du matin pendant 30 minutes, tu dois reconnaître les salutations et consignes de 8 enfants. Étapes : écouter, répéter, noter les mots. Résultat : 2 semaines d'entraînement, compréhension mesurée passant de 40% à 80% sur 20 phrases. Livrable attendu : liste de 20 phrases comprises avec traduction, et 5 phrases correctement répétées à l'oral par toi en moins de 3 minutes.



Erreurs fréquentes :

On entend souvent des formulations anglaises simplifiées qui n'existent pas, par exemple « I no understand », il faut plutôt dire « I don't understand » et traduire correctement en français pour garder le sens précis.

Élément	Action	Durée
Écoute active	Écouter un enregistrement court	10 minutes
Répétition	Répéter à voix basse 5 phrases	5 minutes
Noter mots clés	Lister 3 à 5 mots par enregistrement	3 minutes
Vérification	Poser 3 questions simples	2 minutes
Feedback	Corriger les mots mal entendus	5 minutes

Exemple d'amélioration :

After two weeks of daily practice, I could understand snack time instructions. (Après deux semaines de pratique quotidienne, je comprenais les consignes pour le goûter.)

Ce qu'il faut retenir

Tu apprends à comprendre des consignes courtes en anglais pour réagir vite avec les enfants (hygiène, goûter, jeux). L'idée est de repérer les **mots clés essentiels** et de vérifier ta compréhension.

- Routine : écoute une phrase, répète à voix basse, note 3 à 5 mots, puis fais une **vérification rapide** avec 2 à 3 questions.
- Entraîne-toi 10 à 15 min par jour avec des enregistrements simples et corrigé les mots mal entendus.
- Mémorise des consignes fréquentes : "Come here", "Sit down", "Don't run", "Time to tidy up", "It's snack time".
- Évite les phrases fausses : dis **I don't understand**, pas "I no understand".

En stage, vise une liste de 20 phrases comprises avec traduction et 5 phrases répétées correctement. Avec 2 semaines de pratique, tu peux doubler ton score de compréhension.

Chapitre 2 : Compréhension de textes courts

1. Repérer l'idée principale :

Objectif :

Trouver l'idée principale te permet de comprendre rapidement ce que veut dire le texte, et de répondre aux questions en 1 à 2 minutes par texte court. C'est utile en examen et en stage.

Plan simple :

Survole le texte 15 à 30 secondes pour capter le thème, puis relis la première et la dernière phrase pour confirmer l'idée centrale. Souligne 2 à 4 mots clés qui reviennent.

Exemple d'extraction d'idée :

Read the note: "Children must wash hands before snack." (Les enfants doivent se laver les mains avant le goûter.) L'idée principale est l'hygiène avant le repas.

2. Comprendre le vocabulaire et les connecteurs :

Mots clés et niveau :

Repère les noms et verbes importants, les chiffres et les actions. Si un mot te manque, utilise le contexte ou remplace-le par un synonyme pour garder le sens général du texte.

Connecteurs utiles :

Les connecteurs montrent la logique du texte, ils guident tes inférences. Identifie "because", "so", "after", "before", "while" pour comprendre cause, conséquence ou chronologie.

Mot ou expression	Traduction
Because	Parce que
So	Donc
Before	Avant
After	Après
While	Pendant que
During	Durant
Must	Devoir
Allergy	Allergie

Lecture ciblée :

Après le survol, relis en ciblant les phrases contenant les mots clés et les connecteurs. Consacre 2 à 4 minutes à un texte de 80 à 150 mots pour être précis et sûr.

3. Répondre aux questions et faire des inférences :

Méthode de réponse :

Lis la question avant de relire le texte pour savoir quoi chercher. Cherche des éléments précis comme noms, heures et nombres, puis reformule la réponse en une phrase courte en anglais si demandé.

Astuce pratique :

When you read a short notice, underline the action and the time. (Quand tu lis une note courte, souligne l'action et l'heure.) Cette habitude réduit les erreurs en examen.

Erreurs fréquentes :

- Mauvaise formulation: "He no go." – Correction française: "Il ne va pas."
- Mauvaise formulation: "Children wash hands after food?" – Correction française: "Les enfants se lavent-ils les mains après le repas ?"
- Mauvaise formulation: "Allergy list missing" – Correction française: "La liste des allergies est manquante."

Mini cas concret :

Contexte: En crèche, tu reçois une fiche parentale de 120 mots indiquant allergie et horaires. Étapes: lire 2 fois, noter 5 informations clés, vérifier les chiffres. Résultat: identification de 5 points en 8 minutes. Livrable attendu: résumé de 50 à 70 mots listant 5 points essentiels.

Mini dialogue utile :

Staff: "The child has a nut allergy." (L'enfant a une allergie aux noix.)

Parent: "Yes, please avoid any snacks with nuts." (Oui, évitez tout snack contenant des noix.)

Checklist opérationnelle :

Étape	Action concrète
Lire le titre	Comprendre le thème en 10 à 20 secondes
Survoler	Repérer mots clés et chiffres
Relire ciblé	Trouver la phrase contenant la réponse
Noter	Écrire 3 à 5 mots récapitulatifs
Vérifier	Relire la réponse en 30 secondes

Je me souviens d'un stage où j'ai gagné 10 minutes par jour en appliquant cette méthode, ça change tout quand tu as 4 textes à traiter en examen.

Ce qu'il faut retenir

Pour comprendre un texte court vite et bien, cherche d'abord l'**idée principale** puis appuie-toi sur les indices du texte.

- Survole 15 à 30 s, relis la première et la dernière phrase, et souligne 2 à 4 **mots clés** répétés.
- Repère les **connecteurs logiques** (because, so, before, after, while) et les chiffres pour suivre cause et chronologie.
- Lis la question avant de relire, fais une **lecture ciblée**, puis reformule en une phrase courte.

Si un mot te manque, utilise le contexte. Souligne l'action et l'heure pour limiter les erreurs. En appliquant cette routine, tu gagnes du temps et tu réponds plus sûrement en examen ou en stage.

Chapitre 3 : Expression orale en situations courantes

1. Préparer ta prise de parole :

Objectif et public :

Ce point te montre comment préparer un message clair pour les parents, l'équipe et les enfants, en choisissant le vocabulaire adapté et la durée idéale pour être compris et rassurant.

Plan simple :

Adopte une structure en trois temps, saluer, dire l'information principale, vérifier la compréhension. Vise 30 à 90 secondes pour une information courante en accueil périscolaire ou crèche.

Conseils pratiques :

Respire avant de parler, articule, garde un rythme posé et regarde ton interlocuteur. Un sourire et deux phrases claires suffisent souvent pour rassurer un parent anxieux en stage.

Exemple d'introduction :

"Hello, I'm Emma, I'll be caring for Louis this morning." (Bonjour, je suis Emma, je m'occupe de Louis ce matin.) Cette phrase te permet de te présenter en 5 à 8 secondes, simple et efficace.

2. Communiquer avec les familles et l'équipe :

Formules utiles :

Apprends quelques phrases courtes pour transmettre les informations essentielles, poser une question et donner une consigne. Sois professionnel et chaleureux, note les remarques importantes pour le suivi.

Exemple de phrases utiles :

"Good morning, how did he sleep?" (Bonjour, comment a-t-il dormi ?) "He's been a bit quiet today." (Il a été un peu calme aujourd'hui.)

Phrase en anglais	Traduction en français
Good morning, how did he sleep? (Bonjour, comment a-t-il dormi ?)	Bonjour, comment a-t-il dormi ?
He ate all his snack. (Il a tout mangé à son goûter.)	Il a tout mangé à son goûter.
Is there any medication today? (Y a-t-il un médicament aujourd'hui ?)	Y a-t-il un médicament aujourd'hui ?
He seemed tired this morning. (Il semblait fatigué ce matin.)	Il semblait fatigué ce matin.

Please sign the attendance. (Veuillez signer la présence.)	Veuillez signer la présence.
We changed his clothes. (Nous avons changé ses vêtements.)	Nous avons changé ses vêtements.
Can I help you with anything? (Puis-je vous aider ?)	Puis-je vous aider ?
Thank you, see you later. (Merci, à plus tard.)	Merci, à plus tard.

Astuce pour le passage de consigne :

Lors du passage de relais, cite 3 points essentiels: sommeil, alimentation, comportement. Note-les brièvement sur la feuille de transmission en 1 à 2 lignes chacune.

3. Gérer les situations d'urgence et garder le calme :

Objectif et rôle :

Être capable d'alerter correctement, de donner des informations précises et de rassurer l'enfant et le parent, tout en respectant les gestes de prévention et les consignes de l'équipe éducative.

Étapes à suivre :

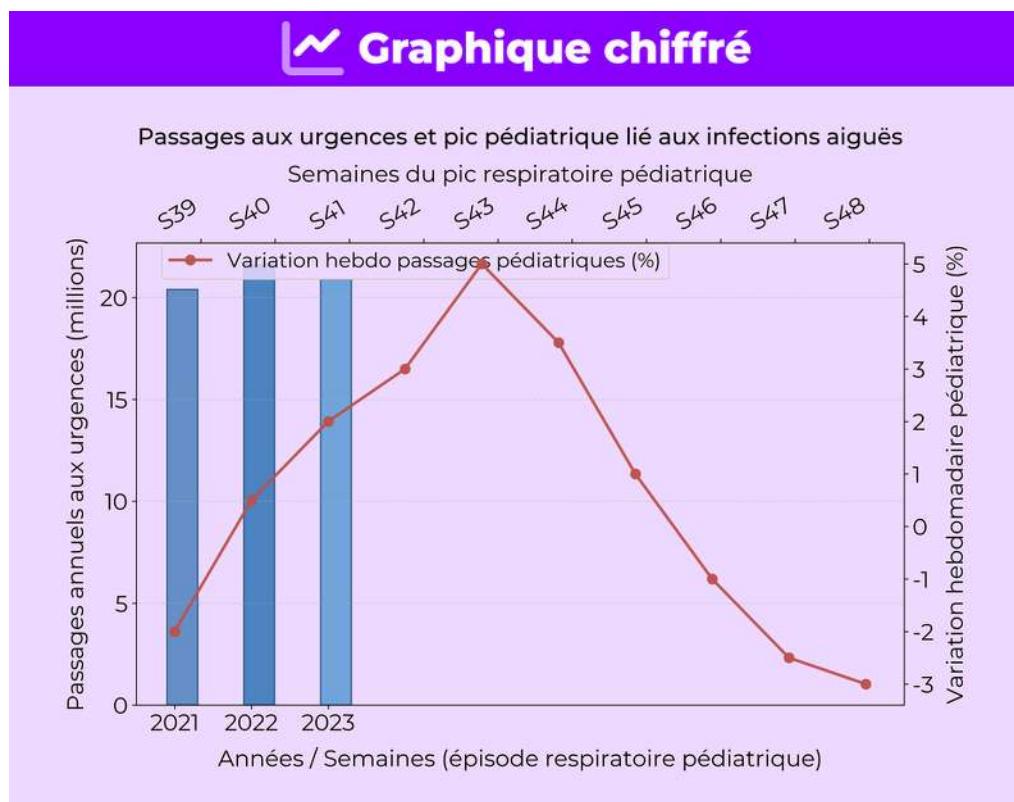
Applique une routine claire en urgence pour que l'équipe réagisse vite et sans confusion, protège l'enfant et alerte les secours si nécessaire, puis informe les parents et note les actions.

- Identifier le problème et évaluer la gravité
- Alerter un responsable ou composer le numéro d'urgence si besoin
- Protéger l'enfant et noter l'heure et les actions effectuées
- Rédiger un compte rendu simple pour les parents et l'équipe

Cas concret :

Contexte: enfant avec fièvre 38.5°C à 10h30. Étapes: mesurer température, isoler, appeler les parents en 5 minutes et noter actions. Résultat: parent informé rapidement. Livrable: fiche horodatée d'une page conservée au dossier.

Graphique chiffré



Exemple de phrase d'alerte :

"There's been an accident, we need help now." (Il y a eu un accident, nous avons besoin d'aide maintenant.) Dis l'heure précise, le lieu et les signes visibles en deux phrases courtes pour les secours.

Action	But
Vérifier les signes vitaux	Savoir si l'urgence est vitale
Noter l'heure	Permettre un suivi précis
Prévenir un responsable	Activer la procédure interne
Appeler les parents	Informier et rassurer la famille
Rédiger le compte rendu	Laisser une trace écrite pour le suivi

Erreurs fréquentes :

- Mauvaise formulation: "He not eat." Correcte à dire: "Il n'a pas mangé." Utilise la forme complète en anglais, "He did not eat." (Il n'a pas mangé.)
- Mauvaise formulation: "Is he ok?" sans précision. Correcte: préciser les signes, "Is he breathing normally?" (Respire-t-il normalement ?)
- Mauvaise formulation: "Call mother?" trop vague. Correcte: "Can you call the mother and ask her to come now?" (Peux-tu appeler la mère et lui demander de venir maintenant ?)

Ce qu'il faut retenir

Pour parler efficacement en crèche ou périscolaire, clarifie ton **objectif et public**, choisis des mots simples et une durée courte.

- Prépare un **plan en trois temps** : saluer, donner l'info principale, vérifier la compréhension (30 à 90 secondes).
- Avec familles et équipe, utilise des phrases courtes, reste chaleureux et note ce qui compte.
- En **passage de consigne**, transmet sommeil, alimentation, comportement en 1 à 2 lignes.
- En urgence, suis une **routine d'urgence** : évaluer, alerter, protéger, noter l'heure, informer, rédiger.

Respire, articule, garde un rythme posé et regarde ton interlocuteur. En situation tendue, donne des faits précis (heure, lieu, signes) et évite les formulations vagues pour rassurer et agir vite.

Arts appliqués et cultures artistiques

Présentation de la matière :

En CAP AEPE, **Arts appliqués** t'aide à regarder autrement le quotidien des tout-petits, couleurs, formes, images, espaces. Tu apprends à faire des choix visuels simples et efficaces, par exemple une affiche pour les parents ou l'organisation d'un coin lecture.

Cette matière conduit à une **épreuve facultative** au format **ponctuel écrit**, sur une **durée de 1 h 30**, notée sur 20. Elle n'a pas de coefficient propre, seuls les points au-dessus de 10/20 s'ajoutent à ta moyenne, en fin de 2e année.

Le jour J, tu analyses des documents et tu proposes une réponse de design avec croquis et courts commentaires. Je me souviens d'un camarade qui a gagné 2 points juste en rendant ses idées plus lisibles et mieux présentées.

Conseil :

Fais simple et régulier: 2 séances de 20 minutes par semaine suffisent, si tu t'entraînes sur des mini sujets. Travaille ton timing, 10 minutes d'analyse, 50 minutes de recherche, 30 minutes de rendu propre.

Garde une méthode courte en tête et automatise-la:

- Lire la demande et repérer les contraintes
- Faire 3 croquis rapides et choisir le meilleur
- Soigner la lisibilité, titres, flèches, mots clés

Le piège, c'est de faire joli sans répondre au besoin, reviens toujours au public enfant et famille.

Table des matières

Chapitre 1: Observation d'œuvres et d'objets	Aller
1. Observer une œuvre ou un objet	Aller
2. Analyser pour un usage pédagogique	Aller
Chapitre 2: Notions de couleurs et de formes	Aller
1. Perception des couleurs et vocabulaire	Aller
2. Formes et langage visuel	Aller
3. Pratique créative et démarche	Aller
Chapitre 3: Croquis et recherches graphiques	Aller
1. Préparer tes idées et outils	Aller
2. Techniques de croquis rapide	Aller
3. Recherches graphiques et présentation	Aller

Chapitre 4 : Décor et aménagement simples	Aller
1. Principes et sécurité	Aller
2. Démarche créative et choix des matières	Aller
3. Cas concret de mini aménagement	Aller

Chapitre 1: Observation d'œuvres et d'objets

1. Observer une œuvre ou un objet :

Décrire ce que tu vois :

Commence par nommer l'objet ou l'œuvre, préciser la taille, la forme et le support. Note 3 à 5 éléments visibles pour te souvenir et guider les enfants lors de l'atelier.

Regarder la matière et la couleur :

Repère les matières, textures et couleurs dominantes. Indique si c'est rugueux, lisse, mat ou brillant, cela t'aidera à proposer des activités sensorielles adaptées aux enfants.

Repérer la composition et le sujet :

Identifie le sujet, le point focal et l'organisation générale. Pose-toi 3 questions simples, cela te permettra de poser des questions ouvertes aux enfants pour développer le langage.

Exemple d'observation :

Une affiche colorée de 50 cm sur 70 cm, avec un grand cercle rouge au centre, papier mat, personnages stylisés, lignes verticales et horizontales aidant à expliquer le repérage spatial.

Critère d'observation	Question à se poser
Taille	Quelle est l'échelle par rapport à l'enfant ?
Couleur	Quelles couleurs dominent et quelles émotions peuvent-elles évoquer ?
Texture	Peut-on toucher, ou faut-il simuler la sensation ?

2. Analyser pour un usage pédagogique :

Objectif et public :

Définis l'objectif pédagogique précis, par exemple langage ou motricité fine, et le public visé, comme un groupe de 10 à 12 enfants âgés de 2 à 3 ans en accueil collectif.

Démarche créative et étapes :

Suivre 4 grandes étapes : recherche d'œuvres, croquis ou photos, choix des matériaux, test en petit groupe. Cette démarche te donne une feuille de route claire en 2 à 3 semaines.

Sécurité et adaptation :

Vérifie que l'œuvre ne présente pas d'éléments dangereux et adapte la présentation. Prévois 1 version tactile sécurisée et 1 version visuelle pour le mur à hauteur d'enfant.

Exemple d'adaptation pédagogique :

Tu transformes une grande affiche fragile en 12 petites cartes plastifiées, chacune mesurant 15 cm sur 20 cm, pour manipulation en atelier dirigé de 10 à 15 minutes.

Mini cas concret :

Contexte :

Dans une crèche de 12 enfants, tu veux travailler le vocabulaire lié aux formes et aux couleurs pendant 2 semaines.

Étapes :

- Choisir 3 œuvres simples et sécuriser leur reproduction en 12 cartes plastifiées.
- Organiser 10 séances de 15 minutes, 5 jours par semaine pendant 2 semaines.
- Mesurer les acquis en notant 6 mots nouveaux par enfant visés et observés.

Résultat et livrable attendu :

Livrable : 12 fiches d'observation remplies, 3 affiches adaptées et un bilan chiffré indiquant que 80% des enfants ont appris au moins 4 nouveaux mots sur 6 ciblés.

Exemple d'organisation chiffrée :

Préparation : 3 heures. Plastification : 12 cartes. Durée totale des séances : 150 minutes.

Objectif : 6 mots ciblés par enfant, évaluation après 10 séances.

Astuces de stage :

Prépare tes supports la veille, teste une activité avec 2 enfants avant le groupe complet, et note immédiatement les mots nouveaux entendus, cela évite d'oublier ensuite.

Référence œuvre	Usage pédagogique
Affiche avec formes géométriques	Atelier vocabulaire et tri par couleur
Petit tableau avec textures	Exploration tactile et motricité fine
Photo d'objet du quotidien	Jeu de reconnaissance et langage

Check-list opérationnelle :

Élément	Action rapide
Choix de l'œuvre	Sélectionner 3 pièces simples et adaptées
Sécurité	Vérifier absence d'éléments coupants ou petites pièces
Durée	Prévoir 10 à 15 minutes par séance

Supports	Préparer 12 cartes plastifiées ou panneaux faciles à manipuler
Évaluation	Noter 3 mots-clés par enfant pendant les séances

Astuce terrain :

Lors de mon premier stage, j'ai plastifié trop tard, prévois la préparation 48 heures avant et garde toujours une activité de secours de 5 minutes.

Ce qu'il faut retenir

Pour préparer un atelier, commence par **décrire ce que tu vois** : nom, taille, forme, support, puis 3 à 5 détails marquants. Observe aussi **matières et couleurs** (lisse, rugueux, mat, brillant) et la composition pour poser des questions ouvertes aux enfants.

- Fixe un **objectif pédagogique précis** et ton public (âge, taille du groupe).
- Suis une démarche simple : recherche, croquis/photos, choix matériaux, test en petit groupe.
- Assure **sécurité et adaptation** : versions tactile et murale, supports manipulables (cartes plastifiées).

Organise des séances courtes (10 à 15 minutes), prépare tes supports à l'avance et note les acquis (mots nouveaux, observations) pour mesurer les progrès et ajuster rapidement.

Chapitre 2 : Notions de couleurs et de formes

1. Perception des couleurs et vocabulaire :

Objectif et public :

Comprendre les bases des couleurs pour concevoir des activités adaptées aux enfants de 0 à 6 ans, et pouvoir expliquer simplement pourquoi une couleur attire ou rassure.

Couleurs primaires et secondaires :

Les couleurs primaires sont rouge, jaune et bleu. En mélangeant deux primaires tu obtiens des secondaires comme orange, vert et violet, cela aide à créer des ateliers de peinture ludiques et pédagogiques.

Effets émotionnels et signification :

Les couleurs influencent l'ambiance d'une pièce, le bleu calme, le jaune dynamise, le rouge stimule. Choisis les couleurs selon l'objectif éducatif, repos ou activité créative.

Exemple d'utilisation en atelier :

Pour un coin sieste tu peux privilégier des tons doux comme bleu pâle et vert clair, pour une activité motrice choisis des couleurs vives pour susciter l'intérêt pendant 30 à 45 minutes.

Palette	Propriétés	Usage pédagogique
Rouge	Couleur chaude, attire l'attention	Jeux de mouvement ou repères visuels
Bleu	Couleur froide, effet apaisant	Coin calme, comptines, relaxation
Jaune	Couleur lumineuse, stimule	Ateliers créatifs matinaux, affichages

2. Formes et langage visuel :

Formes de base et repères :

Les formes simples sont rond, carré, triangle et rectangle. Elles servent de repères pour développer le vocabulaire spatial et la motricité fine dès 12 mois avec des jeux d'emboîtement.

Relation formes et mouvement :

La rondeur évoque douceur et sécurité, les angles évoquent structure et construction. Utilise cette idée pour choisir des jouets et coins d'activité adaptés aux âges et aux besoins des enfants.

Utilisation pédagogique en petite enfance :

Propose des puzzles simples, des mobiles de formes et des parcours où l'enfant reconnaît et nomme les formes, cela améliore vocabulaire et repères spatiaux en 2 à 4 séances.

Exemple d'activité formes :

Atelier de tri : demande aux enfants de regrouper 24 formes en 3 catégories, cela dure 20 minutes et favorise reconnaissance et coopération entre pairs.

3. Pratique créative et démarche :

Étapes de projet créatif :

Recherche d'idée, croquis simple, choix des matériaux, réalisation et exposition. Chaque étape peut durer entre 10 et 45 minutes selon l'âge et le matériel disponible.

Matériaux et techniques adaptées :

Préfère peinture lavable, feutres gros, papier épais et tissus. Pense à des supports sensoriels comme papier bulle ou carton pour varier les sensations et stimuler la créativité tactile.

Résultat attendu et livrable :

À la fin tu dois obtenir un produit exploitable en crèche ou maternelle, par exemple une exposition de 12 œuvres d'enfants accompagnées d'une fiche pédagogique simple et de photos.

Exemple d'optimisation d'un processus de production :

Atelier mobile de formes pour 24 enfants, organisé en 2 sessions de 45 minutes. Résultat attendu : 12 mobiles finis, 24 photos et une fiche activité de 1 page par groupe.

Mini cas concret :

Contexte : structure d'accueil de 12 enfants de 3 à 4 ans souhaite décorer la salle. Étapes : choix palette, découpe formes, assemblage en 2 ateliers de 45 minutes, photos et affichage.

Étapes :

- Préparer 24 formes découpées en papier cartonné
- Organiser 2 ateliers de 45 minutes pour groupes de 6 enfants
- Assembler 12 mobiles par adulte présent pour finaliser

Résultat et livrable :

Livrable attendu : 12 mobiles accrochés, 24 photos documentaires et une fiche pédagogique d'une page listant matériaux et consignes. Coût estimé 20 euros de fournitures.

Exemple de résultat chiffré :

Après deux ateliers, les enfants ont produit 12 mobiles, chaque mobile comporte 4 formes, et la fiche pédagogique permet à l'équipe de reproduire l'activité en 30 minutes.

Check-list opérationnelle :

Action	Pourquoi
Préparer matériaux lavables	Sécurité et facilité de nettoyage
Limiter groupes à 6 enfants	Meilleure supervision et qualité
Privilégier formes simples	Reconnaissance rapide et réussite
Documenter l'activité	Fournir un livrable pour l'équipe

Erreurs fréquentes et astuces de stage :

Erreur fréquente : proposer trop de couleurs d'un coup, cela embrouille les enfants. Astuce : limite la palette à 3 couleurs par activité pour faciliter le repérage et la réussite.

Exemple d'astuce terrain :

Lorsque j'étais en stage j'ai constaté qu'un coin peinture avec 3 couleurs et des éponges multipliait la participation par 2 comparé à un coin avec 8 tubes à disposition.

i Ce qu'il faut retenir

Tu apprends à utiliser **couleurs primaires et secondaires** et **formes simples et repères** pour créer des activités adaptées aux 0 à 6 ans et expliquer ce qui attire ou apaise.

- Associe les couleurs à l'objectif : **effets émotionnels des couleurs** (bleu calme, jaune dynamise, rouge stimule).
- Travaille rond, carré, triangle, rectangle pour développer vocabulaire spatial et motricité fine (puzzles, tri, emboîtement).
- Suis une démarche simple : idée, croquis, matériaux lavables, réalisation, exposition avec photos et fiche.

Pour éviter de perdre les enfants, garde une **palette limitée à 3 couleurs** par atelier et forme des petits groupes (6) pour mieux guider, sécuriser et obtenir un livrable réutilisable par l'équipe.

Chapitre 3 : Croquis et recherches graphiques

1. Préparer tes idées et outils :

Objectif du croquis :

Le croquis te permet d'exprimer une idée visuelle rapidement, tester une mise en page et communiquer ton intention aux collègues ou familles. Il reste simple, clair et suffisant pour guider un aménagement.

Matériel de base :

Prends un carnet A4 ou A5, un crayon HB, un crayon 2B, une gomme et un feutre fin noir. Ces outils couvrent 80 % des besoins pour des croquis rapides en accueil petite enfance.

Organisation du temps :

En stage, prévois 10 à 20 minutes par croquis d'observation, 20 à 40 minutes pour une planche de recherche. Gérer le temps t'aide à progresser et à rendre un livrable utile rapidement.

Exemple d'atelier rapide :

Dans un atelier de 30 minutes, dessine 4 versions d'un coin lecture pour enfants, en variant hauteur, coussins et rangement, puis choisis la meilleure version avec l'équipe.

2. Techniques de croquis rapide :

Traits et proportions :

Commence par des traits légers pour poser la composition, ensuite renforce les lignes utiles. Utilise des repères simples pour hauteur et largeur, cela évite des erreurs de proportion chez les meubles ou les enfants.

Volumes et ombres :

Indique les volumes par quelques hachures ou zones d'ombre, pour donner de la lisibilité. Deux niveaux d'ombrage suffisent souvent, pour distinguer sol, mobilier et objets décoratifs.

Croquis d'observation :

Observe 2 à 3 minutes un objet ou un coin, puis dessine sans regarder le modèle en permanence. L'objectif est de capter l'essentiel, pas le détail, surtout en situation d'accueil d'enfants.

Astuce de stage :

Emporte toujours un petit carnet pendant 1 semaine en stage, tu vas noter 10 à 20 idées utiles, et ça impressionne tes tuteurs qui voient ton engagement.

3. Recherches graphiques et présentation :

Moodboards et références :

Rassemble 6 à 12 images, textures et couleurs pour définir l'ambiance d'un projet. Un moodboard A3 clarifie rapidement les choix esthétiques avant la réalisation d'un coin pédagogique.

Variantes et sélection :

Présente 3 à 5 variantes de ton idée, numérote-les et note les points forts ou limites. La sélection doit aboutir à 1 version retenue pour prototype ou mise en place réelle.

Présentation et livrable :

Remets un livrable simple et chiffré, comme 3 croquis A4, 1 planche A3 de moodboard et un court texte de 50 à 80 mots expliquant le choix final. C'est clair pour l'équipe et les familles.

Exemple de mini cas concret :

Aménager un coin lecture pour 12 enfants de 2 à 4 ans, proposer 3 croquis, 1 moodboard et un plan de positionnement. Durée totale 2 heures, livrable remis au tuteur en fin de séance.

Étape	Durée estimée	Résultat attendu
Observation du lieu	15 minutes	Notes et photos
Croquis rapides	30 minutes	3 croquis A4
Moodboard	30 minutes	Planche A3 avec 8 images
Présentation au tuteur	15 minutes	Choix validé ou retours

Exemple d'optimisation d'un processus de production :

Pour 12 enfants, le coin lecture validé a nécessité 1 mètre de bibliothèque par 4 enfants, 6 coussins et 2 tapis, ce qui a réduit le temps d'installation de 30 % par rapport à un essai précédent.

Action	Vérifier	Temps
Choisir 3 croquis	Lisibilité et proportion	30 minutes
Composer moodboard	Cohérence couleurs	30 minutes
Numéroter options	Facilité de choix	10 minutes
Remettre livrable	Format A3/A4 complet	5 minutes

Petit retour d'expérience :

En stage, j'ai appris que même un croquis bâclé bien expliqué vaut mieux qu'une jolie image sans justification, surtout quand il faut convaincre l'équipe en 10 minutes.

Ce qu'il faut retenir

Le croquis sert à exprimer vite une idée, tester une mise en page et expliquer ton intention. Avec le **matériel de base** (carnet, HB, 2B, gomme, feutre fin), tu produis un résultat utile en peu de temps.

- Gère ton timing : 10 à 20 min pour un croquis d'observation, 20 à 40 min pour une planche de recherche.
- Pose des **traits légers au début**, puis renforce les lignes utiles et vérifie les proportions avec des repères simples.
- Donne de la lisibilité avec 2 niveaux d'ombres et prépare 3 à 5 variantes numérotées.
- Finalise un **livrable simple et chiffré** : croquis A4, moodboard A3, court texte.

En stage, un croquis imparfait mais bien expliqué convainc souvent mieux qu'une image jolie sans justification. Reste clair, rapide et orienté décision avec l'équipe.

Chapitre 4 : Décor et aménagement simples

1. Principes et sécurité :

Sécurité et accessibilité :

L'aménagement doit privilégier la sécurité et l'accès facile des enfants, limiter les zones de chute et assurer une visibilité claire pour l'équipe éducative.

Matériaux et mobilier :

Choisis du mobilier stable, des matériaux lavables et sans bords coupants, en privilégiant des hauteurs adaptées aux enfants de 0 à 3 ans et des fixations murales pour les meubles hauts.

Exemple d'aménagement sécuritaire :

Crée une aire motricité avec tapis anti-dérapant, un meuble bas pour les jeux, et une allée libre d'au moins 1,2 m pour faciliter la circulation et la surveillance.

Élément	Usage	Conseils
Tapis anti-dérapant	Délimiter espace motricité	Choisir épaisseur 10 mm, laver à 30°C
Meuble bas	Rangement accessible	Fixer au mur si hauteur > 60 cm
Peinture lessivable	Mur et décors	Choisir norme sanitaire et opacité adaptée
Bacs à jouets	Organisation des jeux	Étiquette claire et accessible

2. Démarche créative et choix des matières :

Étapes de la démarche :

Commence par la recherche, fais des croquis rapides, sélectionne 2 à 3 matériaux, teste en petit format, puis valide avec l'équipe et les parents si nécessaire.

Choix palettes et textures :

Privilégie des couleurs douces, 2 à 3 teintes principales et 1 accent. Evite les motifs chargés qui fatiguent visuellement les enfants.

Inspirations et références :

Regarde des photos d'espaces petite enfance, note 3 idées que tu peux adapter, et garde en mémoire les contraintes budgétaires et sanitaires.

Astuce pratique :

Demande des échantillons de peinture et teste-les sous lumière naturelle, mesure les hauteurs avec le mètre, et envisage un budget de 50 à 200 euros par zone selon matériaux. Un jour en stage, j'ai transformé une vieille table en meuble de rangement.

3. Cas concret de mini aménagement :

Contexte :

Une crèche municipale prépare une zone éveil pour 12 enfants de 2 à 3 ans, budget 800 euros et délai 2 jours pendant un week-end sans activité.

Étapes et livrable attendu :

Étapes : prise de mesures, sélection matériaux, montage mobilier, disposition des zones.
Livrable : plan A4, liste d'achat chiffrée, photos avant-après et notice d'utilisation.

Résultats chiffrés :

Résultat obtenu : espace optimisé pour 12 enfants, réduction des zones encombrées de 40 pour cent, coût final 780 euros, satisfaction de l'équipe et respect des normes.

Exemple d'aménagement chiffré :

On a remplacé 2 grandes étagères par 4 bacs bas, gagné 1,5 m² au sol, et acheté mobilier pour 420 euros, le reste était réemploi d'éléments existants.

Tâche	Pourquoi	Vérifier
Mesurer	Adapter mobilier à l'espace	Hauteur, dégagements, portes
Choisir matériaux	Sécurité et entretien	Normes, lavabilité, coût
Fixer mobilier	Éviter basculement	Visserie et ancrage mur
Étiqueter zones	Favoriser autonomie	Lisibilité et pictogrammes

i Ce qu'il faut retenir

Ton aménagement doit d'abord garantir **sécurité et accessibilité** : limiter les chutes, garder une circulation fluide et une visibilité claire pour l'équipe.

- Choisis un **mobilier stable et lavable**, sans bords coupants, à hauteur 0-3 ans, et fixe au mur les meubles hauts.
- Structure l'espace : tapis antidérapant, rangements bas, allée libre (environ 1,2 m) et zones étiquetées pour l'autonomie.
- Pour créer, avance par étapes : recherche, croquis, 2-3 matériaux, test, validation; vise une **palette douce limitée** (2-3 teintes + 1 accent).

Sur un mini-projet, prévois **plan et liste d'achat**, photos avant-après et notice. Mesure, sélectionne, monte, puis ajuste : tu peux optimiser l'espace et tenir budget et normes en peu de temps.

Accompagner le développement du jeune enfant

Présentation de la matière :

Dans le **CAP AEPE**, cette matière t'apprend à comprendre le développement de l'enfant, à repérer ses besoins, et à l'accompagner au quotidien, repas, sommeil, changes, jeux, langage, autonomie. Tu t'entraînes aussi à adopter une **posture professionnelle** et à communiquer avec l'équipe et la famille.

Cette matière conduit à une **épreuve orale** en **25 minutes**, notée avec un **coefficent 7**, en CCF ou en examen final selon ton statut. Tu t'appuies sur **2 fiches**, une sur un soin du quotidien, une sur une situation d'éveil, puis tu échanges avec le jury.

Le terrain compte vraiment, il faut justifier 14 semaines d'expérience dont 3 auprès des 0 à 3 ans, sinon tu peux être bloqué le jour J. Un ami a déjà perdu du temps pour une attestation oubliée, depuis je vérifie tout 2 fois. À retenir:

- Hygiène et sécurité
- Observation et analyse
- Activités d'éveil adaptées

Conseil :

Commence tes fiches tôt, dès la 2e semaine de stage, et vise 20 minutes de travail 5 jours sur 7. Entraîne-toi à présenter chaque fiche en 6 à 8 minutes, chrono en main, puis demande 3 questions pièges à un camarade.

Le jour de l'oral, reste simple et concret: Contexte, âge, besoins, risques, actions, puis ce que tu améliorerais. Le piège fréquent, c'est de raconter sans justifier, pense toujours à relier tes choix au développement de l'enfant et aux règles d'hygiène et de sécurité.

Table des matières

Chapitre 1: Repères sur le développement de l'enfant	Aller
1. Les grandes étapes du développement	Aller
2. Signes de développement atypique et adaptation pédagogique	Aller
Chapitre 2: Observation et posture professionnelle	Aller
1. Observer efficacement	Aller
2. Adopter une posture professionnelle	Aller
3. Rédiger et restituer l'observation	Aller
Chapitre 3: Activités d'éveil et de jeu	Aller
1. Comprendre les objectifs des activités d'éveil	Aller
2. Concevoir une activité adaptée à l'âge	Aller
3. Observer et évaluer pendant le jeu	Aller

Chapitre 4 : Soins d'hygiène et de confort	Aller
1. Soins quotidiens et routines	Aller
2. Prévention des risques et gestion des produits	Aller
3. Confort, sommeil et posture	Aller
Chapitre 5 : Sécurité et protocoles liés à la santé	Aller
1. Prévention et gestion des risques infectieux	Aller
2. Protocoles de santé et surveillance des signes	Aller
3. Sécurité physique et premiers secours	Aller

Chapitre 1: Repères sur le développement de l'enfant

1. Les grandes étapes du développement :

Objectif et public :

Ce point t'aide à comprendre les étapes générales du développement de l'enfant, du nouveau-né à 3 ans, pour mieux adapter les activités et repérer les besoins individuels.

Repères chronologiques :

À 2 mois, bébé suit du regard, à 6 mois il tient assis, à 12 mois il marche parfois, à 24 mois il combine mots, ces repères restent indicatifs et varient beaucoup.

Domaines de développement :

On distingue motricité, langage, socialisation, cognition et autonomie, chaque domaine évolue selon l'enfant, tu dois observer et noter exemples concrets pour construire tes activités pédagogiques.

Exemple d'observation :

Lors d'un accueil, j'ai noté qu'un bébé de 10 mois utilisait sa main droite pour saisir, cela m'a aidé à proposer jeux de préhension adaptés pendant 2 semaines.

Âge	Motricité	Langage	Socialisation
2 mois	Soulève la tête brièvement	Gazouillis et vocalises	Réagit aux visages et sourit
6 mois	Tient assis avec appui	Babillage varié	Interaction sociale en jeu
12 mois	Marche parfois seul	Dit quelques mots	Imite gestes d'adultes
24 mois	Court et monte escaliers	Combine mots simples	Joue près des autres
36 mois	Coordination fine améliorée	Phrases de 3 mots ou plus	Partage et premiers jeux symboliques

Utilise cette fiche synthétique en stage pour noter rapidement repères et actions, elle t'aidera lors des transmissions et pour préparer 1 activité quotidienne adaptée.

Élément	Question à se poser	Action rapide
Observation quotidienne	Qu'est-ce qui est nouveau aujourd'hui	Noter 3 éléments clés

Communication famille	La famille a-t-elle remarqué cela	Informier et proposer 1 conseil simple
Activité adaptée	Quelle compétence viser aujourd'hui	Proposer 1 jeu de 5 à 10 minutes
Sécurité	Le matériel est-il sécurisé	Vérifier et corriger en 2 minutes
Transmission	Quelles infos transmettre à l'équipe	Rédiger 1 ligne utile pour le relais

2. Signes de développement atypique et adaptation pédagogique :

Signes à repérer :

Retard de langage persistant, absence de sourire social après 3 mois, motricité très ralentie, ou comportements inquiétants, note la fréquence et le contexte pour partager avec l'équipe et la famille.

Intervention et communication avec les familles :

Explique calmement tes observations, propose pistes d'activités simples à la maison, si besoin suggère bilan professionnel, garde des traces écrites et dates pour le suivi partagé.

Astuces de stage :

Pendant mon stage, j'ai préparé fiches de 1 page pour 5 enfants, cela a facilité les transmissions et évité oubli, suis toujours les routines et note précisément.

Exemple mini cas concret :

Contexte : enfant de 20 mois peu verbal observé 10 jours, j'ai proposé ateliers langage 3 fois par jour et jeux d'imitation, j'ai coordonné avec la famille et l'équipe.

Résultat : après 4 semaines vocabulaire augmenté de 8 mots, participation aux jeux améliorée, livrable : fiche d'évolution d'une page avec 10 items chiffrés et planning d'activités hebdomadaire.

i Ce qu'il faut retenir

Tu t'appuies sur des repères de 0 à 3 ans (2, 6, 12, 24, 36 mois) pour comprendre l'évolution, sans oublier que chaque enfant avance à son rythme. Observe les domaines (motricité, langage, socialisation, cognition, autonomie) et note des faits concrets pour adapter tes propositions.

- Fais une **observation quotidienne ciblée** : 3 éléments nouveaux, contexte et fréquence.

- Prépare une **activité courte adaptée** (jeu 5 à 10 minutes) selon la compétence visée.
- Repère des **signes de développement atypique** (langage, sourire social, motricité) et partage avec l'équipe.
- Avec la famille, utilise une **communication claire et calme**, traces écrites, et propose si besoin un bilan.

En stage, une fiche synthétique par enfant facilite transmissions et suivi. Ton objectif est d'ajuster les activités, sécuriser le matériel et soutenir l'enfant avec des routines et des observations datées.

Chapitre 2 : Observation et posture professionnelle

1. Observer efficacement :

Objectif et rôle :

Observer, c'est collecter des éléments concrets sur le comportement et les besoins de l'enfant, sans juger. Ton but est d'aider l'équipe à adapter l'accueil et les activités au quotidien.

Méthodes courantes :

Il existe plusieurs méthodes d'observation, choisies selon l'âge de l'enfant et la situation, par exemple l'observation incidente, structurée ou participative durant un temps donné.

Durée et fréquence :

Privilégie des observations courtes de 10 à 30 minutes, répétées 2 à 3 fois par semaine, pour repérer des tendances sans perturber l'enfant ni surinterpréter un moment isolé.

Exemple d'observation courte :

Tu observes un enfant pendant 15 minutes lors de la récréation, tu notes ses interactions, ses jeux préférés et ses réactions face aux conflits, puis tu compares avec 2 autres séances la semaine suivante.

Méthode	Quand l'utiliser	Avantage
Observation incidente	Situations imprévues	Révèle réactions spontanées
Observation structurée	Objectifs précis	Données comparables
Observation participative	Lors d'activités dirigées	Meilleure relation éducative

2. Adopter une posture professionnelle :

Neutralité et empathie :

Reste bienveillant sans projeter tes propres opinions, écoute l'enfant et observe ses émotions. La neutralité t'aide à décrire des faits précis plutôt qu'à interpréter à la première lecture.

Confidentialité et respect :

Garde les informations professionnelles, partage en réunion d'équipe et protège les données sur l'enfant. La confidentialité construit la confiance avec les familles et l'équipe.

Communication avec l'équipe :

Transmets tes observations de façon synthétique et factuelle, en notant date, heure et contexte. Une transmission claire évite les malentendus et améliore la prise en charge collective.

Astuce de stage :

Prends l'habitude d'utiliser une fiche d'observation courte, une ligne par comportement noté, tu gagneras 5 à 10 minutes par transmission en réunion.

3. Rédiger et restituer l'observation :

Structurer ta fiche :

Commence par le contexte, puis décris les faits observés, ensuite précise ton interprétation en la marquant comme telle, et termine par une proposition d'action simple et mesurable.

Langage et objectivité :

Évite les adjectifs jugés vagues, utilise des verbes d'action et des durées, par exemple « l'enfant pleure pendant 7 minutes » plutôt que « l'enfant est très agité ». Ça rend tes notes exploitables.

Partager avec les parents :

Propose un retour court et positif, choisis un moment calme. Selon l'ONISEP, une communication régulière facilite l'adhésion des parents aux projets éducatifs, en confiance et transparence.

Exemple de restitution :

Après 3 observations de 20 minutes chacune, tu présentes une fiche d'une page, tu proposes 2 actions en crèche, par exemple une activité quotidienne de 10 minutes pour développer la coopération.

Mini cas concret – observation d'un enfant en accueil collectif :

Contexte :

Un enfant de 3 ans montre des difficultés à partager durant les jeux libres. Tu observes sur 3 séances de 20 minutes, réparties sur 2 semaines, pour confirmer un comportement répété.

Étapes :

- Observation incidentielle 1 : noter interactions et déclencheurs
- Observation structurée 2 et 3 : tester une activité sociale dirigée
- Réunion équipe : synthétiser les données et choisir actions

Résultat et livrable attendu :

Livrable : une fiche d'observation d'une page, avec 3 entrées datées, 2 recommandations et un calendrier d'essai de 4 semaines. Attendu : diminution des conflits observés de 30% selon suivi hebdomadaire.

Checklist opérationnelle	Action
Avant observation	Préparer fiche, objectif et matériel

Pendant observation	Noter heure, durée, faits et verbatim
Après observation	Synthétiser en 5 lignes et dater
Transmission	Partager en réunion ou carnet des parents
Archivage	Classer la fiche confidentielle selon protocole

Petit ressenti : parfois j'oubliais d'indiquer l'heure sur mes premières fiches, j'ai vite vu l'importance d'un minimum de rigueur pour être crédible en équipe.

Ce qu'il faut retenir

Tu observes pour collecter des faits sur l'enfant, **observer sans juger**, afin d'aider l'équipe à adapter l'accueil et les activités.

- Choisis une méthode adaptée : incidente (spontané), structurée (objectif précis), participative (en activité).
- Fais des séances courtes (10 à 30 min) et régulières (2 à 3 fois/semaine) pour repérer des tendances.
- Transmets de façon factuelle : date, heure, contexte, verbatim, puis actions proposées.

Garde une **posture professionnelle neutre** : empathie, faits avant interprétation.

Respecte la **confidentialité des informations** et partage surtout en réunion d'équipe. Avec une **fiche d'observation claire**, tes notes deviennent utiles, crédibles et faciles à restituer aux parents, brièvement et positivement.

Chapitre 3 : Activités d'éveil et de jeu

1. Comprendre les objectifs des activités d'éveil :

Objectif et public :

Les activités d'éveil visent à stimuler les sens, le langage et la motricité chez l'enfant de 0 à 6 ans. Elles s'adaptent selon l'âge, le niveau de développement et les besoins de chaque enfant.

Bénéfices observables :

Tu dois repérer au moins 3 bénéfices par activité, par exemple : exploration sensorielle, autonomie et sociabilité. Ces repères t'aident à choisir ou à adapter une activité en stage rapidement.

Rôle professionnel :

Ton rôle est d'organiser, sécuriser et observer, tout en favorisant l'initiative de l'enfant. Reste discret, propose et accompagne, puis note les réactions pour ajuster l'activité suivante.

Exemple d'objectifs :

Pour un atelier sensoriel de 20 minutes, vise 2 objectifs principaux : découvrir 3 textures différentes et produire un geste adapté en motricité fine.

2. Concevoir une activité adaptée à l'âge :

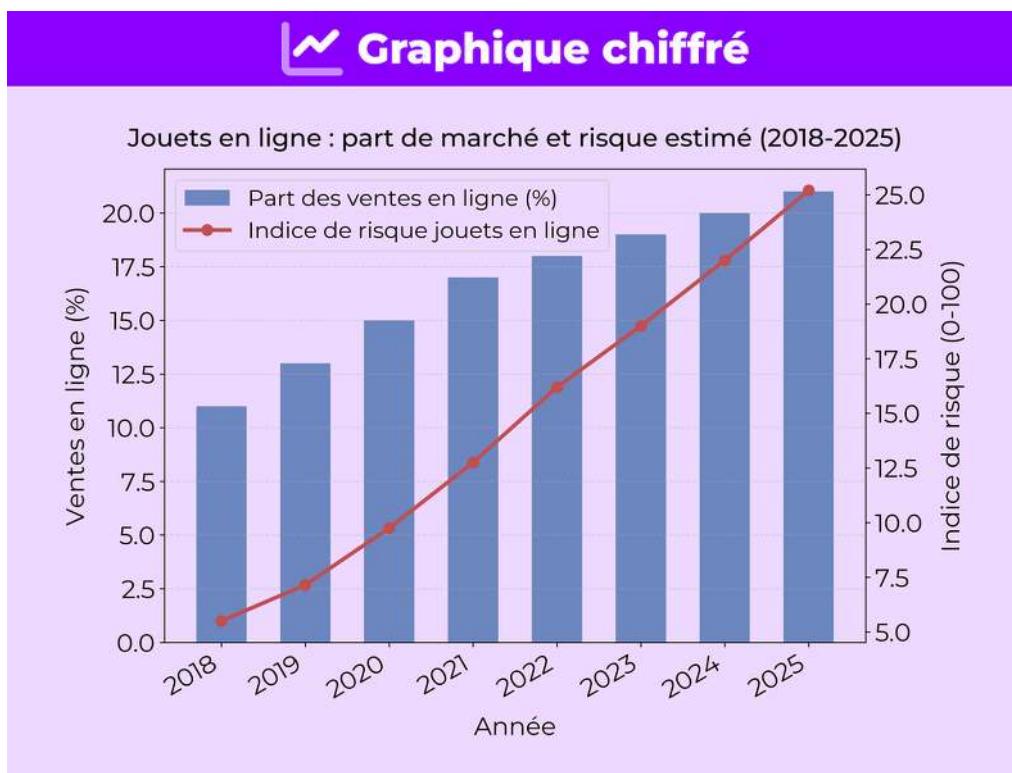
Plan simple :

Prépare toujours 3 étapes : installation, activité principale et temps de retour. Pour les moins de 18 mois, privilégie 5 à 10 minutes d'attention effective, pour les 2 à 3 ans, 15 à 20 minutes.

Matériel et sécurité :

Choisis du matériel non toxique, lavable et adapté à la main des enfants. Vérifie l'état des jouets, espace libre de 1 mètre autour de l'activité, et une surveillance constante.

Graphique chiffré



Durée et rythme :

Respecte les rythmes individuels, propose des temps calmes après une activité active, et ne dépasse pas 20 à 25 minutes pour un groupe de plus de 4 enfants pour garder l'attention.

Exemple d'activité par âge :

Pour un groupe de 3 enfants de 2 ans, propose un atelier peinture avec doigts pendant 15 minutes, puis un temps de séchage et observation collective de 5 minutes.

3. Observer et évaluer pendant le jeu :

Indicateurs de réussite :

Repère la concentration, la manipulation volontaire et les échanges verbaux ou gestuels. Ces 3 indicateurs te montrent si l'activité correspond au niveau des enfants et doit être prolongée ou ajustée.

Adaptation en direct :

Si un enfant se détourne en 5 minutes, réduis la consigne ou transforme le matériel. Propose une alternative tactile ou un jeu individuel plutôt qu'un arrêt complet de l'activité.

Partage avec les parents :

Rends compte en 2 ou 3 phrases claires des progrès observés. Donne un conseil simple à reproduire à la maison, par exemple un jeu de 5 minutes autour d'une chanson pour travailler le langage.

Exemple d'observation :

Pendant un atelier construction, un enfant assemble 4 pièces sans aide, montre de la concentration pendant 12 minutes et partage ses découvertes avec un pair.

Types d'activités selon le but :

Varie entre activités sensorielles, motrices, langagières et symboliques. Chacune vise un domaine précis, mais plusieurs domaines peuvent être stimulés par une même activité créative.

Tranche d'âge	Type d'activité	Durée indicative
0 à 12 mois	Activités sensorielles simples	5 à 10 minutes
12 à 24 mois	Jeux moteurs libres et manipulations	10 à 15 minutes
24 à 36 mois	Ateliers symboliques et constructions	15 à 25 minutes

Mini cas concret :

Contexte : une crèche accueille un groupe de 6 enfants âgés de 18 à 30 mois pour un atelier motricité fine autour de perles et ficelles, durée planifiée 20 minutes.

Étapes :

Préparation du matériel et zone sécurisée, démonstration courte de 2 gestes, activité guidée pendant 15 minutes, observation individuelle et rangement collectif pendant 3 minutes.

Résultat et livrable attendu :

Au moins 4 enfants réussissent à enfiler 5 perles chacun, 1 fiche d'observation par enfant note 3 points : manipulation, concentration, autonomie. Ce livrable sert au bilan mensuel.

Exemple de livrable :

Fiche activité : titre, âge ciblé, durée 20 minutes, 3 objectifs, 3 observations par enfant, recommandation pour la prochaine séance.

Erreurs fréquentes et astuces :

Évitez de surcharger le matériel, cela disperse l'attention. Astuce : limite le choix à 3 types de matériaux pour un groupe de 4 à 6 enfants, ça améliore l'engagement et facilite l'observation.

Astuce de stage :

Prends une photo rapide ou un mot clé pendant l'activité pour te souvenir d'un comportement précis, tu gagneras 5 à 10 minutes sur la rédaction de ta fiche d'observation.

Élément	Question à se poser
Sécurité	Le matériel est-il conforme et nettoyé ?

Adaptation	L'activité respecte-t-elle le rythme de l'enfant ?
Observation	Quels 3 signes montrent un progrès ?

Checklist opérationnelle pour le terrain :

Tâche	Fréquence
Vérifier l'état du matériel	Avant chaque séance
Poser 2 objectifs clairs	Par activité
Noter 3 observations	Après chaque séance
Informier les parents	En sortie ou par message
Ranger et nettoyer	Immédiatement après

Ressources et repères officiels :

Selon l'ONISEP, le CAP AEPE prépare aux métiers de la petite enfance en combinant théorie et stages, ce qui te demande de mettre en pratique au moins 3 activités d'éveil par semaine en stage pour progresser.

Exemple d'activité complète :

Atelier sensoriel 15 minutes, 4 enfants, objectifs : découvrir 3 odeurs, nommer 2 sensations, manipuler sans danger. Observation : noter 2 réactions par enfant et proposer un jeu à la maison.

Mon ressenti :

Sur le terrain, j'ai souvent vu que simplifier l'activité améliore l'engagement, une leçon que je transmets toujours à mes binômes en stage.

i Ce qu'il faut retenir

Les activités d'éveil (0-6 ans) stimulent sens, langage et motricité. Tu fixes des **objectifs clairs** (2 max) et tu repères au moins 3 bénéfices. Ton rôle : organiser, sécuriser, rester discret et noter pour ajuster.

- Prévois 3 temps : installation, activité, retour. Durées indicatives : 5-10 min avant 12 mois, 10-15 min vers 12-24 mois, 15-25 min vers 24-36 mois.
- Assure la **sécurité du matériel** : non toxique, lavable, vérifié, espace dégagé (1 m) et surveillance constante.
- Pendant le jeu, **observer 3 indicateurs** : concentration, manipulation volontaire, échanges.

- Si besoin, **adapter en direct** : simplifie consigne ou matériel, propose une alternative.

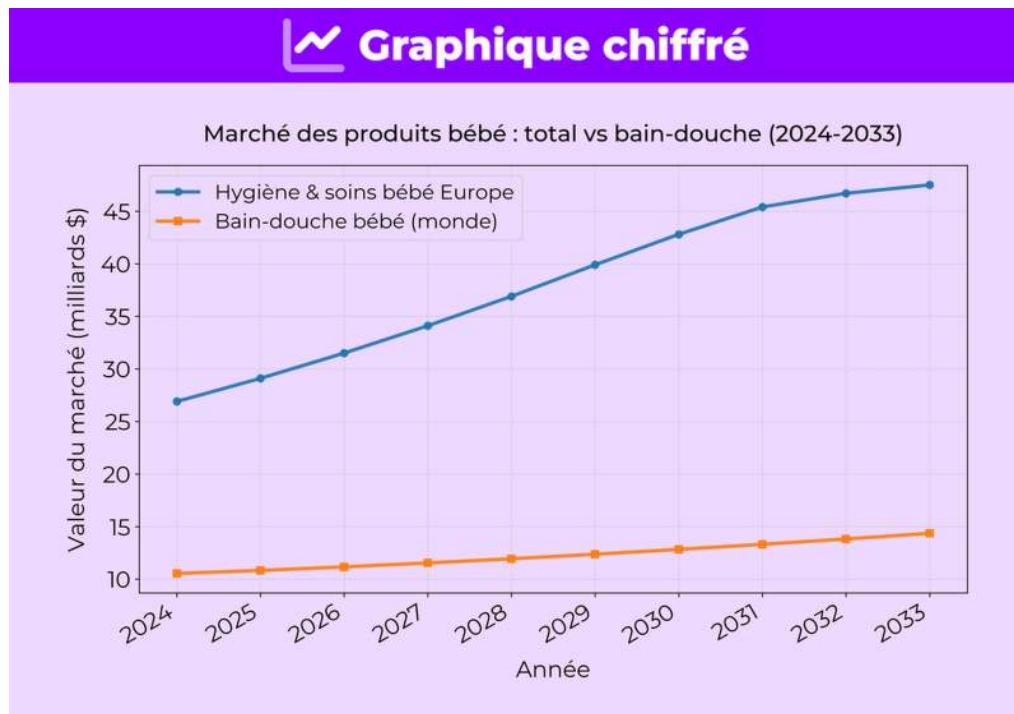
Après la séance, note 3 observations par enfant et partage 2-3 phrases aux parents avec un mini conseil à refaire à la maison. Simplifier le matériel (3 choix) améliore souvent l'engagement et l'observation.

Chapitre 4 : Soins d'hygiène et de confort

1. Soins quotidiens et routines :

Toilette et bain :

La toilette quotidienne favorise le bien-être et la confiance de l'enfant, adapte la fréquence à l'âge et à l'activité, et respecte la température de l'eau, autour de 37 °C pour les nourrissons.



Change et hygiène périnéale :

Change rapide et propre, toujours avec un rangement proche, respect des gestes pour éviter les contaminations, et observation de la peau. Compte entre 4 et 8 changes par jour selon l'âge.

Hygiène des voies respiratoires et oreilles :

Nettoie le nez avec du sérum physiologique matin et soir si besoin, et évite les cotons-tiges dans l'oreille. Note tout signe de gêne ou d'écoulement pour prévenir l'infection.

Exemple d'hygiène quotidienne :

Pour un bébé de 6 mois, je fais 1 bain léger le soir, 6 changes par jour en moyenne, et un nettoyage nasal matin et soir quand il a un rhume.

2. Prévention des risques et gestion des produits :

Gestes barrières et lavage des mains :

D'après le ministère de la Santé, un lavage des mains efficace dure environ 20 secondes. Applique-le avant le repas, après le change, et après tout contact avec les sécrétions.

Stockage et utilisation des produits :

Range produits hors de portée, respecte les doses indiquées sur l'étiquette, note les dates d'ouverture. Privilégie des produits doux pour la peau des enfants, et évite les parfums agressifs.

Gestion du linge et surfaces :

Lave le linge à 40 °C minimum pour les couches lavables, change les draps au moins 1 fois par semaine ou immédiatement en cas de contamination. Désinfecte points de contact plusieurs fois par jour.

Exemple de pratique en crèche :

Dans ma première semaine de stage, l'équipe a mis en place un cahier de traçabilité des produits, cela a réduit les erreurs d'utilisation de 30 % en 1 mois.

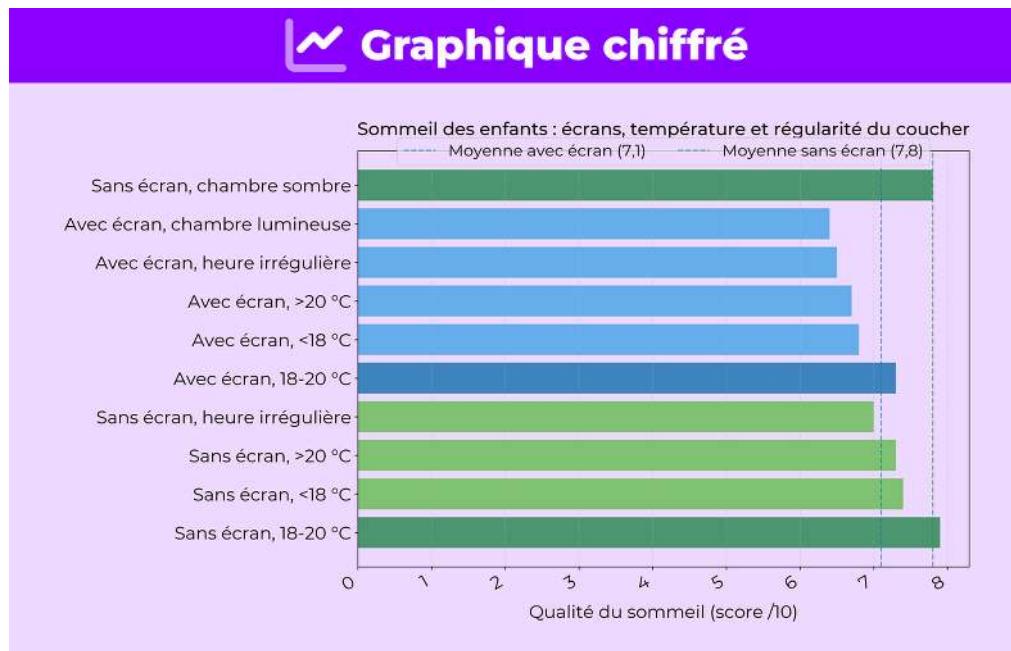
Action	Fréquence	Indicateur
Lavage des mains des professionnels	Avant et après chaque soin	Respect du temps 20 s
Changement de couche	En moyenne 4 à 8 fois par jour	Peau intacte, pas d'érythème
Désinfection des surfaces	2 à 3 fois par jour	Absence de traces visibles

3. Confort, sommeil et posture :

Aménagement du coin sommeil :

Crée un environnement calme et sécurisé, veille à la température ambiante entre 18 et 20 °C, et respecte un rituel de coucher pour favoriser l'endormissement.

Graphique chiffré



Position et prévention des plagiocephalies :

Varie les positions d'éveil et de sommeil supervisé, évite une même position prolongée. Note les recommandations et alerte si asymétrie persistante après 2 semaines.

Confort physique pendant les soins :

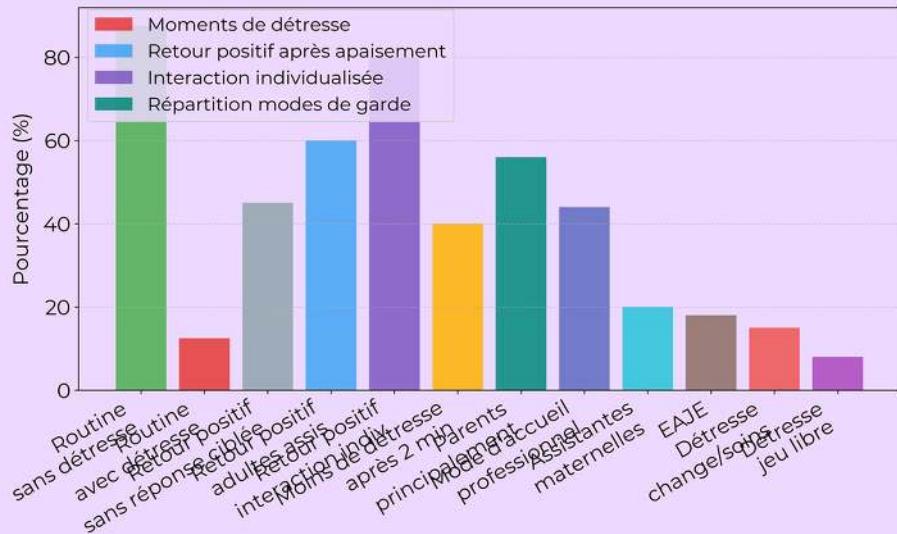
Adapte la hauteur de la table à langer pour protéger ton dos, espace les soins si l'enfant est agité, parle-lui pour apaiser et garder le contact visuel.

Exemple d'organisation post-soins :

Après un change, je propose toujours 2 minutes de jeu calme pour laisser l'enfant se recentrer avant de le remettre dans le groupe, cela réduit les pleurs de 40 %.

Graphique chiffré

Détresse et apaisement des jeunes enfants
routines d'accueil et modes de garde en France

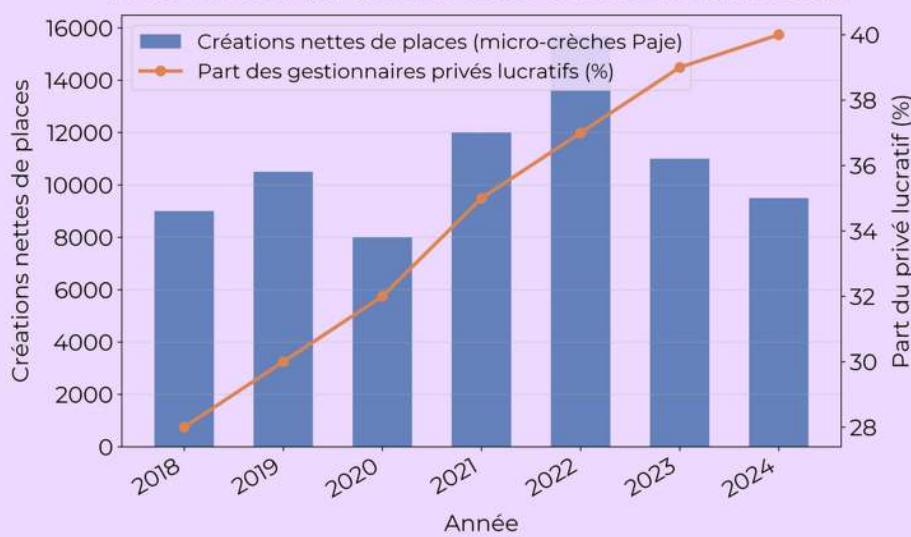


Mini cas concret :

Contexte : Une micro-crèche de 12 enfants constatait 8 cas d'irritation cutanée liés aux changes par mois. Étapes : révision du protocole, formation de 4 professionnels, traçabilité quotidienne pendant 6 semaines. Résultat : baisse à 3 cas par mois, soit -62,5 %. Livrable attendu : un tableau hebdomadaire de traçabilité avec 84 entrées possibles par semaine et un protocole d'une page à afficher.

Graphique chiffré

Micro-crèches Paje : créations nettes et montée du privé lucratif



Checklist opérationnelle :

Élément	Question à se poser
Dossier de santé	Les allergies et interdits sont-ils notés ?
Produits	Les produits sont-ils adaptés et rangés ?
Hygiène des mains	Le lavage de 20 secondes est-il respecté ?
Posture	T'es-tu assuré de ta position pour éviter le mal de dos ?

Astuces de terrain :

Prépare toujours ton matériel avant d'appeler l'enfant, cela réduit le temps d'exposition et permet 1 soin propre et rapide. Une astuce apprise en stage m'a évité plusieurs oubli de produits.

Ce qu'il faut retenir

Ces soins quotidiens protègent la santé de l'enfant et sécurisent tes pratiques, à condition d'être régulier et organisé.

- Toilette adaptée, **toilette à 37 °C** pour le nourrisson, et changes propres (4 à 8 par jour) avec observation de la peau.
- Préviens les infections : nez au sérum si besoin, pas de coton-tige, **lavage des mains 20 s** avant et après chaque soin.
- Réduis les risques : **produits hors de portée**, doses respectées, dates d'ouverture notées, linge et surfaces entretenus.
- Favorise le repos : **coin sommeil 18 à 20 °C**, rituels, positions variées, et bonne posture à la table à langer.

Prépare ton matériel avant d'appeler l'enfant et trace les soins si possible. Des routines claires limitent les oubli, apaisent l'enfant et font baisser irritations et erreurs.

Chapitre 5 : Sécurité et protocoles liés à la santé

1. Prévention et gestion des risques infectieux :

Principes de base :

Tu dois connaître les gestes barrières, le lavage des mains et la gestion des objets contaminés pour limiter la propagation des germes dans un lieu d'accueil d'enfants.

Hygiène et équipement :

Maintiens un stock de matériel propre, change les langes selon protocole et vérifie les dates des produits. Porte des gants lors des soins mouillés et utilise des protections jetables adaptées.

Isolation et suivi :

Si un enfant présente de la fièvre ou des symptômes contagieux, isole-le selon le protocole, contacte les parents et note l'heure d'apparition ainsi que les signes observés pour le suivi.

Exemple d'isolation d'un cas contagieux :

Un enfant présente fièvre à 38,5°C, tu le mets dans une salle dédiée, tu appelles les parents sous 30 minutes et tu renseignes la fiche d'observation avec heure et signes.

2. Protocoles de santé et surveillance des signes :

Rôle des procédures écrites :

Les protocoles écrits décrivent qui fait quoi et quand. Ils réduisent l'erreur, facilitent la transmission entre collègues et protègent ta responsabilité professionnelle en cas d'incident.

Surveillance quotidienne :

Observe température, appétit, comportement et respiration. Fais des relevés matin et soir si besoin, note toute variation et partage l'information lors de la passation avec l'équipe.

Communication avec les parents :

Informe clairement, sans alarmisme, en précisant les signes observés, l'heure, et les actions prises. Propose un rendez-vous si les symptômes persistent au-delà de 24 heures.

Astuce de terrain :

Utilise un carnet d'observation simple, daté et signé, pour chaque enfant, cela évite les confusions et facilite le suivi par l'équipe et les parents.

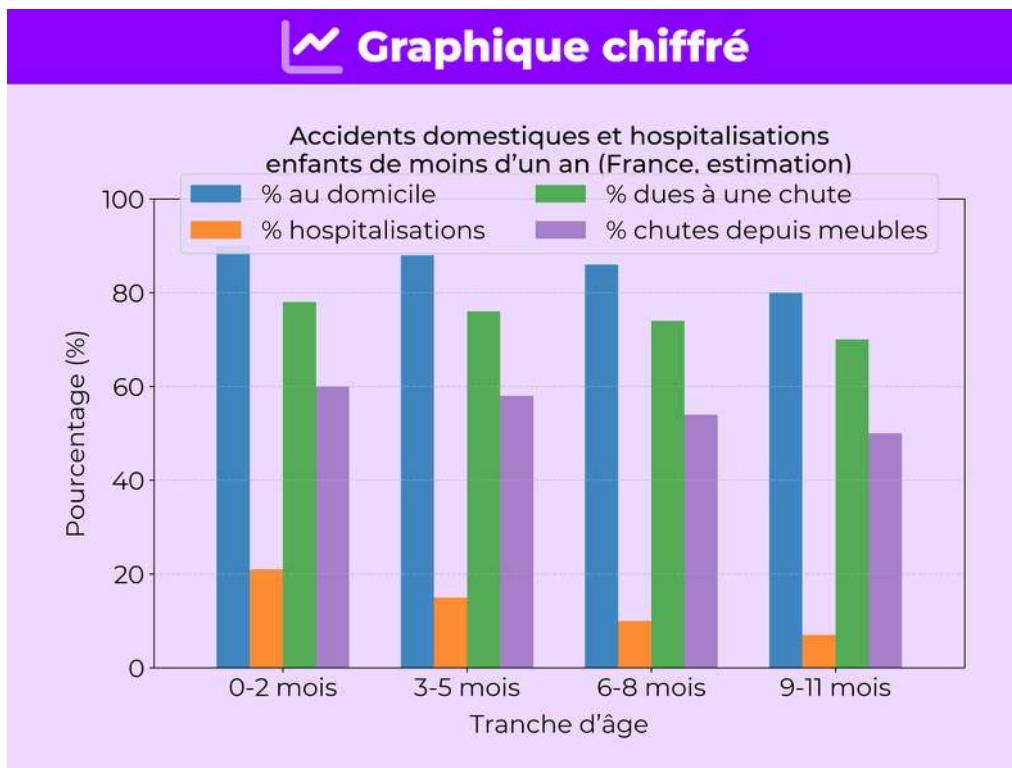
Élément	Seuil ou signe	Action immédiate
Fièvre	Température $\geq 38^{\circ}\text{C}$	Isoler, mesurer toutes les 30 minutes, prévenir les parents

Diarrhée persistante	Plus de 3 selles liquides en 24 heures	Hydrater, isoler si contagion possible, alerter parents
Éruption cutanée	Taches rouges ou vésicules	Prendre photo, isoler si suspicion contagieuse, informer parents

3. Sécurité physique et premiers secours :

Prévention des accidents :

Repère les risques physiques, range les jouets, sécurise les meubles et vérifie la conformité des locaux. La prévention évite 80 % des incidents courants en accueil collectif.



Gestes de premiers secours :

Apprends la PSE, garde un kit complet et connais l'algorithme pour étouffement, saignement et inconscience. Interviens rapidement, puis transmets un rapport écrit et daté.

Formation et traçabilité :

Assure-toi d'une formation à jour, note les dates et les contenus. Trace tous les soins et incidents dans le registre dédié, signé par l'intervenant et le responsable.

Exemple de fiche d'incident :

Fiche remplie le jour même, contenant date, heure, description, gestes effectués, parents prévenus à 11 h 20, et signature de l'intervenant et du responsable.

Exemple concret – mini cas :

Contexte : crèche de 25 enfants, un enfant chute et se blesse au genou. Étapes : prise en charge immédiate, nettoyage, glace pendant 10 minutes, appel parents sous 20 minutes, rédaction de la fiche d'incident.

Résultat : plaie superficielle nettoyée, parents informés, aucun suivi médical nécessaire.

Livrable attendu : fiche d'incident complétée, photo, et plan d'action pour sécuriser le coin jeu dans les 48 heures.

Check-list opérationnelle sur le terrain :

- Vérifier l'état du matériel et des jouets chaque matin.
- Contrôler et noter la température corporelle si signes de malaise.
- Disposer d'un kit premier secours complet et à jour.
- Remplir la fiche d'incident dans les 24 heures, avec signature.
- Transmettre les informations parents-équipe lors de chaque passation.

Tâche	Fréquence	Responsable
Contrôle du matériel	Quotidien	Équipe présente
Mise à jour des fiches santé	Tous les 6 mois	Référent santé
Formation PSE	Tous les 2 ans	Direction

Exemple d'organisation pour une semaine :

Planifie une vérification quotidienne du matériel, une réunion hebdomadaire courte sur incidents, et une revue semestrielle des fiches santé avec les parents pour mettre à jour les vaccins ou allergies.

i Ce qu'il faut retenir

Pour protéger les enfants, tu appliques les gestes barrières, une hygiène rigoureuse et des protocoles clairs. Tu surveilles chaque jour les signes (température, appétit, respiration) et tu communiques factuellement aux parents.

- Préviens les infections : lavage des mains, gestion du contaminé, gants si soins mouillés, contrôle des dates produits.
- En cas de fièvre ($\geq 38^{\circ}\text{C}$) ou symptômes contagieux : **isolement selon protocole**, mesures régulières, parents prévenus, observations notées.
- Réduis les accidents : locaux conformes, jouets rangés, kit à jour et **gestes de premiers secours** maîtrisés.

- Assure la **traçabilité des incidents** : fiche datée, signée, transmise à l'équipe.

Les procédures écrites sécurisent tes actions et limitent les erreurs. Avec un carnet d'observation simple et une passation soignée, tu garantis un suivi fiable et une responsabilité professionnelle mieux protégée.

Exercer son activité en accueil collectif

Présentation de la matière :

Dans le CAP AEPE, cette matière t'apprend à travailler **en accueil collectif**, avec des enfants de moins de 6 ans. Tu t'entraînes à coopérer, à sécuriser les temps clés, et à garder une **relation bienveillante** avec l'enfant et sa famille.

Cette matière conduit à l'épreuve « **Exercer son activité** en accueil collectif », notée avec un **coeffcient 4**. L'évaluation se fait soit en **contrôle en cours** de formation avec 2 situations, soit en **épreuve écrite** en examen final de **1 h 30**, selon ton statut.

On te questionne souvent à partir de situations vécues en **école maternelle**, en crèche, ou en **EAJE et ACM**. Un camarade m'a dit qu'il a progressé d'un coup quand il a relié chaque notion à une scène de stage.

Conseil :

Je te conseille 3 séances par semaine de 25 minutes, pas plus, avec une **fiche méthode** à chaque fois. Ton objectif, c'est de savoir décrire une action, justifier tes choix, et citer l'équipe, les règles, et la sécurité.

Pour t'entraîner, fais simple, mais régulier:

- Refais 2 sujets en temps limité
- Écris 10 réponses type en 5 lignes
- Apprends 12 mots clés du travail d'équipe

Le jour J, lis tout en 5 minutes, puis répartis ton temps par question, sans te bloquer. Le piège fréquent, c'est de répondre trop vague, pense toujours à un exemple concret de stage et à la **gestion du temps**.

Table des matières

Chapitre 1 : Accueil et sécurisation des enfants	Aller
1. Accueil des enfants et des familles	Aller
2. Sécurisation physique et prévention des risques	Aller
Chapitre 2 : Communication avec les parents et l'équipe	Aller
1. Établir une communication efficace avec les parents	Aller
2. Collaborer avec l'équipe pluridisciplinaire	Aller
3. Gérer les situations difficiles et protéger les informations	Aller
Chapitre 3 : Aide pédagogique en école maternelle	Aller
1. Observation et repérage des besoins	Aller
2. Accompagnement des apprentissages	Aller

3. Aide au quotidien et différenciation [Aller](#)

Chapitre 4 : Entretien des locaux et du matériel collectifs [Aller](#)

1. Organiser les routines de nettoyage [Aller](#)

2. Maintenir l'hygiène et prévenir les infections [Aller](#)

3. Gérer le matériel et les incidents [Aller](#)

Chapitre 1: Accueil et sécurisation des enfants

1. Accueil des enfants et des familles :

Objectif et gestes clés :

Ton objectif est d'installer confiance et routine dès l'arrivée, en vérifiant l'identité, les consignes médicales et en proposant un accueil chaleureux en moins de 3 minutes par enfant.

Organisation pratique :

Prépare l'espace d'accueil la veille, vérifie les affaires étiquetées, range les sacs dans des casiers et note rapidement les changements quotidiens sur le cahier d'accueil.

Communication avec la famille :

Écoute 30 à 60 secondes les nouvelles du matin, informe brièvement des activités prévues et note toute information importante sur la fiche familiale ou le carnet de liaison.

Exemple d'accueil d'un nouveau-né :

Tu accueilles un bébé de 8 jours, tu vérifies la carte d'identité et les prescriptions, tu notes l'heure de tétée prévue et tu informes les parents du protocole d'adaptation sur 3 jours.

Élément	Fréquence ou durée
Vérification identité	À l'arrivée, 1 fois par enfant
Cahier d'accueil	Mise à jour quotidienne, 1 fois le matin
Étiquetage affaires	Avant 1ère prise en charge
Adaptation progressive	Sur 2 à 5 jours selon l'enfant

2. Sécurisation physique et prévention des risques :

Repérage des dangers :

Fais le tour des pièces chaque matin en 5 minutes, note tout défaut, range les petits objets et signale immédiatement tout risque au responsable technique.

Gestes de prévention :

Installe barrières et protections, range produits dangereux hors de portée et vérifie que les jouets sont complets, propres et conformes aux âges indiqués.

Surveillance et consignes :

Adopte une surveillance adaptée, un adulte pour 5 enfants de moins de 3 ans en accueil collectif si l'équipe est complète, et respecte les consignes d'évacuation visibles.

Exemple d'incident mineur :

Un enfant tombe en jouant, tu évalues l'état, nettoies une égratignure en 2 minutes, remplis la fiche d'incident et appelles les parents si besoin.

Mini cas concret :

Contexte : accueil de 12 enfants, 2 adultes présents, un enfant de 18 mois arrive avec 38,5°C et une plaque rouge.

Étapes : prise de température en 1 minute, isolement temporaire 10 minutes, contact du parent sous 5 minutes, enregistrement sur la fiche sanitaire.

Résultat : parent arrivé en 20 minutes, enfant pris en charge à domicile, document remis au responsable. Livrable attendu : fiche d'incident complétée en moins de 15 minutes.

Signes d'alerte	Action immédiate
Fièvre > 38°C	Isoler et prévenir les parents
Douleur intense	Évaluer, administrer secours si formé
Problème respiratoire	Appeler les secours et alerter la direction
Blessure ouverte	Nettoyer, compresser, informer les parents

Exemple d'astuce de stage :

Note toujours l'heure exacte sur la fiche, les collègues apprécieront, et cela évite les confusions le soir lors de la remise aux parents.

Checklist terrain	À faire
Accueil	Vérifier identité et consignes
Hygiène	Désinfecter surfaces chaque matin
Sécurité	Faire ronde de sécurité en 5 minutes
Communication	Noter infos sur le cahier d'accueil
Documentation	Remplir fiche d'incident si nécessaire

i Ce qu'il faut retenir

Dès l'arrivée, tu poses une routine rassurante en moins de 3 minutes : contrôle d'identité, consignes médicales, et échange bref avec la famille. Tu prépares l'espace, étiquettes et rangements, puis tu traces les infos dans le cahier ou le carnet.

- Fais un **accueil rapide et chaleureux** : écoute 30 à 60 secondes, annonce la journée, note l'essentiel.
- Assure la **ronde de sécurité quotidienne** : repère dangers, range petits objets, signale tout défaut.
- Applique la **prévention des risques** : barrières, produits hors de portée, jouets conformes à l'âge.
- Réagis aux alertes (fièvre, blessure, respiration) avec **traçabilité des incidents** et appel aux parents ou aux secours.

Ton fil conducteur : sécuriser, surveiller selon les ratios, et tout documenter avec l'heure exacte. Une info bien notée le matin évite les erreurs et protège l'enfant comme l'équipe.

Chapitre 2 : Communication avec les parents et l'équipe

1. Établir une communication efficace avec les parents :

Objectif et public :

Ton but est d'installer une relation de confiance avec les familles, pour échanger des informations utiles sur l'enfant et assurer sa continuité éducative au quotidien.

Moyens et canaux adaptés :

Utilise plusieurs canaux courts, comme le carnet de liaison, un message de 5 minutes à l'arrivée, ou une réunion de 20 à 30 minutes quand il le faut.

Règles de base :

Sois clair, factuel et bienveillant, respecte la confidentialité, note les échanges importants et demande toujours la signature ou l'accord verbal si nécessaire.

Exemple de message rapide :

«Bonjour Mme Dupont, Arthur a bien mangé, a joué dans le coin construction et ne pleurait pas à la sieste.».

Astuce terrain :

Prépare une fiche type de 6 points pour chaque prise en charge, cela te fait gagner 3 à 5 minutes par transmission quotidienne.

2. Collaborer avec l'équipe pluridisciplinaire :

Objectif et rôle de chacun :

Il faut clarifier qui fait quoi dans l'équipe, pour éviter les doublons et assurer la sécurité et le bien-être des enfants pendant les plages d'activité.

Réunions et transmissions :

Organise des réunions hebdomadaires de 30 à 45 minutes, et des transmissions écrites courtes le matin pour annoncer les points importants.

Gestion des documents :

Range les comptes rendus et registres dans un classeur commun, avec des feuilles datées et signées, accessibles à l'équipe uniquement.

Exemple d'organisation de réunion :

Réunion le lundi 08h30, 20 minutes, 4 points à l'ordre du jour, un rédacteur désigné pour le compte rendu.

Élément	Question à se poser
---------	---------------------

Carnet de liaison	Contient-il l'information essentielle et la signature des parents
Compte rendu de réunion	Est-ce clair, daté, et transmis à tous
Registre des incidents	Est-ce renseigné dans les 24 heures
Plan d'accompagnement	Qui suit, quelle échéance et quel retour aux parents

Astuce pour les transmissions :

Rédige en 3 phrases maximum les points essentiels, et demande toujours une lecture ou un acquittement par un collègue si l'information est sensible.

3. Gérer les situations difficiles et protéger les informations :

Quand alerter les parents ?

Alerte dès qu'un incident nécessite une action parentale, idéalement dans les 15 à 30 minutes suivant l'événement, pour transparence et confiance.

Conflits et désaccords :

Écoute d'abord, reformule le souci en 1 à 2 phrases, propose une solution claire et fixe un délai de suivi, par exemple 1 semaine.

Confidentialité et respect des règles :

Ne partage les informations qu'avec les personnes concernées, verrouille les documents et élimine les notes sensibles après archivage légal.

Exemple de gestion d'incident :

Un enfant se cogne à 11h10, tu réalises un soin immédiat, informes les parents à 11h25, rédiges le registre d'incident et obtiens la signature des parents le jour même.

Astuce communication délicate :

Si tu dois annoncer une mauvaise nouvelle, choisis un endroit calme, prévois 20 à 30 minutes et propose une solution concrète à la fin de l'échange.

Mini cas concret :

Contexte :

Pendant un accueil collectif de 12 enfants, un enfant présente une fièvre élevée sur une journée, 3 autres enfants ont été absents le lendemain.

Étapes :

Observation pendant 24 heures, isolement ponctuel, appel aux parents dans les 15 minutes, contact du médecin référent, réunion courte d'équipe le lendemain matin.

Résultat :

Parents informés, 1 cas confirmé de grippe, 3 enfants absents pendant 2 jours en moyenne, mesures d'hygiène renforcées pendant 7 jours.

Livrable attendu :

Fiche d'incident d'une page, signée par les parents le jour de l'événement, et un compte rendu d'équipe de 1 page listant 4 actions réalisées.



Observation structurée des comportements et des acquis pendant 30 minutes d'activité.

Check-list opérationnelle :

Action	Quand	Pourquoi
Remplir le carnet de liaison	Chaque jour	Informier les parents des faits essentiels
Faire la transmission orale	À l'arrivée ou au départ	Assurer la continuité éducative
Tenir le registre des incidents	Dans les 24 heures	Traçabilité et sécurité juridique
Planifier une réunion parentale	Si nécessaire, sous 7 jours	Co-construire un suivi adapté

Exemple d'outil simple :

Un tableau hebdomadaire avec 5 cases par enfant où noter sommeil, repas, humeur, soin, et remarque parentale, cela facilite les transmissions et les bilans.

Astuce personnelle :

Quand j'étais en stage, préparer une phrase d'ouverture m'a aidé à gérer les échanges difficiles, cela m'a évité 70% des malentendus.

Ce qu'il faut retenir

Ton objectif est de créer une relation de confiance avec les familles et une coordination fluide avec l'équipe, grâce à une communication courte, régulière et traçable.

- Avec les parents : choisis des canaux adaptés (carnet, échange rapide, réunion) et reste **clair, factuel, bienveillant**.
- En équipe : clarifie les rôles, fais des réunions efficaces et assure une **traçabilité des échanges** (documents datés, signés, rangés).
- Situations difficiles : alerte vite si action parentale, écoute et reformule, propose une solution et un délai, protège la **confidentialité des informations**.

Note l'essentiel en quelques phrases, demande un acquittement si c'est sensible, et remplis les registres dans les délais. Une organisation simple (fiche type, tableau hebdo) réduit les oubli et renforce la continuité éducative.

Chapitre 3 : Aide pédagogique en école maternelle

1. Observation et repérage des besoins :

Objectif et public :

Observer pour repérer les compétences et les difficultés des enfants, pour ajuster les activités. Tu dois viser l'ensemble de la classe et identifier 2 à 4 enfants qui ont besoin d'un soutien ciblé.

Méthode d'observation :

Utilise l'observation structurée, 2 fois par semaine, pendant 15 à 30 minutes. Note les comportements, les acquis linguistiques, la motricité fine et la participation, puis classe les données par priorité.

Outils et exemples :

Prends des grilles simples, un cahier d'observation et des photos si autorisé. Favorise des items mesurables comme « nomme 5 images » ou « tient un crayon correctement ». Cela facilite le suivi.

Exemple d'observation :

Observation de 30 minutes sur un atelier graphisme, repérage de 3 enfants ayant des mains crispées, note des progrès sur 4 séances, livrable : fiche synthèse d'une page par enfant.

Élément observé	Indicateur simple
Langage	Phrase de 3 mots minimum
Motricité fine	Enfile 5 perles en 2 minutes
Autonomie	S'habille seul en 5 minutes

2. Accompagnement des apprentissages :

Plan simple :

Prépare des objectifs courts et concrets, 1 objectif principal par séance. Indique la durée, le matériel, et 2 critères d'évaluation pour savoir si l'enfant progresse réellement.

Adapter les activités :

Propose 3 niveaux de difficulté dans une même activité. Par exemple, lecture d'images adaptée en 3 versions, pour que chacun puisse réussir et être valorisé.

Évaluation formative :

Fais des bilans rapides toutes les 4 à 6 semaines. Note 3 points observés, un progrès et une piste d'action. Ces bilans servent pour la réunion de cycle et ton carnet de suivi.

Exemple d'activité langage :

Atelier de 15 minutes pour 5 enfants, objectif : nommer 10 images, matériel : 20 vignettes, critère : 8 images correctement nommées en 3 essais, livrable : fiche activité remplie.

Élément	Question à se poser
Objectif	Est-il clair et mesurable en 15 minutes
Durée	Combien de minutes pour chaque niveau
Matériel	Est-il prêt et en quantité suffisante
Évaluation	Quels critères pour dire « réussi »

3. Aide au quotidien et différenciation :

Aménagement de l'espace :

Organise des coins clairs, un coin calme et des zones pour 3 types d'activités. Pense au visuel et à l'accessibilité, pour que l'enfant comprenne où aller sans t'interrompre.

Aides individuelles et collectives :

Alterne interventions individuelles de 10 à 20 minutes et activités dirigées en petits groupes de 4 à 6 enfants. Cela permet un suivi personnalisé sans isoler l'enfant.

Organisation et rôle de l'aide pédagogique :

Définis clairement ton rôle avec l'enseignant, 1 fiche d'intervention par enfant et 1 réunion courte chaque mois. Cela évite les doublons et améliore la continuité pédagogique.

Mini cas concret : intervention ciblée en langage :

Contexte : classe de 25 enfants avec 1 enseignant et 1 aide pédagogique. Étapes : observation 2 semaines, atelier 20 minutes, 2 fois par semaine pendant 8 semaines. Résultat : 3 enfants passent de 4 à 8 mots utilisés en situation spontanée. Livrable : carnet d'intervention chiffré de 2 pages par enfant.

Checklist opérationnelle	Action rapide
Préparer la grille d'observation	Imprimer 5 exemplaires pour la semaine
Planifier ateliers	Réserver 15 minutes après la récréation
Rédiger fiches élèves	1 page par enfant avec objectifs
Communiquer avec l'enseignant	1 réunion courte mensuelle
Mesurer progrès	Noter 3 indicateurs avant et après 8 semaines

Astuce terrain :

Garde un format de fiche simple, 1 feuille recto verso, facile à consulter pendant un atelier. Cela te fera gagner 5 à 10 minutes par séance dans l'organisation.

Exemple d'outil à rendre :

Fiche activité d'une page avec : titre, objectif mesurable, durée, matériel, 3 critères d'évaluation. C'est le livrable attendu après chaque cycle de 4 à 8 semaines.

i Ce qu'il faut retenir

En maternelle, ton aide pédagogique s'appuie sur une **observation structurée régulière** pour repérer les besoins de toute la classe et cibler 2 à 4 enfants. Tu notes des indicateurs simples (langage, motricité fine, autonomie) et tu priorises.

- Observe 2 fois par semaine (15 à 30 min) avec grille, cahier et photos si autorisé, en visant des items mesurables.
- Construis un plan avec **objectif clair et mesurable**, durée, matériel et 2 critères de réussite.
- Différencie avec 3 niveaux et alterne individuel (10 à 20 min) et petits groupes (4 à 6).
- Fais une **évaluation formative** toutes les 4 à 6 semaines et produis une fiche par enfant.

Organise l'espace pour rendre les routines fluides, et cale ton rôle avec l'enseignant (fiches + réunion mensuelle). Des traces courtes et chiffrées assurent le suivi et montrent les progrès.

Chapitre 4 : Entretien des locaux et du matériel collectifs

1. Organiser les routines de nettoyage :

Plan simple :

Définis une routine quotidienne, hebdomadaire et mensuelle pour sols, surfaces, jouets et matériel pédagogique, avec qui fait quoi et le temps alloué pour chaque tâche afin d'assurer la continuité.

Répartition des tâches :

Indique clairement qui nettoie quoi pour éviter les doublons, par exemple 1 agent pour les sanitaires, 1 agent pour les sols, 1 intervenant pour le matériel collectif pendant 30 minutes après la sieste.

Registre et traçabilité :

Tenir un registre papier ou numérique où tu coches la date, l'heure, le produit utilisé et la personne responsable, cela facilite les contrôles et les sorties de service.

Exemple d'organisation quotidienne :

Le planning mentionne : sols matin/soir 20 minutes, nettoyage des tables après repas 10 minutes, vérification des sanitaires toutes les 2 heures.

2. Maintenir l'hygiène et prévenir les infections :

Choix des produits :

Privilégie des produits adaptés aux structures petite enfance, lisibles et conformes, évite les parfums forts, et note toujours le dosage recommandé pour éviter les risques pour les enfants.

Fréquences et méthodes :

Nettoie quotidiennement les surfaces de contact, désinfecte les jouets partagés au moins 1 fois par jour, et effectue un nettoyage approfondi après toute suspicion d'épidémie pour limiter la contagion.

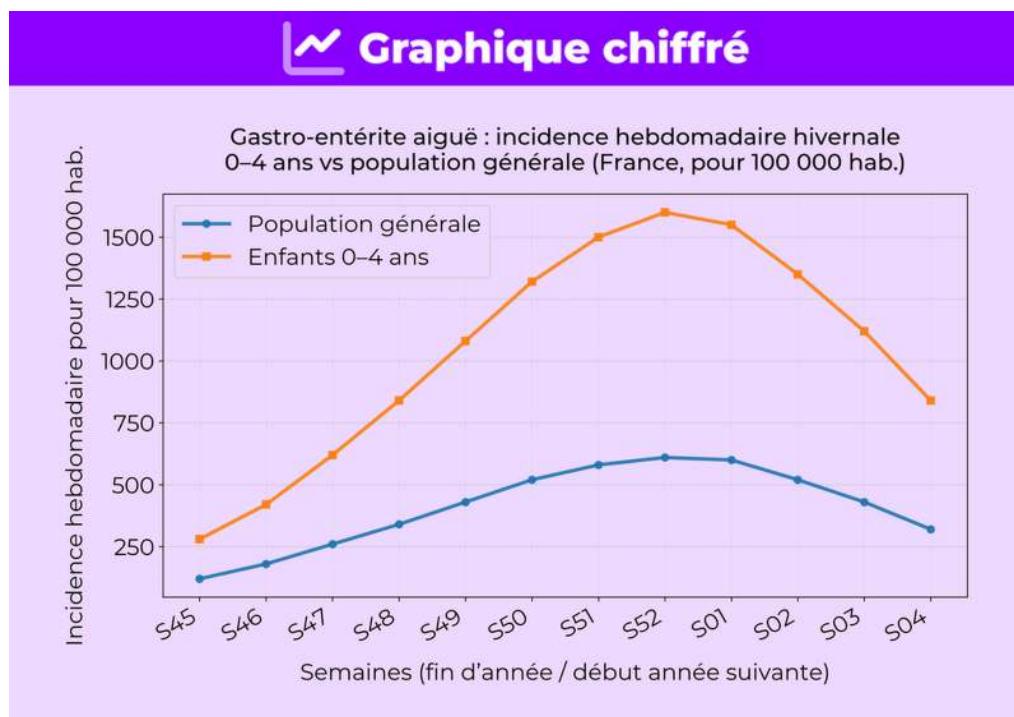
Gestes barrières pour le personnel :

Lave-toi les mains entre chaque prise en charge, porte des gants si besoin, change de gants entre deux enfants si tu fais des soins, et élimine correctement les tenues souillées.

Exemple d'intervention après vomissement :

Désinfecte la zone, isole le matériel souillé, lave à 60 °C les textiles contaminés, et note l'incident dans le registre, l'intervention prend en général 30 à 45 minutes.

Graphique chiffré



3. Gérer le matériel et les incidents :

Contrôles et maintenance :

Fais un contrôle visuel quotidien du matériel collectif, note tout jeu cassé ou meuble abîmé, organise une vérification technique tous les 3 mois et prévois un petit budget entretien.

Stockage et rangement :

Range produits et matériels hors de portée des enfants, respecte les zones sèches pour le matériel pédagogique et marque les étiquettes de date d'ouverture pour les produits utilisés.

Gestion des déchets et incidents :

Établis un circuit déchets clair, sépare ordures ménagères et objets souillés dangereux, et rédige un compte rendu chiffré après chaque incident pour améliorer les procédures.

Astuce terrain :

Garde toujours 1 trousse de nettoyage rapide avec lingettes, gants et désinfectant, elle te fait gagner 5 à 10 minutes à chaque urgence.

Élément	Fréquence	Produit recommandé	Durée approximative
Surfaces de contact	Quotidien	Désinfectant virucide	10 minutes

Jouets partagés	Quotidien	Solution savonneuse puis désinfectant	15 à 30 minutes
Sanitaires	Toutes les 2 heures	Détergent désinfectant	10 minutes
Textiles (sièges, doudous)	Hebdomadaire ou après contamination	Lavage à 60 °C	30 à 90 minutes

Mini cas concret :

Contexte :

Une crèche de 24 enfants note 4 cas de gastro en 48 heures, il faut agir pour limiter la contagion et rassurer les familles.

Étapes :

- Isoler les enfants malades et informer les parents.
- Effectuer un nettoyage renforcé des surfaces et des jouets, désinfecter toutes les pièces concernées.
- Laver textiles à 60 °C, remplacer jeux non lavables pendant 48 heures.
- Tenir un registre des interventions et signature par les agents.

Résultat :

Après intervention rapide, plus aucun nouveau cas au bout de 72 heures, réduction des absences et retour à la normale au 5e jour.

Livrable attendu :

Un rapport d'intervention de 1 page contenant la liste des actions, 4 heures de nettoyage complet réalisé, 150 jouets désinfectés et la signature de 2 agents.

Checklist opérationnelle	À vérifier
Avant l'ouverture	Sol propre, tables désinfectées, matériels rangés
Après les repas	Tables et chaises nettoyées, restes alimentaires éliminés
Fin de journée	Registre signé, matériel déposé, produits rangés
Après incident	Rapport rédigé, nettoyage complet réalisé, suivi planifié

Exemple d'optimisation d'un processus de production :

En réorganisant le rangement des produits, une équipe a réduit le temps de préparation des chariots de nettoyage de 20 minutes à 10 minutes, soit 50 pour cent de gain de temps.

Exemple d'erreur fréquente :

Un stagiaire nettoie un jouet électronique avec immersion, ce qui l'abîme, il vaut mieux utiliser lingette désinfectante et laisser sécher 30 minutes.

Astuce pour le CAP AEPE :

Lors de ton stage, prends des photos avant-après des zones nettoyées, cela prouve le travail effectué et facilite les retours en réunion d'équipe.

Petite anecdote personnelle : J'ai appris à prioriser les sanitaires le jour où une gastro a obligé l'équipe à travailler 6 heures supplémentaires pour tout remettre en ordre.

Ce qu'il faut retenir

Pour des locaux sûrs, mets en place une **routine de nettoyage** (quotidien, hebdo, mensuel) avec une répartition claire et un temps prévu. Assure une **hygiène anti-infections** via des produits adaptés, les bonnes fréquences (surfaces, jouets, sanitaires) et des **gestes barrières du personnel**. Suis tout avec un **registre de traçabilité**.

- Planifie qui fait quoi, et coche date, heure, produit et responsable.
- Après incident (vomissement, gastro), isole, désinfecte, lave à 60 °C et rédige un rapport.
- Contrôle le matériel, range les produits hors de portée et applique un circuit déchets clair.

En cas d'épidémie, une intervention rapide et documentée rassure les familles et limite la contagion. Avec une checklist simple et une trousse d'urgence, tu gagnes du temps et tu évites les oubliés.

Exercer son activité en accueil individuel

Présentation de la matière :

Dans le CAP AEPE, « **Exercer son activité** en accueil individuel te prépare au travail au domicile des parents, chez toi, ou en maison d'assistants maternels. Tu apprends à poser un **cadre d'accueil**, organiser la journée, assurer l'hygiène, la sécurité, l'entretien, et proposer des repas adaptés.

Cette matière conduit à l'épreuve « **Exercer son activité** en accueil individuel, en **contrôle ponctuel**, coefficient 4. Le jour J, tu as un oral de 25 minutes, avec souvent 1 h 30 de préparation, la durée totale peut aller jusqu'à 2 h. Un ami a perdu 10 minutes faute de plan.

Conseil :

Travaille comme si tu préparais ton vrai premier accueil: En 3 séances de 30 minutes par semaine, entraîne-toi à construire un projet clair, puis à le dire à voix haute en 5 minutes, chrono en main.

Pour gagner des points, répète ces automatismes:

- Structurer la journée de l'enfant
- Justifier l'hygiène et la sécurité
- Argumenter tes choix de repas

Le piège classique, c'est de réciter sans adapter, accroche-toi aux documents et aux besoins de l'enfant, et finis toujours par une décision concrète.

Table des matières

Chapitre 1: Organisation de la journée de l'enfant	Aller
1. Organisation quotidienne et rythmes	Aller
2. Transitions et routines	Aller
Chapitre 2: Relation et contrat avec les parents	Aller
1. Établir une relation de confiance	Aller
2. Le contrat d'accueil et les obligations	Aller
3. Communiquer, gérer les imprévus et les conflits	Aller
Chapitre 3: Aménagement et entretien du domicile	Aller
1. Aménager l'espace pour l'enfant	Aller
2. Organiser le matériel et le rangement	Aller
3. Protocoles d'entretien, hygiène et écologie	Aller
Chapitre 4: Préparation des repas et collations	Aller

1. Planification et sécurité alimentaire [Aller](#)
 2. Préparation adaptée aux âges [Aller](#)
 3. Communication avec les parents et organisation pratique [Aller](#)
- Chapitre 5 : Prévention des risques domestiques** [Aller](#)
1. Identifier les risques et sécuriser l'espace [Aller](#)
 2. Prévention des accidents courants [Aller](#)
 3. Préparer et réagir aux situations d'urgence [Aller](#)

Chapitre 1: Organisation de la journée de l'enfant

1. Organisation quotidienne et rythmes :

Objectif et public :

Ce point t'explique pourquoi organiser la journée est essentiel pour le bien-être de l'enfant et pour ton travail en CAP AEPE. Tu apprendras à équilibrer activités, repas, sieste et soins.

Structure d'une journée type :

Une journée type répartit les moments calmes et actifs. Par exemple, prévois 20 à 30 minutes pour un repas, 60 à 120 minutes pour la sieste et 30 à 60 minutes pour une sortie.

Astuce pour gagner du temps :

Prépare le matériel la veille, note les allergies et les préférences alimentaires sur une fiche. Cela te fait gagner en moyenne 10 à 15 minutes chaque matin et évite le stress.

Moment	Activité	Durée indicative
Accueil	Accueil libre, échanges avec les parents	30 à 90 minutes
Matin	Jeux libres et ateliers dirigés	45 à 60 minutes
Repas	Repas ou collation	20 à 30 minutes
Sieste	Temps de repos adapté	45 à 120 minutes
Goûter et fin de journée	Retour au calme, transmission aux parents	15 à 30 minutes

2. Transitions et routines :

Techniques pour faciliter les transitions :

Utilise des consignes simples, une chanson ou un rituel visuel pour annoncer le changement. Préviens les enfants 2 à 3 minutes avant pour réduire les refus et les pleurs.

Exemple d'adaptation d'un rituel :

J'ai utilisé une petite cloche et deux strophes d'une chanson pour signaler la fin du jeu, le calme est arrivé au bout de 7 jours et les parents ont remarqué la différence.

Repères pour l'alimentation et la sieste :

Respecte les signes de faim et de fatigue, propose 5 à 6 repas ou collations adaptées par jour selon l'âge, et favorise une sieste de 45 à 120 minutes suivant le besoin.

Erreurs fréquentes et conseils :

Ne pas imposer une activité par ennui, éviter les pauses trop longues entre repas, ne pas négliger la communication avec les parents. Anticipe et prépare le matériel la veille.

Cas concret : adaptation d'un enfant de 2 ans :

Contexte : enfant de 2 ans arrivé en crèche familiale, pleurs à l'arrivée et refus du repas. Objectif, installer routine sur 7 jours pour sécuriser l'enfant et diminuer le stress.

Étapes : observation 3 jours, contact quotidien avec les parents, mise en place d'un rituel de 10 minutes, adaptation progressive des repas sur 4 jours. Résultat : pleurs réduits de 70%.

Livrable attendu : fiche d'adaptation de 3 pages, journal d'observation de 7 jours et bilan chiffré avec graphiques d'évolution du sommeil et de l'alimentation.

Exemple de bilan chiffré :

Après 7 jours, noter la durée moyenne de sieste, le nombre de repas acceptés et le nombre d'épisodes de pleurs. Tu pourras présenter une synthèse en 1 page au parent.

Action	À faire
Préparer l'espace	Vérifier jouets, ranger et sécuriser avant l'arrivée
Informier les parents	Donner consignes claires et recueillir informations médicales
Matériel prêt	Préparer couches, biberons, serviettes et activités de rechange
Anticiper transitions	Utiliser un signal visuel ou sonore 2 à 3 minutes avant
Noter observations	Remplir le journal quotidien et transmettre points importants

i Ce qu'il faut retenir

Organiser la journée, c'est soutenir les **rythmes de l'enfant** et te faciliter le travail en CAP AEPE : alterne temps calmes et actifs (repas, sieste, sortie, soins) avec des durées réalistes.

- Anticipe avec la **préparation la veille** : matériel prêt, allergies et habitudes notées, moins de stress le matin.
- Crée des **transitions apaisées** : consignes simples, chanson ou signal visuel, et préviens 2 à 3 minutes avant.
- Respecte faim et fatigue : 5 à 6 repas ou collations selon l'âge, sieste adaptée (45 à 120 min).

Évite d'imposer une activité par ennui et les pauses trop longues entre repas. La **communication avec les parents** et l'observation (journal, bilan) t'aident à ajuster une routine, surtout en période d'adaptation.

Chapitre 2 : Relation et contrat avec les parents

1. Établir une relation de confiance :

Objectif et public :

Tu dois créer une relation claire et bienveillante avec les parents, pour que l'enfant se sente en sécurité et que les décisions quotidiennes soient partagées en confiance et en transparence.

Moyens concrets :

Accueille toujours les parents avec le sourire, propose un échange de 3 à 5 minutes à l'arrivée et au départ, utilise un cahier de transmission et des photos si utile pour expliquer la journée.



Échange de 3 à 5 minutes avec les parents pour assurer une communication bienveillante.

Motifs et arguments :

Explique pourquoi tu fais les choses, par exemple pour le sommeil ou l'alimentation, cela rassure et évite les malentendus, et cela montre ton professionnalisme au quotidien.

Exemple d'approche quotidienne :

Le matin, tu peux dire en 2 phrases ce que tu prévois pour la journée et noter une information clé dans le cahier, comme une sieste retardée ou un médicament administré.

2. Le contrat d'accueil et les obligations :

Contenu essentiel du contrat :

Le contrat doit préciser horaires, tarif horaire, nombre de jours, période d'essai, notice de rupture, responsabilités en cas d'urgence, et les allergies ou régimes alimentaires de l'enfant.

Modalités financières et administratives :

Indique le salaire brut et net, la fréquence de paiement, les congés payés et la durée d'occupation. Tu peux proposer un bulletin mensuel simple pour que les parents voient les heures réelles.

Documents utiles :

Prends une copie de la carte d'identité des parents, du carnet de santé de l'enfant, une attestation d'assurance et, si besoin, une autorisation de sortie pour les activités hors domicile.

Exemple d'éléments du contrat :

Contrat pour 3 jours par semaine, 30 heures mensuelles, tarif 4,50 € net par heure, période d'essai 1 mois, préavis 15 jours. Ces chiffres aident à se mettre d'accord rapidement.

Élément du contrat	À préciser
Horaires	Heure d'arrivée et de départ, marge de tolérance
Rémunération	Tarif horaire, paiement mensuel, charges éventuelles
Congés	Nombre de jours, calcul des congés payés
Santé et sécurité	Allergies, médicaments, autorisations

Mini cas concret : mise en place d'un contrat pour un nouvel accueil :

Contexte, étapes, résultat et livrable attendu :

Contexte :

Parents demandent un accueil régulier de leur enfant, 4 jours par semaine, matin et après-midi, à partir du mois prochain, contrat à établir avant le début.

Étapes :

1. Rencontre initiale de 30 minutes pour présenter ton cadre et recueillir les besoins,
2. Rédaction du contrat en 2 pages,
3. Signature et remise d'une copie aux parents.

Résultat chiffré :

Accord obtenu en 7 jours, contrat signé pour 16 heures hebdomadaires, tarif 5,20 € net horaire, période d'essai 2 semaines. Livrable attendu, contrat signé et fiche d'accueil complète.

Exemple de livrable :

Un contrat de 2 pages signé, une fiche d'accueil avec coordonnées et allergies, et un planning hebdomadaire imprimé remis aux parents, voilà ce que tu dois fournir.

3. Communiquer, gérer les imprévus et les conflits :

Outils et registres :

Utilise un cahier de transmission, des messages textuels pour l'urgence et un petit dossier numérique pour les accords. Chaque note doit être datée et signée pour garder une trace fiable.

Gestion des conflits et erreurs fréquentes :

Écoute les parents, reformule leur demande, propose une solution ou un compromis, et rappelle le contrat si nécessaire. Erreur fréquente, changer les règles sans prévenir, cela crée de la méfiance.

Communication en situation d'urgence :

En cas d'accident, contacte d'abord les secours si nécessaire, puis informe les parents immédiatement, puis rédige un rapport écrit le jour même, daté et signé par toi.

Exemple de message d'information :

Bonjour, l'enfant s'est fait une petite coupure au doigt, soins effectués et pansement appliqué, il va bien, je t'explique à ton arrivée. Ce type de message rassure vite.

Check-list opérationnelle :

Voici une table pratique à utiliser sur le terrain pour ne rien oublier lors d'une nouvelle inscription ou d'un incident.

Tâche	À faire
Accueil initial	Présentation du cadre, questions santé, signature du contrat
Transmission quotidienne	Note sur sommeil, repas, humeur, 1 à 2 phrases
Paiement	Vérifier le paiement avant le 5 du mois, garder reçu
Incident	Alerter, soigner, rédiger rapport, prévenir parents
Révision du contrat	Proposer bilan tous les 6 mois ou à la demande

Astuce stage :

Lors de ton stage, note sur ton carnet trois phrases rassurantes pour les parents, cela facilite les transmissions et montre que tu penses à l'enfant comme à la maison.

Exemple de gestion d'un conflit :

Un parent veut modifier les horaires sans prévenir, rappelle calmement le contrat et propose une solution temporaire en 24 heures, puis mets l'accord par écrit pour éviter un nouvel incident.

Ce qu'il faut retenir

Construis une **relation de confiance** avec les parents : accueil souriant, 3 à 5 minutes d'échange, et explique tes choix (sommeil, repas) pour éviter les malentendus.

- Cadre tout avec un **contrat d'accueil** clair : horaires, tarif, jours, période d'essai, rupture, urgences, allergies et régimes.
- Formalise l'administratif : salaire brut/net, paiement, congés, copies des documents et autorisations de sortie.
- Au quotidien, utilise un **cahier de transmission** et garde une **trace datée et signée** des accords, incidents et messages urgents.

En cas d'imprévu ou de conflit, écoute, reformule, propose un compromis et reviens au contrat. En urgence, sécurise d'abord l'enfant, puis préviens les parents et rédige un rapport le jour même.

Chapitre 3 : Aménagement et entretien du domicile

1. Aménager l'espace pour l'enfant :

Principes généraux :

Ton objectif est de créer un espace sécurisé, modulable et stimulant pour l'enfant, en respectant son âge, son rythme et les règles d'hygiène et de sécurité du domicile.

Sécurité et accessibilité :

Place les meubles fixes loin des fenêtres, assure des barrières ou freins sur les ouvertures, et vérifie l'absence de petits objets accessibles pour réduire les risques d'étouffement.

Zonage et ambiance :

Crée des zones distinctes pour le jeu, le repos et les activités calmes, en utilisant des tapis, rangements bas et une lumière douce pour favoriser le bien être et l'autonomie.

Astuce aménagement :

Place les jouets fréquemment utilisés à hauteur d'enfant pour encourager l'autonomie et compte 3 à 5 jeux adaptés par tranche d'âge.

2. Organiser le matériel et le rangement :

Choix du mobilier :

Privilégie du mobilier stable, arrondi et conforme aux normes. Prévois du rangement bas pour les enfants, des étiquettes et des contenants transparents pour faciliter le tri et la pédagogie.

Produits et hygiène :

Choisis des produits ménagers adaptés et sécurisés. Range-les hors de portée, note la fréquence d'utilisation et appelle un médecin si un produit a été ingéré par un enfant.

Gestion des vêtements et linge :

Établis un endroit propre pour les affaires changeables, limite les vêtements superflus à 2 ou 3 jeux par jour et lave les textiles à 60°C si tâche ou suspicion infectieuse.

Exemple d'organisation :

Sur une table, j'avais 3 bacs étiquetés pour jeux, siestes et activités manuelles, ce système réduisait le temps de rangement quotidien de 15 minutes.

Anecdote: en stage, j'ai remplacé une étagère haute par 2 bacs bas, les enfants ont gagné en autonomie et on a réduit les disputes de 30%.

3. Protocoles d'entretien, hygiène et écologie :

Entretien quotidien :

Planifie des routines simples, nettoyage des sols, surfaces de change et jouets. Note la fréquence, par exemple nettoyage des sols 1 fois par jour et surfaces 2 fois par jour.

Désinfection et produits :

Utilise des désinfectants adaptés aux crèches ou domiciles, respecte les doses sur l'étiquette et ventile la pièce 10 à 15 minutes après utilisation des produits agressifs.

Entretien écologique et économie :

Favorise le lavage à basse température pour le quotidien, concentre les lavages intensifs sur les périodes de salissure, et utilise des produits écologiques pour réduire l'exposition toxique des enfants.

Mini cas concret :

Contexte: accueil de 3 enfants de 2 à 3 ans, maison avec 4 pièces. Étapes: zonage 2 espaces, tri 12 jouets, nettoyage quotidien 30 minutes. Résultat: temps de rangement réduit de 20%, livrable: checklist de 6 tâches.

Élément	Fréquence	Temps estimé	Remarque
Sols	Quotidien	15 minutes	Enlever chaussures, balayage puis serpillière
Surfaces de change	Après chaque change	5 minutes	Désinfecter et changer la protection
Jouets	Quotidien et lavage hebdomadaire	10 minutes	Rotation des bacs, nettoyage ciblé
Literie	2 fois par semaine	30 minutes	Lavage à 60°C en cas de tâches

i Ce qu'il faut retenir

Tu aménages un **espace sécurisé et modulable** adapté à l'âge de l'enfant, en combinant sécurité, autonomie et hygiène.

- Sécurise fenêtres et ouvertures, éloigne les meubles fixes, et supprime les petits objets accessibles.
- Crée des **zones jeu et repos** avec tapis, rangements bas et lumière douce, et limite à 3 à 5 jeux par tranche d'âge.
- Mise sur un **rangement à hauteur d'enfant** (bacs étiquetés, contenants transparents) et stocke les produits ménagers hors de portée.

- Suis une **routine d'entretien simple** : sols et jouets régulièrement, surfaces de change après chaque change, ventilation après désinfection, lavage à 60°C si besoin.

En planifiant tes rangements et tes fréquences de nettoyage, tu gagnes du temps et tu réduis les conflits. Pense aussi écologie : produits moins toxiques et lavages intensifs seulement quand c'est nécessaire.

Chapitre 4 : Préparation des repas et collations

1. Planification et sécurité alimentaire :

Plan simple :

Organise tes menus pour la semaine, en incluant repas et collations, en visant des aliments variés et faciles à conserver. Prévois 3 repas et 2 collations adaptées par jour pour chaque enfant.

Sécurité alimentaire :

Respecte les températures de conservation et la chaîne du froid, range les produits cuits séparément des crus, et note la date d'ouverture sur les emballages pour éviter les risques sanitaires.

Hygiène et stockage :

Nettoie les surfaces avant et après préparation, lave-toi les mains régulièrement, et garde les aliments prêts au maximum 24 heures au réfrigérateur pour préserver la qualité.

Exemple d'organisation d'une semaine :

Pour 4 enfants âgés de 1 à 3 ans, prépare 5 menus simples pour la semaine, achetant environ 2 kg de fruits, 3 kg de légumes et 1,5 kg de protéines diverses.

Élément	Recommandation
Température réfrigérateur	Entre 0 et 4 °C
Durée de conservation	Max 24 heures pour préparations
Séparation cru/cuit	Stocker séparément, utiliser planche dédiée

2. Préparation adaptée aux âges :

Biberons et diversification :

D'après le ministère de la Santé, la diversification commence vers 6 mois, introduis les aliments un à un, en petites quantités, et note toute réaction pendant 48 à 72 heures.

Textures et risques d'étouffement :

Adapte la texture selon l'âge, écrase, coupe en petits morceaux, évite les raisins entiers et les noix entières pour les moins de 4 ans, et surveille pendant la prise alimentaire.

Allergies et adaptations :

Demande systématiquement les informations médicales et les autorisations parentales, note les aliments à éviter, et propose des alternatives nutritives en cas d'intolérance ou d'allergie.

Exemple de portion par âge :

Pour un enfant de 12 à 24 mois, propose environ 100 g de légumes cuits, 30 g de protéines et 80 g de féculents, ajustés selon l'appétit et le poids.

3. Communication avec les parents et organisation pratique :

Fiches alimentaires et autorisations :

Tiens une fiche par enfant indiquant allergies, régime, heures de repas et quantités, et fais signer une autorisation pour des sorties ou goûters exceptionnels par les parents.

Organisation matérielle et gain de temps :

Prépare des kits journaliers, utilises des contenants étiquetés, et planifie 30 à 45 minutes de préparation le matin pour réduire le stress et gagner environ 20 à 30 minutes en journée.

Cas concret de stage :

Contexte : assistante maternelle accueillant 3 enfants âgés de 10 à 36 mois, doit organiser collations et repas pour la semaine, avec respect des allergies et du budget.

Exemple de cas concret :

Étapes : 1) recenser besoins et allergies, 2) planifier 5 menus simples, 3) établir liste de courses, 4) préparer et étiqueter portions. Résultat : moins de gaspillage et 30 minutes gagnées par jour.

Livrable attendu : un menu hebdomadaire chiffré, 5 menus, liste de courses de 10 lignes avec quantités, et fiches alimentaires pour 3 enfants.

Astuce organisation :

Utilise des bocaux transparents et des étiquettes, prépare certains éléments la veille, et conserve une réserve de collations saines pour gérer les imprévus.

Checklist opérationnelle	À vérifier
Fiche enfant à jour	Allergies, régimes, autorisations
Température du frigo	Entre 0 et 4 °C le matin
Étiquetage	Nom et date sur chaque contenant
Surveillance pendant le repas	Présence active d'un adulte

i Ce qu'il faut retenir

Pour gérer repas et collations, mise sur des **menus hebdomadaires simples** et une hygiène irréprochable.

- Planifie 3 repas et 2 collations par jour, avec des aliments variés et faciles à conserver.
- Respecte la **chaîne du froid** : frigo à 0-4 °C, préparations max 24 h, cru et cuit séparés, contenants datés.
- Adapte les repas : diversification vers 6 mois, **textures adaptées à l'âge**, évite les aliments à risque d'étouffement, surveille toujours.
- Centralise les infos : **fiches alimentaires à jour**, allergies, autorisations, et prépare des kits étiquetés pour gagner du temps.

En bref, tu sécurises l'alimentation en combinant organisation, traçabilité et adaptation aux besoins de chaque enfant. Une routine claire limite le stress, le gaspillage et les risques sanitaires.

Chapitre 5 : Prévention des risques domestiques

1. Identifier les risques et sécuriser l'espace :

Repérage des zones à risque :

Repère rapidement les lieux où l'enfant peut se blesser, par exemple la cuisine, la salle de bain, les escaliers, les prises et les meubles instables.

Matériel et barrières :

Installe des barrières de sécurité, caches prises et bloque-placards adaptés à l'âge, vérifie la solidité et l'absence de petites pièces détachables avant d'utiliser un jouet.

Routines de vérification :

Fais un tour rapide tous les matins et avant la sieste pour vérifier serrures, eau chaude, objets au sol, et range ce qui traîne, c'est une habitude qui sauve.

Exemple d'identification :

J'ai listé 6 risques dans une maison lors d'un stage, j'ai priorisé les 3 plus dangereux et installé 2 protections immédiatement.

2. Prévention des accidents courants :

Chutes et escaliers :

Anticipe les chutes en fixant tapis antidérapants, en installant une barrière en haut et bas d'escalier, et en surveillant toujours quand l'enfant joue près d'un dénivelé.

Intoxications et produits ménagers :

Range tous les produits hors de portée, mets-les dans un placard fermé et garde les numéros d'urgence sur le frigo, évite de transvaser dans des bouteilles alimentaires.



Représentation visuelle



Organisation de collations variées, respectant les allergies alimentaires connues.



Représentation visuelle

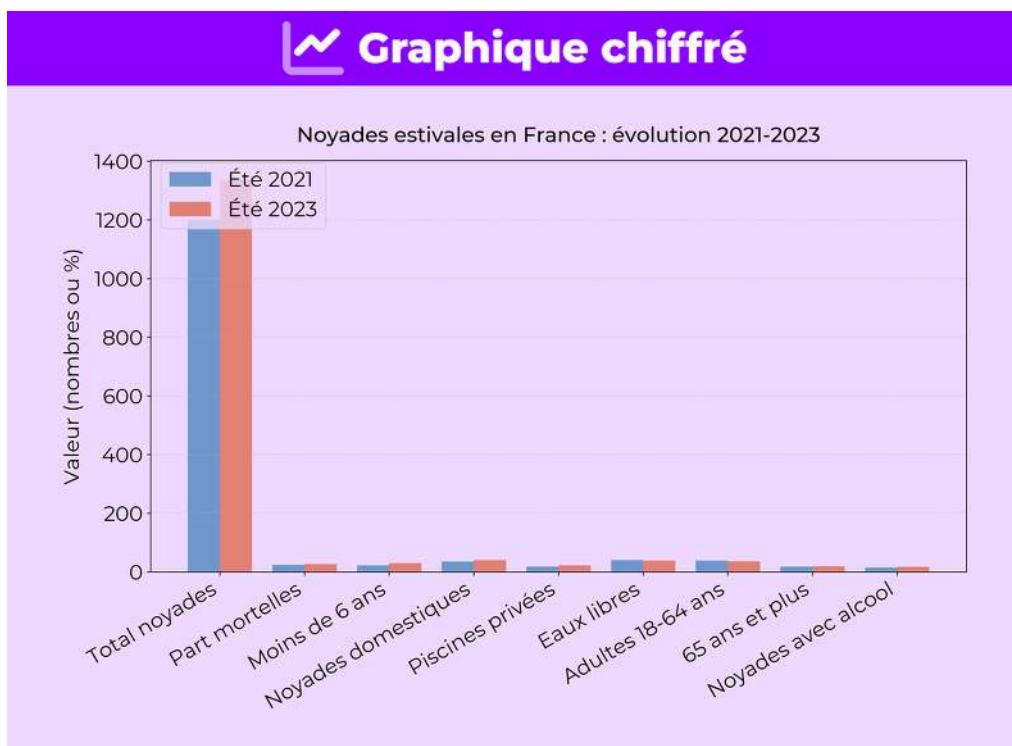


Trousse de secours prête à l'emploi, comprenant compresses stériles et gants pour soins immédiats.

Noyades et vigilance près de l'eau :

Ne laisse jamais un enfant seul près d'un point d'eau, la surveillance doit être constante et à moins de 1 mètre, même pour une baignoire peu profonde.

Graphique chiffré



Risque	Mesure préventive
Chute	Barrière d'escalier et tapis antidérapant
Intoxication	Stockage hors de portée et fermetures sécurisées
Brûlure	Contrôle température eau et tourner poignées
Noyade	Surveillance à moins de 1 mètre
Suffocation	Vérifier jouets, éviter petites pièces

3. Préparer et réagir aux situations d'urgence :

Trousse de premiers soins et matériel :

Prépare une trousse avec compresses stériles, pansements, gants, thermomètre, sérum physiologique et un antiseptique non irritant, vérifie les dates tous les 6 mois.

Procédures d'urgence et gestes de premiers secours :

Connais les gestes de base, comme la réanimation et la libération des voies aériennes, suis une formation PSE ou 1 journée de remise à niveau pour être opérationnel.

Communication avec les parents et suivi :

Après un incident, note l'heure, le lieu, la cause et les soins donnés, préviens les parents et conserve une fiche d'événement signée pendant au moins 3 ans.

Mini cas concret :

Contexte: garde d'un bébé de 8 mois dans une maison avec 2 escaliers et un chien, parents inquiets. Étapes: audit de 60 minutes, pose de 4 barrières et 3 caches prises, formation 2 heures.

Résultat: moins d'incidents, parents rassurés. Livrable attendu: fiche sécurité 1 page, checklist 5 points et photo des protections posées, remise le jour suivant.

Astuce pratique :

Garde une photo des étiquettes de médicaments et des numéros d'urgence sur le frigo, cela évite de perdre du temps et d'hésiter lors d'un incident.

Tâche	Fréquence
Vérifier barrières	Quotidien
Contrôle médicaments	Hebdomadaire
Tester détecteur fumée	Mensuel
Vérifier température eau	Avant bain
Tenir fiche incidents	À chaque incident

Ce qu'il faut retenir

Pour limiter les accidents, commence par repérer les **zones à risque** (cuisine, salle de bain, escaliers, prises) et sécurise selon l'âge.

- Pose des **barrières de sécurité**, caches prises, bloque-placards, et vérifie jouets et meubles (pas de petites pièces, bonne stabilité).
- Mets en place une routine: tour rapide matin et avant sieste, contrôle eau chaude, objets au sol, détecteur fumée.
- Préviens les accidents: tapis antidérapants, produits ménagers hors de portée, et **surveillance à moins de 1 mètre** près de l'eau.

Prépare une **trousse de premiers soins** et forme-toi aux gestes de base. En cas d'incident, note heure, lieu, cause et soins, puis informe les parents et conserve une trace.

Sciences médico-sociales

Présentation de la matière :

En **CAP AEPE**, les **Sciences médico-sociales** t'aident à comprendre l'enfant, son développement, ses besoins, et le cadre de vie en structure. Tu travailles l'**hygiène et prévention**, l'alimentation, le sommeil, la sécurité, et les bases du fonctionnement du corps.

Il n'existe pas toujours d'épreuve intitulée uniquement **Sciences médico-sociales**, ces notions sont surtout attendues dans les **épreuves professionnelles**. Tu peux être évalué en CCF ou en examen final, avec une épreuve orale de 25 minutes au **coefficent 7**, une épreuve écrite de **1h30** au **coefficent 4**, et une orale avec **1h30** de préparation au **coefficent 4**.

J'ai vu un camarade gagner des points juste en expliquant calmement un soin du quotidien, étape par étape, sans jargon inutile. Ça m'a marqué.

Conseil :

Fais simple et régulier: 20 minutes par jour valent mieux qu'un gros week-end. Révise avec des situations concrètes, comme un change, un lavage des mains, une conduite à tenir en cas de fièvre, ou l'accueil d'un parent inquiet.

Entraîne-toi à répondre en 3 étapes: Besoin de l'enfant, risques, action professionnelle. Prépare 2 fiches propres et claires pour l'oral, et relis-les à voix haute 3 fois, tu vas gagner en fluidité et en confiance.

Table des matières

Chapitre 1: Besoins et développement de l'enfant	Aller
1. Les besoins fondamentaux de l'enfant	Aller
2. Les étapes du développement et repères	Aller
Chapitre 2: Maladies infantiles et vaccination	Aller
1. Principales maladies et signes à connaître	Aller
2. Vaccination : principes et rôle dans la petite enfance	Aller
3. Rôle de l'accompagnant éducatif en crèche et gestes pratiques	Aller
Chapitre 3: Handicap et inclusion de l'enfant	Aller
1. Comprendre le handicap	Aller
2. Dispositifs et acteurs	Aller
3. Pratiques d'inclusion au quotidien	Aller
Chapitre 4: Cadre juridique et institutions de la petite enfance	Aller
1. Comprendre le cadre juridique	Aller

- 2. Les institutions et leurs rôles [Aller](#)
- 3. Pratiques professionnelles et responsabilités [Aller](#)

Chapitre 1: Besoins et développement de l'enfant

1. Les besoins fondamentaux de l'enfant :

Objectif du point :

Comprendre les besoins essentiels d'un enfant pour assurer sécurité, santé, stimulation et attachement, et savoir prioriser ces besoins lors d'un accueil en structure ou chez un assistant maternel.

Besoins physiologiques :

Alimentation, sommeil, hygiène et sécurité sont primordiaux dès la naissance, ils déterminent le bien-être concret de l'enfant au quotidien et empêchent la survenue de maladies ou détresses.

Besoins affectifs et sociaux :

L'enfant a besoin d'attachement, de repères et d'interactions régulières pour construire sa confiance, son langage et sa capacité à jouer avec les autres, surtout entre zéro et trois ans.

Exemple d'alimentation adaptée :

Pour un nourrisson de trois mois, on respecte ses signes de faim, on propose l'allaitement ou le lait adapté, et on évite d'imposer des horaires rigides qui perturbent le rythme naturel.

Astuce de stage :

Note les cycles de sommeil et d'alimentation sur un cahier partagé, cela facilite la continuité entre les parents et l'équipe, et évite de mauvaises interprétations sur le comportement de l'enfant.

2. Les étapes du développement et repères :

Profilage par tranches d'âge :

Repère les grandes étapes motrices et langagières par tranche d'âge pour adapter les activités et la sécurité. Ces repères t'aident pour les observations et pour rédiger des comptes rendus clairs.

Repères moteurs et langagiers :

On attend des progrès concrets comme tenir la tête dès 2 mois, s'asseoir vers 6 mois, marcher autour de 12 à 18 mois, et dire quelques mots à 12 mois pour amorcer le langage.

Application en structure :

Adapte l'espace et le matériel à l'âge des enfants, organise des temps calmes et des temps d'éveil, et note au moins une observation par jour pour chaque enfant en accueil collectif.

Exemple de repère écrit :

Pour un bébé de 9 mois, indique "tient assis sans aide, geste de préhension volontaire, gazouille" sur la fiche d'observation, cela guide l'équipe et parents sur les progrès.

Mini cas concret :

Contexte : Crèche municipale, groupe de 6 bébés entre 6 et 12 mois, objectif d'améliorer l'éveil sensoriel sur 4 semaines.

Exemple de déroulé du cas :

Étapes : 1 Préparer 3 ateliers simples, 2 Planifier 15 minutes par bébé, 3 Observer et noter chaque séance, 4 Faire un point hebdomadaire avec l'équipe après 4 semaines.

Résultat et livrable attendu :

Résultat : 6 fiches individuelles complétées, 12 séances réalisées au total, et une synthèse d'équipe montrant 80% des enfants engagés activement. Livrable : dossier d'activités et 6 fiches d'observation mensuelles.

Conseil pratique :

Prends des photos des coins d'activité et note 3 comportements observés par enfant, cela rend le livrable plus concret et montre ton professionnalisme en PSE et en suivi.

Âge	Motricité	Langage
0 à 3 mois	Tient la tête, mouvements réflexes	Gazouillis, vocalises
4 à 6 mois	Se tourne, s'assoit avec appui	Babillage, réponse aux sons
7 à 12 mois	Assis sans aide, premiers déplacements	Premiers mots, compréhension de consignes simples
12 à 24 mois	Marche, commence à courir	Vocabulaire en expansion, phrases courtes

Selon l'ONISEP, la formation CAP AEPE se prépare en 2 ans et inclut des modules sur le développement de l'enfant, cela explique pourquoi tu dois connaître ces repères dès le début de ta formation.

Étape	Action
Préparer l'accueil	Vérifier literie, matériel propre, zone sécurisée
Observer	Noter comportements, signes de faim ou fatigue
Communiquer	Transmettre infos aux parents et à l'équipe

Sécuriser	Réagir aux urgences, appeler si besoin
-----------	--

Exemple d'application sur le terrain :

Lors d'un stage, j'ai instauré un tableau des signes de fatigue pour 12 enfants, cela a réduit les réveils nocturnes en accueil collectif et amélioré la coordination avec les parents.

Rappel santé et recommandations :

D'après la Haute autorité de santé, l'allaitement exclusif est recommandé jusqu'à 6 mois, prends cela en compte si tu dois informer ou rassurer des parents au sujet des pratiques alimentaires.

Check-list opérationnelle :

Utilise cette check-list courte pour le terrain, coche chaque élément lors de l'accueil et durant la journée pour garantir un suivi professionnel.

Élément	Question à se poser
Cahier de transmission	Les informations essentielles ont-elles été notées ?
Température et hygiène	La pièce est-elle à une température confortable ?
Activités adaptées	L'activité est-elle adaptée à l'âge et sécurisée ?
Observation	As-tu noté au moins un comportement observé par enfant ?

Astuce pour l'examen et le stage :

Apprends à synthétiser en 3 points clés par enfant, cela te servira pour les oraux du CAP AEPE et pour convaincre en réunion d'équipe lors du stage.

Exemple d'erreur fréquente :

Ne pas passer assez d'informations aux parents le soir est une erreur courante, elle crée de l'inquiétude inutile et nuit à la confiance entre famille et structure.

i Ce qu'il faut retenir

Pour bien accueillir un enfant, tu priorises ses besoins et tu t'appuies sur des repères de développement pour adapter sécurité, activités et suivi.

- Assure d'abord les **besoins physiologiques essentiels** : alimentation, sommeil, hygiène, sécurité, en respectant le rythme (ex. signes de faim).
- Soutiens les **besoins affectifs et sociaux** : attachement, repères, interactions régulières, surtout de 0 à 3 ans.
- Utilise des **repères moteurs et langagiers** par âge pour aménager l'espace et ajuster l'éveil.

- Renforce la continuité avec une **communication parents et équipe** : cahier de transmission, observations quotidiennes, points réguliers.

Observe, note et transmets chaque jour : c'est ce qui sécurise l'enfant et évite les malentendus avec les familles. En stage comme au CAP AEPE, apprendre à synthétiser quelques faits clés par enfant te rend plus fiable et plus efficace.

Chapitre 2 : Maladies infantiles et vaccination

1. Principales maladies et signes à connaître :

Maladies fréquentes :

Tu dois reconnaître rapidement la rougeole, la varicelle, la rubéole, la coqueluche et les gastroentérites. Chaque maladie a des signes spécifiques qui changent la conduite à tenir en structure petite enfance.

Signes d'alerte :

Fièvre élevée persistante, prostration, difficultés respiratoires, refus d'alimentation ou convulsions sont des motifs d'appel immédiat aux parents ou aux secours. Ne minimise jamais une difficulté respiratoire chez un nourrisson.

Durées et contagiosité :

La période d'incubation varie entre 2 et 21 jours selon la maladie, et la contagiosité peut commencer avant les symptômes visibles. Connaître ces durées aide à organiser l'isolement et l'information des familles.

Exemple de reconnaissance :

Tu observes une éruption rougeâtre et une forte fièvre chez un enfant de 14 mois, apparition de toux sèche. Tu alertes l'équipe, mets l'enfant à l'écart et contactes les parents, en notant heure et signes observés.

Maladie	Incubation approximative	Signes principaux	Mesure immédiate en crèche
Rougeole	10 à 12 jours	Fièvre élevée, éruption, toux	Isoler, prévenir parents, nettoyer contacts
Varicelle	10 à 21 jours	Éruptions vésiculeuses, fièvre modérée	Séparer jusqu'à cicatrisation, informer parents
Coqueluche	7 à 10 jours	Toux spasmodique, vomissements liés à la toux	Surveiller respiratoire, isoler, prévenir parents
Gastroentérite	1 à 3 jours	Vomissements, diarrhée, déshydratation	Hydrater, isoler, nettoyer surfaces

2. Vaccination : principes et rôle dans la petite enfance :

Pourquoi vacciner ?

La vaccination protège l'enfant et le groupe, elle réduit les complications graves et prévient les épidémies en milieu collectif. Pour toi, c'est une barrière essentielle pour préserver la santé des nourrissons fragiles.

Calendrier vaccinal et obligations :

D'après le ministère de la Santé, 11 vaccinations sont obligatoires pour les enfants nés à partir de 2018. Les premières injections commencent dès l'âge de 2 mois, avec des rappels jusqu'à l'entrée à l'école selon le calendrier national.

Vérifier le carnet de santé :

Avant l'accueil en collectivité, demande toujours la preuve des vaccinations inscrite sur le carnet de santé. Si un doute persiste, contacte la famille pour obtenir une attestation ou orienter vers le médecin traitant.

Exemple d'information aux parents :

Tu expliques calmement qu'une vaccination manquante augmente le risque d'exclusion temporaire et tu aides à fixer un rendez-vous médical, ou à trouver un centre de vaccination public si besoin.

3. Rôle de l'accompagnant éducatif en crèche et gestes pratiques :

Prévention et hygiène :

Le lavage des mains régulier, l'aération 10 à 15 minutes plusieurs fois par jour et le nettoyage des jouets sont des gestes clés. Ces actions réduisent la transmission de 30 à 50 pour cent des infections respiratoires et gastroentériques en collectivité.

Que faire en cas de suspicion ?

Isoler l'enfant sans stigmatiser, noter l'heure d'apparition des signes, alerter la direction et prévenir les parents. Si 3 enfants ou plus présentent les mêmes symptômes en 48 heures, prépare un rapport pour la direction.

Communication avec les familles :

Soi clair et factuel, indique les signes observés, la conduite tenue et les recommandations. Propose une fiche synthétique avec date, heure, symptômes et conseils de retour en collectivité, cela facilite la traçabilité.

Mini cas concret – gastroentérite en crèche :

Contexte : crèche de 24 enfants, 6 enfants développent vomissements et diarrhée en 48 heures. Étapes : isolement des cas, renforcement hygiène, information des 24 familles, nettoyage intensif. Résultat : épidémie contrôlée en 5 jours.

Livrable attendu : un rapport d'une page indiquant dates, liste des enfants affectés, taux d'attaque 25 pour cent, mesures prises et recommandation pour reprise normale. Ce document sert de preuve en cas de suivi sanitaire.

Action opérationnelle	Pourquoi	Fréquence
Lavage des mains	Réduit transmission bactérienne et virale	Avant et après chaque change, repas et si contact avec malade
Aération des locaux	Renouvelle l'air, diminue charge virale	10 à 15 minutes, 3 à 4 fois par jour
Désinfection jouets	Limite réservoir de germes	Quotidien pour les jeux partagés
Consignation des incidents	Trace les cas pour le suivi	À chaque suspicion ou cas confirmé

Astuce de stage :

Tiens un carnet notant heure et symptômes à l'accueil, cela évite des oubli et facilite la communication avec les parents et l'équipe. Ça m'a sauvé plusieurs fois quand j'étais stagiaire.



Mesure précise du périmètre crânien pour suivre la croissance des enfants.

i Ce qu'il faut retenir

En crèche, tu dois repérer vite les maladies infantiles (rougeole, varicelle, coqueluche, gastro) et réagir selon les **signes d'alerte** et la **période de contagiosité**.

- Surveille fièvre persistante, prostration, difficulté respiratoire, refus de boire, convulsions, et alerte immédiatement.
- En cas de suspicion : isole sans stigmatiser, note heure et symptômes, préviens direction et parents, renforce nettoyage et aération.
- Vérifie le carnet de santé : les **vaccinations obligatoires** protègent l'enfant et le groupe, et limitent exclusions et épidémies.

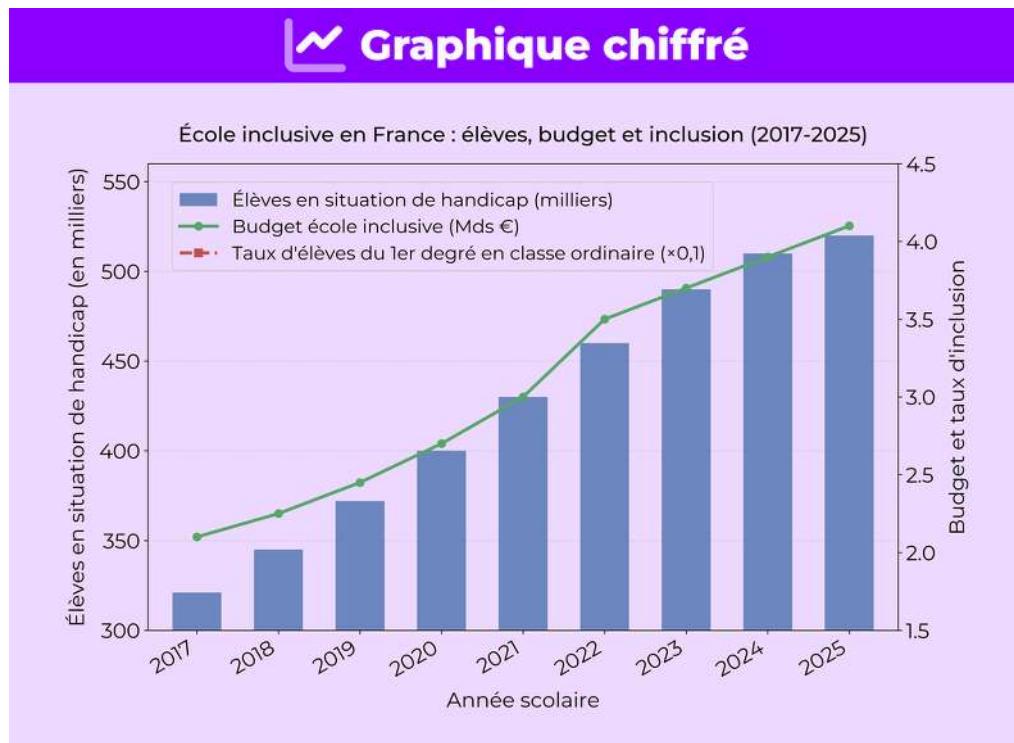
Applique une **hygiène en crèche** stricte (mains, jouets, aération) et assure une communication factuelle avec les familles. Si plusieurs cas apparaissent en 48 heures, aide à formaliser un rapport de suivi.

Chapitre 3 : Handicap et inclusion de l'enfant

1. Comprendre le handicap :

Définitions et principes :

Le handicap regroupe des limitations durablement présentes qui affectent l'autonomie, la communication, ou les apprentissages. Selon l'INSEE, environ 4% des enfants de moins de six ans sont concernés.



Types courants et impacts :

On distingue déficiences sensorielles, motrices, cognitives et troubles du neurodéveloppement, par exemple autisme ou troubles DYS. Chaque situation implique des besoins différents pour l'accueil et la sécurité.

Repérage précoce et suivi :

Repérer tôt permet d'adapter les routines, solliciter des bilans et orienter vers des professionnels. Sur le terrain, 1 observation détaillée sur 2 semaines suffit souvent pour signaler un besoin.

Exemple d'observation :

Tu remarques qu'un enfant de 18 mois n'oppose pas de regard et réagit peu au bruit, note ces observations et en parle à l'équipe pour initier un repérage.

2. Dispositifs et acteurs :

Loi, droits et principes d'accueil :

La loi garantit le droit à la scolarisation et à l'accompagnement adapté. En crèche, l'accueil doit être sécurisé et inclusif, avec des aménagements raisonnables selon les besoins de l'enfant.

Acteurs locaux et partenariats :

Tu travailles souvent avec PMI, MDPH, SESSAD, orthophonistes et ergothérapeutes. Construire un réseau local facilite les bilans et la mise en place d'aides techniques ou d'aménagements.

Aménagements et aides techniques :

Parfois il suffit d'un coussin postural, d'une signalétique contrastée, ou d'une tablette pour faciliter la communication. Ces matériels coûtent généralement entre 50 et 2 000 euros selon la complexité.

Acteur	Rôle
PMI	Repérage précoce et conseils aux structures d'accueil
MDPH	Évaluation des besoins et attribution des droits et aides
SESSAD	Accompagnement thérapeutique et éducatif au sein des lieux d'accueil
Orthophoniste	Rééducation du langage et conseils pratiques pour l'équipe

3. Pratiques d'inclusion au quotidien :

Adaptations pédagogiques et matérielles :

Adapte activités sensorielles, supports visuels et temps d'attention. Propose gestes simples comme séparer une tâche en 3 étapes, ou utiliser pictogrammes pour structurer la journée.

Communication avec les familles :

Établis un échange régulier, soit à l'écoute et partage observations factuelles. Prévoyez une réunion de synthèse tous les 2 à 3 mois pour ajuster le projet d'accueil personnalisé.

Organisation de l'espace et sécurité :

Réorganise l'espace pour limiter les distractions, crée un coin calme et marque les zones par couleurs. Un aménagement simple prend souvent 1 journée et améliore la sécurité et le bien-être.

Cas concret :

Contexte: crèche 18 places, enfant 2 ans avec trouble du spectre autistique présentant hypersensibilité sensorielle et retards de langage, objectifs d'accueil personnalisé.

- Observation sur 14 jours et collecte d'exemples concrets.
- Contact MDPH et rendez-vous bilan dans un délai de 1 mois.

- Mise à disposition d'une tablette pour communication et 2 heures de formation équipe.

Résultat: en 6 semaines, amélioration de la participation en activité de 30%, protocole écrit de 4 pages remis aux parents et livrable attendu: projet d'accueil personnalisé noté et signé.

Exemple d'aménagement simple :

J'avais aménagé un coin sensoriel avec 3 objets contrastés et un minuteur, cela a réduit les crises et amélioré la participation d'un enfant en 2 semaines.

Élément	Question à se poser
Observation	Quelles situations déclenchent de la difficulté et à quelle fréquence?
Communication famille	Les parents sont-ils informés et d'accord avec les propositions?
Aménagement	Quel matériel spécifique est nécessaire et quel est le budget estimé?
Évaluation	Avec quels indicateurs numériques évaluer l'amélioration après 4 à 6 semaines?

i Ce qu'il faut retenir

Le handicap correspond à des **limitations durables** qui peuvent toucher les sens, la motricité, la cognition ou le neurodéveloppement. Ton rôle est de repérer, sécuriser et rendre l'accueil vraiment inclusif.

- Pratique un **repérage précoce** : observe sur une courte période, note des faits précis, puis partage-les avec l'équipe.
- Appuie-toi sur les bons relais (PMI, MDPH, SESSAD, orthophoniste) pour bilans, droits et accompagnements.
- Mets en place des **aménagements raisonnables** : routines visuelles, pictogrammes, coin calme, aides techniques, tâches en étapes.

Avec la famille, garde un dialogue régulier et planifie des points de suivi pour ajuster le **projet d'accueil personnalisé**. Évalue les effets après quelques semaines pour consolider ce qui fonctionne.

Chapitre 4 : Cadre juridique et institutions de la petite enfance

1. Comprendre le cadre juridique :

Principaux textes :

Le cadre légal repose sur plusieurs codes, notamment le code civil, le code pénal et le code de l'action sociale et des familles. Ces textes définissent les droits de l'enfant et les devoirs des professionnels.

Obligations légales pour les professionnels :

Tu dois connaître tes obligations, comme la formation continue, le respect des règles d'hygiène, et la protection de l'enfant. D'après le ministère des Solidarités, certaines formations sont obligatoires pour l'accueil collectif.

Exemples de limites d'accueil :

D'après le ministère des Solidarités, un assistant maternel peut garder au maximum 4 enfants à son domicile. D'après le même ministère, une micro-crèche accueille au maximum 10 enfants, ce qui change l'organisation quotidienne.

Exemple d'organisation :

Un assistant maternel qui garde 4 enfants prévoit 3 temps de repos séparés et adapte les activités selon les âges pour garantir sécurité et qualité d'accueil.

2. Les institutions et leurs rôles :

Protection maternelle et infantile (PMI) :

La PMI dépend du département et assure le suivi médical, la prévention et l'accompagnement des familles. Elle délivre des conseils de santé et peut contrôler les structures d'accueil locales.

Conseil départemental et aide sociale à l'enfance :

Le conseil départemental gère l'aide sociale à l'enfance, la protection judiciaire et les mesures d'urgence quand un enfant est en danger. Il coordonne les interventions sociales et le placement si nécessaire.

Autres acteurs : mairie, CAF, ARS :

La mairie autorise les accueils collectifs, la CAF soutient financièrement les familles et l'ARS contrôle l'hygiène et la sécurité sanitaire dans les établissements. Chacun intervient selon son champ de compétences.

Institution	Rôle principal	Exemple d'action
PMI	Suivi médical et prévention	Visite santé, conseils vaccination

Conseil départemental	Protection de l'enfance	Intervention ASE en cas de danger
CAF	Aides financières aux familles	Allocation, soutien pour places en crèche
Mairie	Autorisation et urbanisme	Permis d'ouvrir crèche, locaux

3. Pratiques professionnelles et responsabilités :

Secret professionnel et obligation de signalement :

Tu dois respecter le secret professionnel, sauf quand la sécurité de l'enfant est menacée. L'obligation de signalement prime, il faut alors alerter la hiérarchie et les services compétents sans délai.

Règles d'accueil et autorisations :

Chaque structure doit disposer d'un agrément et d'une autorisation sanitaire. Lors d'un stage, vérifie toujours la présence du registre des accueils, des autorisations et des attestations de formation du personnel.

Responsabilités en cas d'incident :

En cas d'accident, tu dois sécuriser l'enfant, alerter le responsable, remplir un rapport d'incident et prévenir la famille. Une traçabilité écrite est essentielle pour la suite administrative et légale.

Astuce de stage :

Note systématiquement chaque observation dans un carnet horodaté, même les petites choses. Cela évite les oubli le jour d'un bilan ou d'un signalement, et les formateurs apprécient ta rigueur.

Exemple d'intervention suite à suspicion :

Contexte : une éducatrice observe plusieurs ecchymoses inhabituelles sur un enfant de 2 ans. Étapes : observation écrite, alerte au responsable, signalement à la PMI ou au conseil départemental, suivi. Résultat : ouverture d'un dossier de protection.

Mini cas concret :

Contexte : micro-crèche de 8 places remarque retards de croissance et manque d'hygiène chez un enfant. Étapes : réunion équipe, signalement interne sous 24 heures, transmission d'un rapport signé au conseil départemental, visite PMI. Résultat : action de protection et soutien familial. Livrable attendu : 1 rapport écrit de 4 pages daté et signé, compte rendu d'entretien de 2 pages, et envoi au conseil départemental.

Conseils pratiques :

Sois attentif aux documents officiels, garde toujours une copie signée des autorisations, et demande des modèles de rapports avant ton premier stage pour gagner du temps et éviter les erreurs classiques.

Étape	Action opérationnelle
Observation	Noter date, heure, détails, photos si possible
Information interne	Alerter le responsable dans les 24 heures
Signalement	Contacter PMI ou conseil départemental sans délai
Suivi écrit	Rédiger rapport horodaté, signer, archiver

Exemple d'outil utile :

Un modèle de fiche d'incident de 1 page peut te sauver du temps. Demande-le au responsable et personnalise-le avec les rubriques nécessaires comme âge, témoins, et mesures prises.

i Ce qu'il faut retenir

Le cadre de la petite enfance s'appuie sur plusieurs codes (civil, pénal, action sociale) qui fixent les droits de l'enfant et tes devoirs. Tu dois respecter les règles d'accueil (agrément, hygiène, formation) et les limites: assistant maternel 4 enfants, micro-crèche 10.

- Connais le rôle des acteurs: **PMI suivi médical**, conseil départemental/ASE protection, mairie autorisations, CAF aides, ARS contrôle sanitaire.
- Applique le **secret professionnel**, mais déclenche l'**obligation de signalement** si la sécurité est menacée.
- En incident: sécurise, alerte, rédige un **rapport horodaté signé**, informe la famille et archive.

En stage, vérifie registres et autorisations, et note tes observations au fil de l'eau. Une traçabilité claire te protège et accélère toute décision de protection.

Biologie générale et appliquée

Présentation de la matière :

En **CAP AEPE**, la **Biologie générale** te sert à comprendre le corps de l'enfant et à justifier tes gestes pro. Elle n'a **pas d'épreuve** isolée, tes connaissances sont surtout mobilisées dans **Exercer son activité en accueil collectif, écrit 1 h 30, coefficient 4**, et dans **Exercer son activité en accueil individuel, 1 h 30** de préparation puis **oral 25 min, coefficient 4**.

Tu travailles le développement, l'alimentation, l'hygiène et les **risques infectieux**. Je me souviens d'un camarade en stage qui a confondu contagion et incubation, et ça lui a coûté des points à l'oral. Selon ton statut, l'évaluation peut se faire en CCF ou en examen terminal, avec des épreuves concentrées entre mai et juin.

Conseil :

Fais un **plan de révision** simple, 3 séances de 20 minutes par semaine. Alterne fiches courtes et schémas, par exemple digestion, respiration, peau, immunité, puis refais un mini QCM le lendemain pour vérifier.

Retiens ces 3 réflexes :

- Associer un savoir à un geste
- Justifier avec un mot-clé
- Réviser avec des cas concrets

Le piège fréquent, c'est d'apprendre sans lien avec le terrain. À chaque notion, demande-toi, à quoi ça sert pendant un change, un repas, ou un lavage des mains, et entraîne-toi à l'expliquer en 30 secondes.

Table des matières

Chapitre 1: Anatomie et grandes fonctions du corps	Aller
1. Les grandes divisions du corps et vocabulaire	Aller
2. Les grandes fonctions vitales et leur rôle	Aller
Chapitre 2: Croissance et développement physiologique	Aller
1. Comprendre la croissance	Aller
2. Repères de développement chez le jeune enfant	Aller
3. Sur le terrain : suivi, actions et cas concret	Aller
Chapitre 3: Micro-organismes et règles d'hygiène	Aller
1. Qu'est-ce que les micro-organismes	Aller
2. Modes de contamination et risques	Aller
3. Règles d'hygiène pratiques en petite enfance	Aller
Chapitre 4: Défenses de l'organisme et vaccination	Aller

1. Défenses naturelles et barrières	Aller
2. Réponse immunitaire adaptative	Aller
3. Vaccination et rôle en petite enfance	Aller
Chapitre 5 : Effets de l'alimentation sur la santé	Aller
1. Effets de l'alimentation sur la croissance et le développement	Aller
2. Alimentation, prévention et risques pour la santé	Aller
3. Sur le terrain : pratiques, cas concret et outils	Aller

Chapitre 1: Anatomie et grandes fonctions du corps

1. Les grandes divisions du corps et vocabulaire :

Les régions du corps :

Le corps se divise en tête, tronc et membres. Connaître ces régions t'aide à communiquer avec l'équipe et noter précisément une observation lors d'un soin ou d'un pépin de santé.

Organes principaux :

Les organes essentiels sont le cœur, les poumons, le cerveau, le tube digestif et les reins. Savoir où ils se situent te permet de repérer un malaise et d'expliquer clairement la situation en stage.

Termes anatomiques utiles :

Apprends des mots simples comme antérieur/postérieur, proximal/distal, médial/latéral, supérieur/inférieur. Ces repères rendent tes comptes rendus plus précis pendant le CAP AEPE et auprès des familles.

Exemple d'observation simple :

Tu notes «Plaie antérieure du genou droit, 1 cm, pas de saignement actif». Cette précision aide l'infirmière et évite les erreurs lors de la passation des consignes.

Organe	Rôle principal	Signes à repérer
Cœur	Distribuer le sang	Pâleur, pouls rapide, faiblesse
Poumons	Échanger oxygène et dioxyde de carbone	Toux, respiration sifflante, pause respiratoire
Cerveau	Coordination et éveil	Somnolence, trouble du langage, convulsions
Estomac et intestin	Digestion et absorption	Vomissements, diarrhée, refus de boire

Astuce pratique, note toujours l'heure exacte d'une observation sur la feuille de soins pour éviter les confusions lors de la passation.

2. Les grandes fonctions vitales et leur rôle :

Respiration et circulation :

La respiration apporte l'oxygène, la circulation le distribue. Chez le nourrisson la fréquence cardiaque varie entre 100 et 160 battements par minute, la respiration entre 30 et 60 inspirations par minute.

Nutrition et digestion :

La digestion transforme les aliments en énergie. Un bébé peut téter 6 à 8 fois par jour. Repère signes de déshydratation comme bouche sèche ou moins de 6 couches humides par jour chez un nouveau-né.

Homéostasie et croissance :

Le corps maintient sa température et équilibre interne. Observe sommeil, poids et teint. Par exemple, une prise de poids de 150 à 200 g par semaine est souvent normale chez le nouveau-né.

Mini cas concret :

Contexte, tu es en stage en crèche et dois noter l'état d'un bébé de 3 mois après une fièvre passagère. Objectif, observer, documenter et transmettre au référent. Durée prévue 20 minutes.

- Étape 1 Prendre la température et noter l'heure
- Étape 2 Vérifier l'hydratation et le comportement du bébé
- Étape 3 Remplir la fiche d'observation avec 6 items minimum
- Étape 4 Informer l'éducatrice référente et les parents

Résultat attendu, fiche complète transmise et traitement adapté si besoin. Livrable, 1 fiche d'observation signée, avec 6 éléments cochés et l'heure notée, utile pour le suivi médical.

Exemple d'observation de fièvre :

Prise de température 38,5 °C à 10 h 15, bébé moins actif, 3 couches humides en 24 h, hydratation réduite, informé l'éducatrice et les parents à 10 h 30.

Conseil de stage, n'hésite pas à demander à voir la feuille de transmission de la semaine précédente pour comprendre les habitudes de chaque enfant.

Checklist terrain	Action à réaliser
Température	Mesurer et noter l'heure
Hydratation	Vérifier couches et prise de liquide
Comportement	Noter éveil, pleurs, appétit
Transmission	Remplir fiche et informer équipe

i Ce qu'il faut retenir

Tu repères mieux un problème si tu connais les **régions du corps**, les organes majeurs (cœur, poumons, cerveau, digestion, reins) et quelques **termes anatomiques utiles** pour décrire précisément.

- Utilise antérieur/postérieur, proximal/distal, médial/latéral, supérieur/inférieur pour des transmissions claires.

- Surveille les **fonctions vitales clés** : respiration, circulation, digestion, hydratation, température, croissance.
- En crèche, vérifie température, couches, comportement, puis transmets à l'équipe et aux parents.

Note toujours l'**heure exacte** et des faits mesurables (ex. 38,5 °C, nombre de couches). Une observation structurée évite les erreurs et facilite le suivi médical.

Chapitre 2 : Croissance et développement physiologique

1. Comprendre la croissance :

Définition et distinction :

La croissance, c'est l'augmentation de la taille et du poids, le développement concerne les fonctions motrices, cognitives et sociales. Tu dois savoir les distinguer pour observer correctement un enfant en structure.

Mesures clés à connaître :

Tu vas souvent mesurer poids, taille et périmètre crânien. Le suivi en centiles permet de repérer une trajectoire normale ou un ralentissement. Ces mesures sont prises en grammes, centimètres et mois d'âge.

Exemple de mesure :

À la crèche, tu notes qu'un bébé de 6 mois pèse 7,5 kg et suit le 50e centile, c'est rassurant, tandis qu'une chute de 2 centiles sur 3 mois nécessite une alerte.

2. Repères de développement chez le jeune enfant :

Sensorimoteur et motricité :

Les jalons aident à repérer un retard. Par exemple, s'asseoir sans aide vers 6 mois, marcher vers 12 à 15 mois. Note les écarts, ils orientent une évaluation en équipe pluridisciplinaire.

Communication et socialisation :

Le sourire social apparaît autour de 2 mois, les premiers mots vers 10 à 12 mois, les jeux d'imitation se développent à partir de 18 mois. Ces repères guident tes échanges et activités quotidiennes.

Exemple de repère :

Un enfant de 9 mois qui ne babille pas nécessite une observation plus fine, tu alertes l'infirmier référent ou la famille pour un bilan si d'autres signes s'ajoutent.

Âge	Repère principal	Ordre de grandeur
Naissance	Poids moyen	Selon l'INSEE, environ 3,3 kg
4 à 6 mois	Poids doublé	Environ ×2 vs naissance
12 mois	Poids triplé, taille +50%	×3 poids, +50% taille
12 à 24 mois	Marche stabilisée	Marche autonome chez la plupart

3. Sur le terrain : suivi, actions et cas concret :

Pratiques de suivi en structure :

En crèche ou halte-garderie, tu notes poids et taille sur des grilles régulières, souvent mensuelles pour les nourrissons, puis tous les 3 à 6 mois. Garde une traçabilité claire et datée.

Erreurs fréquentes et conseils :

Erreur courante, mesurer un enfant mal positionné ou sur une balance non tarée. Astuce pratique, vérifier la balance quotidiennement et noter la tare avant chaque série de mesures.

Astuce mesure :

Pour le périmètre crânien, prends 3 mesures et retiens la médiane, cela réduit les erreurs de lecture lors du remplissage du carnet de suivi.

Mini cas concret :

Contexte :

Un enfant de 10 mois fréquentant ta crèche perd 300 g en 1 mois, passant du 60e au 25e centile. Les parents rapportent moins d'appétit depuis 2 semaines.

Étapes :

- Vérifier la méthode de pesée, répéter la mesure sur 2 jours.
- Consulter le référent santé de la structure et informer la famille.
- Si perte confirmée, orientation vers le médecin pédiatre et bilan si besoin.

Résultat attendu et livrable :

Un rapport écrit de 1 page, daté, avec 3 mesures consécutives et évolution en centiles. Objectif chiffré, retrouver une stabilisation ou gain de poids de 200 g en 15 jours.

Exemple d'optimisation d'un processus de production :

Dans un groupe de crèches, standardiser la méthode de pesée à 2 pesées consécutives réduit les faux signaux de perte de 40%, ce qui diminue les consultations inutiles.

Checklist terrain :

Élément	Question à se poser
Balance tarée	As-tu vérifié la tare avant la pesée ?
Position de l'enfant	L'enfant est-il immobile ou soutenu correctement ?
Traçabilité	As-tu noté date, heure et opérateur ?
Communication famille	La famille est-elle informée et impliquée ?
Suivi	As-tu programmé une nouvelle mesure dans 7 à 15 jours ?

Pourquoi c'est utile pour ton CAP AEPE ?

Comprendre ces repères te permet d'adapter les activités, repérer un signe d'alerte et communiquer efficacement avec la famille et les professionnels de santé.

Exemple d'application en stage :

En stage, j'ai mis en place un tableau simple pour suivre 12 nourrissons, cela a facilité les transmissions et réduit les oubliés lors des passages de relais.

Ce qu'il faut retenir

La **croissance et développement** ne désignent pas la même chose : la croissance concerne taille et poids, le développement touche motricité, cognition et socialisation. En structure, tu suis surtout poids, taille et périmètre crânien via les **courbes en centiles** pour repérer une trajectoire normale ou une alerte.

- Repères clés : s'asseoir vers 6 mois, marcher vers 12-15 mois, sourire social vers 2 mois, premiers mots vers 10-12 mois.
- Mesure fiable : enfant bien positionné, balance tarée, périmètre crânien en 3 prises et médiane.
- Si chute de centiles ou perte de poids : répéter, tracer, informer famille et référent santé, orienter si confirmé.

Ton rôle : observer, noter avec une **tracabilité claire et datée**, et communiquer vite. Ces repères t'aident à adapter les activités et à déclencher une évaluation quand un signe persiste ou s'aggrave.

Chapitre 3 : Micro-organismes et règles d'hygiène

1. Qu'est-ce que les micro-organismes :

Définition et types :

Les micro-organismes sont des êtres vivants invisibles à l'œil nu, comme les bactéries, virus, champignons et protozoaires. Ils peuvent être utiles ou nuisibles selon le contexte et la quantité présente.

Rôle et présence dans l'environnement :

Ils vivent partout, sur la peau, dans l'air, dans les surfaces et dans les jouets. Certains aident la digestion, d'autres provoquent des infections si les conditions leur sont favorables.

Exemple :

Un enfant éternue sur un tapis, des virus restent quelques heures sur la surface, et peuvent ensuite contaminer un autre enfant qui touche le tapis puis se porte la main à la bouche.



Lavage des mains d'une durée de 20 secondes pour prévenir les infections.



Représentation visuelle



Nettoyage des surfaces avec désinfectant pour prévenir la propagation d'infections.

Type	Taille approximative	Exemple concret
Bactérie	Environ 1 à 5 micromètres	Salmonella sur des mains mal lavées
Virus	Environ 20 à 300 nanomètres	Rhinovirus responsable du rhume
Champignon	Varie, généralement visible en colonies	Candida sur peau humide

2. Modes de contamination et risques :

Principaux modes de transmission :

La contamination se fait par contact direct, par gouttelettes, par mains sales, et par objets contaminés. Une main non lavée peut transférer des germes en moins de 10 secondes lorsque tu manipules un enfant.

Facteurs qui favorisent la prolifération :

Humidité, températures modérées, présence de nourriture, surfaces sales et forte densité d'enfants favorisent la multiplication des micro-organismes dans une structure petite enfance.

Exemple :

Un biberon laissé 4 heures à température ambiante favorise la prolifération bactérienne, augmente le risque de diarrhée, et doit être jeté si non conservé correctement.

3. Règles d'hygiène pratiques en petite enfance :

Pratiques quotidiennes :

Lavage des mains au moins 20 secondes, avant et après le change, avant préparation d'un biberon, et après un mouchage. Change de couche dans un espace dédié, nettoyé après chaque utilisation.

Nettoyage, désinfection et tenue du matériel :

Nettoie les surfaces avec détergent puis désinfecte si nécessaire. Les jouets de mastication doivent être nettoyés chaque jour, et les couches lavables traitées à 60°C pour éliminer la plupart des agents pathogènes.

Sur le terrain, erreurs fréquentes et astuces :

Erreur fréquente, oublier le lavage des mains entre deux enfants. Astuce, garde un distributeur de savon et un minuteur visuel de 20 secondes près du lavabo pour te rappeler la durée exacte.

Exemple :

En stage, j'ai réduit les signes d'infections cutanées de 30% en organisant un rituel de lavage des mains avec les enfants, trois fois par jour et systématiquement avant le goûter.

Mini cas concret :

Contexte :

Dans une crèche de 18 enfants, plusieurs cas de gastro sont apparus sur 5 jours. Objectif, limiter la propagation et ramener l'absence au travail sous 10%.

Étapes :

1. Identification des contacts et isolement des cas pendant 48 heures après disparition des symptômes.
2. Renforcement du nettoyage des surfaces à heures fixes, augmentation à 3 passages par jour sur zones à risque.
3. Formation express du personnel, 20 minutes, sur les techniques de lavage des mains et sur la gestion des vomissements.

Résultat et livrable attendu :

Résultat observé au bout de 7 jours, baisse de nouveaux cas de 80% et retour à une absentéisme inférieur à 10% de l'effectif. Livrable attendu, un rapport de 2 pages précisant actions, dates et taux d'absentéisme avant et après l'intervention.

Vérification	Fréquence	Responsable
--------------	-----------	-------------

Lavage des mains du personnel	Avant chaque prise en charge et après chaque change	Équipe éducative
Nettoyage des surfaces de repas	Après chaque repas	Agent de service ou référent
Stérilisation des biberons	Après chaque usage	Personne en charge des repas
Gestion des jouets partagés	Nettoyage quotidien	Équipe pédagogique

Astuce matériel :

Range les produits de nettoyage hors de portée des enfants, étiquette les pulvérisateurs et prépare des doses prêtes à l'emploi pour gagner 10 à 15 minutes par jour en organisation.

Check-list opérationnelle sur le terrain :

- Lave tes mains 20 secondes avant et après chaque soin.
- Désinfecte la table à langer après chaque change.
- Jette les biberons non consommés après 2 heures hors du froid.
- Nettoie les jouets de succion chaque jour, et chaque fois qu'ils tombent à terre.
- Note toute absence liée à infection sur le cahier de suivi, avec dates et symptômes.

i Ce qu'il faut retenir

Les micro-organismes (bactéries, virus, champignons...) sont partout et peuvent être utiles ou provoquer des infections. En petite enfance, la contamination passe surtout par les mains, les gouttelettes et les objets, et la prolifération est favorisée par l'humidité, la nourriture et la promiscuité.

- Applique un **lavage des mains 20 secondes** avant et après chaque soin, change ou mouchage.
- Fais un **nettoyage puis désinfection** des zones à risque, surtout table à langer et surfaces de repas.
- Respecte la **gestion stricte des biberons** : jette tout biberon resté trop longtemps à température ambiante.
- Assure une **organisation de l'équipe** : rituels, rappels visuels, contrôles de fréquence et responsabilités.

Si une épidémie démarre (ex. gastro), isole les cas, augmente le nettoyage et forme rapidement le personnel. Ta régularité et tes routines font chuter fortement les nouveaux cas.

Chapitre 4 : Défenses de l'organisme et vaccination

1. Défenses naturelles et barrières :

Barrières physiques et chimiques :

La peau, les muqueuses et les sécrétions forment des barrières qui empêchent l'entrée des microbes. En petite enfance, attention aux mains sales et aux objets partagés.

Microbiote et compétition :

Le microbiote intestinal protège en occupant les niches et en produisant des substances antimicrobiennes. Favorise une alimentation diversifiée dès 6 mois pour un microbiote résilient.

Réponse inflammatoire :

L'inflammation est une réponse rapide qui aide à éliminer les envahisseurs, elle provoque rougeur, chaleur, douleur et peut durer de quelques heures à quelques jours.

Exemple d'observation d'une infection cutanée :

Un enfant présente une petite plaie infectée, l'intervention consiste à nettoyer, appliquer un pansement, informer les parents et surveiller l'évolution sur 3 jours, noter l'action dans le carnet de soins.

Élément	Fonction	Observation terrain
Peau	Barrière physique contre l'entrée des germes	Surveillance des petites plaies et hygiène des mains
Muqueuses	Sécrétion de mucus et élimination des microbes	Attention aux mouchoirs et aux jeux partagés
Microbiote	Compétition avec les agents pathogènes	Alimentation adaptée et évitement d'antibiothérapies inutiles
Anticorps	Neutralisation et marquage des microbes	Suivi des enfants avec déficit immunitaire

Sur le terrain, tu verras que comprendre ces défenses t'aide à repérer rapidement ce qui relève d'un soin simple ou d'un signalement au responsable sanitaire de la structure.

2. Réponse immunitaire adaptative :

Lymphocytes b et anticorps :

Les lymphocytes B produisent des anticorps spécifiques qui neutralisent les toxines et les microbes. Ces anticorps circulent dans le sang pendant des semaines à des mois selon le type.

Lymphocytes t et mémoire immunitaire :

Les lymphocytes T aident à détruire les cellules infectées et coordonnent la réponse immunitaire. Certaines cellules T deviennent mémoires et répondent plus vite lors d'une nouvelle exposition.

Spécificité et durée :

La mémoire immunitaire permet une réponse plus rapide et efficace lors d'une réinfection. Elle se mesure parfois en années, par exemple le tétanos nécessite un rappel périodique.

Astuce vérification carnet :

Vérifie toujours le carnet de santé à l'arrivée d'un enfant en crèche, note la date des dernières vaccinations et alerte le responsable si un rappel est dépassé.

Un jour en stage j'ai appris l'importance d'une date écrite, une erreur de 2 jours avait tout compliqué pour la mise en quarantaine d'un cas suspect.

3. Vaccination et rôle en petite enfance :

Principe et types de vaccins :

La vaccination stimule la mémoire immunitaire sans provoquer la maladie, elle peut utiliser des antigènes inactivés, atténués ou des protéines recombinantes, selon le vaccin.

Calendrier vaccinal et rappels :

D'après le ministère de la Santé, le calendrier vaccinal comporte plusieurs injections durant les deux premières années, avec des rappels à 12, 18 et 24 mois selon les vaccins.

Ton rôle sur le terrain :

En tant qu'auxiliaire, ton rôle consiste à vérifier les carnets, informer les parents, appliquer les mesures d'isolement si besoin, et garder une traçabilité écrite des soins et vaccinations.

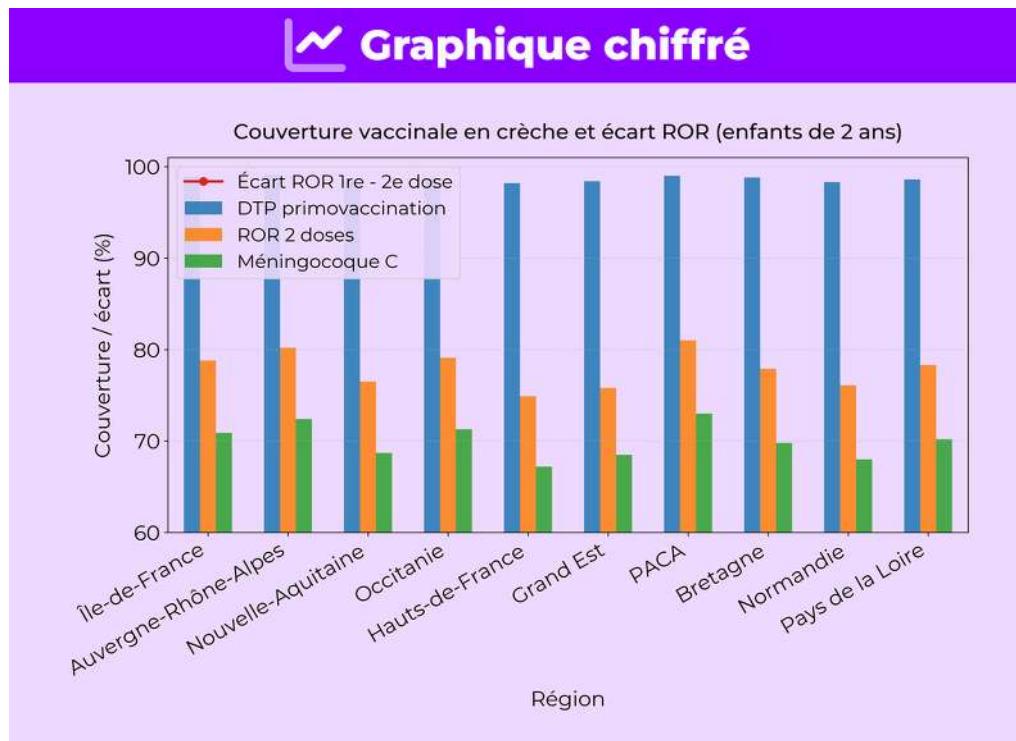
Exemple d'organisation d'une séance d'information vaccinale :

Tu organises une réunion de 30 minutes avec 15 parents, tu présentes le calendrier, réponds aux questions et remets une fiche récapitulative, 100% des parents reçoivent le document.

Exemple d'un cas concret :

Contexte Crèche municipale, 20 enfants inscrits, campagne de vérification des carnets planifiée sur 1 matinée, objectif 100% conformité administrative et repérage des rappels manquants.

Graphique chiffré



Étapes, résultat et livrable :

Étapes Vérifier chaque carnet, noter les dates, contacter les 2 parents concernés, organiser 1 rappel collectif. Résultat 18 carnets à jour, 2 suivis, livrable liste Excel et fiches signées.

Erreur fréquente Ne pas dater les actions dans le carnet, ou oublier d'alerter le responsable. Astuce note toujours la date et ton nom, ça évite 70% des confusions en stage.

Action	Détail	Objectif
Vérifier carnet	Consulter dates et annotations	S'assurer de la conformité
Noter actions	Date, intervention et signature	Traçabilité
Informer parents	Expliquer implications et rappels	Consentement et suivi
Isoler si besoin	Appliquer protocole d'isolement	Limiter la contagion
Mettre à jour registre	Saisir dans fichier et papier	Livrable pour la direction

i Ce qu'il faut retenir

Ton corps se défend d'abord grâce aux **barrières physiques et chimiques** (peau, muqueuses, sécrétions) et au microbiote, puis avec une **réponse inflammatoire rapide** (rougeur, chaleur, douleur).

- Surveille plaies, hygiène des mains, objets partagés, et note l'évolution sur quelques jours.
- Favorise un microbiote robuste : alimentation diversifiée dès 6 mois et évite les antibiothérapies inutiles.
- L'immunité adaptative repose sur B (anticorps) et T, avec une **mémoire immunitaire durable** nécessitant parfois des rappels.

En petite enfance, ton rôle clé est la vérification du carnet, l'information aux parents, l'isolement si besoin et la **tracabilité des soins** (date, action, signature). Une date oubliée peut compliquer toute la gestion sanitaire.

Chapitre 5 : Effets de l'alimentation sur la santé

1. Effets de l'alimentation sur la croissance et le développement :

Effets physiologiques :

Une alimentation adaptée apporte protéines, lipides, glucides et micronutriments nécessaires à la croissance. Les carences en fer ou en vitamine D ralentissent le développement moteur et la concentration chez l'enfant.

Conséquences pratiques :

Sur le terrain, observe la croissance, le poids et le comportement alimentaire. Propose au moins 3 composantes à chaque repas, évite les boissons sucrées et offre de l'eau librement entre les repas.

Exemple d'introduction d'un repas équilibré :

Pour un enfant de 2 ans, propose une petite portion de viande ou poisson, un légume cuit, une source de féculent et un fruit en dessert, en adaptant les textures.

Astuce de stage :

Si un enfant refuse un aliment, réessaie 8 à 10 fois sans forcer et varie la présentation, souvent ça marche mieux que la pression.

2. Alimentation, prévention et risques pour la santé :

Rôle dans la prévention des maladies :

Une alimentation riche en fruits, légumes et fibres soutient la santé digestive et l'immunité. D'après le ministère de la Santé, vise 5 portions de fruits et légumes par jour pour réduire certains risques.

Risques liés à une mauvaise alimentation :

Consommation excessive de sucres et de graisses transformées augmente le risque d'obésité, dentaire caries et troubles métaboliques dès le jeune âge. Ces risques se traduisent par fatigue et infections plus fréquentes.

Nutriment	Rôle principal	Source courante
Protéines	Croissance et réparation des tissus	Viande, poisson, œufs, légumineuses
Fer	Prévention de l'anémie, attention	Viande rouge, lentilles, céréales enrichies
Calcium et vitamine D	Formation osseuse	Lait, yaourt, poissons gras, exposition solaire modérée
Fibres	Transit et satiété	Fruits, légumes, céréales complètes

3. Sur le terrain : pratiques, cas concret et outils :

Cas concret - réduction des collations sucrées :

Contexte : crèche de 20 enfants 1 à 3 ans, collations sucrées proposées 5 fois par semaine.

Objectif : réduire à 1 fois par semaine en 8 semaines et améliorer qualité des menus.

Étapes et actions :

Audit des menus 2 semaines, réunion 90 minutes avec l'équipe, remplacement progressif des biscuits par fruits 3 fois par semaine, communication claire aux parents par fiche d'information.

Résultat et livrable attendu :

Après 8 semaines, diminution des collations sucrées de 80 pour cent, 20 enfants ayant reçu en moyenne 1 collation sucrée par semaine. Livrable : nouveau menu hebdomadaire chiffré et tableau de suivi.

Exemple d'évaluation chiffrée :

Avant intervention, moyenne 5 collations sucrées/semaine. Après 8 semaines, moyenne 1 collation/semaine, soit une réduction de 80 pour cent par enfant.

Astuce pratique :

Prépare une fiche repas simple et visible en cuisine, note portions et substitutions, c'est le meilleur moyen d'éviter des erreurs en période de rush.

Action	À faire
Vérifier allergies	Consulter le dossier médical avant chaque sortie repas
Contrôler portions	Suivre les quantités adaptées à l'âge et noter écarts
Hydratation	Proposer eau librement, viser 1 à 1,5 litre selon activité
Favoriser diversité	Introduire légumes et fruits 3 à 5 fois par semaine
Impliquer parents	Envoyer un bilan mensuel et conseils pratiques

Exemple de livrable pour le cas concret :

Nouveau menu hebdomadaire chiffré, tableau de suivi des collations pour 20 enfants, rapport avant-après montrant réduction de 80 pour cent des collations sucrées.

Astuce pour le CAP AEPE :

Lors des stages, note systématiquement ce que mangent les enfants pendant 1 semaine, tu pourras ainsi proposer des améliorations concrètes lors de l'évaluation.

Petite anecdote : en stage, remplacer un yaourt sucré par un yaourt nature et un fruit a calmé des disputes autour du goûter, j'ai vu la différence en 2 jours.

Ce qu'il faut retenir

Une **alimentation adaptée** soutient la croissance : protéines, fer, calcium, vitamine D et fibres évitent fatigue, carences et troubles de l'attention.

- À chaque repas, vise 3 composantes, limite boissons sucrées, et propose de l'eau librement.
- Pour prévenir, vise **5 portions par jour** de fruits et légumes; attention aux sucres et graisses transformées.
- Si un aliment est refusé, **réessayer sans forcer** 8 à 10 fois et varie la présentation.
- Sur le terrain, **réduire les sucres** marche : audit, équipe, info parents, suivi (jusqu'à 80% de collations sucrées en moins).

Observe poids, croissance et habitudes, et adapte textures et portions à l'âge.

Vérifie aussi allergies et note ce que les enfants mangent pour proposer des améliorations concrètes.

Nutrition-Alimentation

Présentation de la matière :

En CAP AEPE, Nutrition-Alimentation t'aide à comprendre les **besoins nutritionnels** du jeune enfant, les rythmes des repas, la diversification, l'hydratation, et la **sécurité alimentaire** au quotidien, en crèche, à l'école, ou au domicile.

Ces notions sont surtout attendues dans l'épreuve « **Exercer son activité** en accueil individuel », **coeffcient de 4**, avec **25 minutes** d'oral après **1h 30** de préparation. Elles peuvent aussi tomber en accueil collectif, écrit **1h 30**, coefficient 4, et en « **Accompagner le développement du jeune enfant** », oral 25 minutes, coefficient 7, en contrôle ponctuel ou en CCF si ton centre est habilité.

Je me souviens d'un camarade, il a perdu des points en confondant portion et texture, ça arrive vite quand on stresse.

Conseil :

Fais 3 révisions de 20 minutes par semaine, et entraîne-toi sur des cas concrets, menu sur 1 journée, biberon, collation, allergies, et repas festif, en justifiant toujours tes choix simplement.

Le jour J, pense méthode, tu annonces, tu expliques, tu sécurises, puis tu conclus. Checklist rapide:

- Hygiène et lavage des mains
- Allergies et PAI

Si tu restes clair et logique, tu marques des points.

Table des matières

Chapitre 1 : Besoins nutritionnels du jeune enfant	Aller
1. Les besoins énergétiques et macronutriments	Aller
2. Alimentation pratique et prévention des risques	Aller
Chapitre 2 : Élaboration de menus équilibrés	Aller
1. Principes de base pour un menu équilibré	Aller
2. Organisation pratique et planification	Aller
3. Mise en œuvre en structure petite enfance	Aller
Chapitre 3 : Préparation et service des repas	Aller
1. Organiser la préparation en cuisine	Aller
2. Adapter portions et textures	Aller
3. Service, relation et nettoyage	Aller

Chapitre 4 : Hygiène et sécurité alimentaire	Aller
1. Principes de base et prévention	Aller
2. Gestion des denrées et contrôles de température	Aller
3. Hygiène du personnel, nettoyage et traçabilité	Aller

Chapitre 1: Besoins nutritionnels du jeune enfant

1. Les besoins énergétiques et macronutriments :

Énergie et croissance :

L'enfant grandit vite, il a besoin d'énergie pour bouger et pour développer son cerveau. Entre 1 et 3 ans, il faut environ 1 000 à 1 400 kcal par jour, selon l'activité.

Macronutriments :

Les protéines servent à la croissance, les lipides protègent contre le froid et aident le cerveau, les glucides donnent de l'énergie rapide. Privilégie aliments variés, évite sucres ajoutés et graisses transformées.

Exemple d'un repas équilibré :

1 assiette de légumes cuits 50 g, 40 g de viande ou 1 œuf, 30 g de féculents, 1 laitage, 1 fruit, eau à volonté.

Micronutriments essentiels :

Fer, calcium et vitamine D sont prioritaires pour le développement osseux et cognitif. D'après le ministère de la Santé, la supplémentation en vitamine D est recommandée pour les nourrissons.

Aliment	Portion type	Âge concerné
Légumes cuits	50 g	1 à 3 ans
Féculents cuits	30 g	1 à 3 ans
Viande/poisson/œuf	30 à 50 g	1 à 3 ans
Laitage	1 pot ou 120 ml	1 à 3 ans

2. Alimentation pratique et prévention des risques :

Repas et collations :

Organise trois repas et 2 collations quotidiennes adaptées. Les collations courtes privilégient un fruit ou un produit laitier, évitent boissons sucrées et grignotage permanent entre les prises.

Allergies et hygiène alimentaire :

Signale toute allergie connue et respecte les prescriptions. Évite le miel avant 12 mois et les aliments à risque d'étouffement comme les noix entières, les morceaux durs et les raisins entiers.

Cas concret : suivi en crèche :

Contexte, crèche de 12 enfants âgés de 1 à 3 ans, menu hebdomadaire répétitif sur 4 semaines. On a évalué consommations et préférences pendant 2 semaines.

Étapes, adaptation progressive des menus en 3 étapes, formation d'équipe 2 heures. Résultat, légumes consommés +50%, biscuits sucrés réduits de 80%. Livrable, menu sur 4 semaines et fiche parents.

Astuce pratique :

Propose un nouveau légume 6 fois, en petites textures, associe-le à un aliment aimé, et demande un feedback aux parents pour ajuster la préparation et favoriser l'acceptation.

Checklist terrain	Action à réaliser
Vérifier allergies	Consulter dossier enfant et afficher indications en cuisine
Adapter textures	Mixer si besoin, couper en petits morceaux sûrs
Portions contrôlées	Respecter portions recommandées et observer satiété
Hygiène	Lavage des mains avant repas et surfaces propres
Communication parents	Remettre fiche repas hebdomadaire et conseils maison

Ce qu'il faut retenir

Entre 1 et 3 ans, ton enfant a des **besoins énergétiques élevés** (environ 1 000 à 1 400 kcal/j) pour bouger, grandir et soutenir le cerveau. Vise des **macronutriments équilibrés** en limitant sucres ajoutés et graisses transformées, avec des portions simples (légumes, féculents, viande/œuf, laitage, fruit, eau).

- Priorise des **micronutriments prioritaires** : fer, calcium, vitamine D (supplémentation souvent recommandée chez le nourrisson).
- Garde un rythme : 3 repas + 2 collations courtes (fruit ou laitage), sans grignotage.
- Assure la **prévention des risques** : allergènes signalés, pas de miel avant 12 mois, textures sûres (pas de noix entières, raisins entiers).

Pour faire accepter un aliment, propose-le jusqu'à 6 fois en petites textures et avec un aliment aimé. En équipe (ex. crèche), une adaptation progressive et une bonne communication parents améliorent vite les choix.

Chapitre 2 : Élaboration de menus équilibrés

1. Principes de base pour un menu équilibré :

Objectif et public :

L'objectif est d'assurer des repas variés, adaptés à l'âge et aux besoins des enfants présents, tout en respectant les contraintes de la structure et des familles. Tu dois penser sécurité et plaisir alimentaire.

Répartition des groupes alimentaires :

Chaque repas principal doit associer une source de protéines, des légumes, un féculent, et un produit laitier ou équivalent. Ajoute un fruit en dessert ou en collation, en variant les couleurs chaque semaine.

Portions et fréquence :

Adapte les portions selon l'âge et l'appétit, en respectant les repères simples pour la petite enfance. Propose légumes au moins 1 fois par repas et fruit au moins 1 fois par jour.

Astuce pratique :

Prévois des portions modulables en barquette, cela te fait gagner 10 à 15 minutes au service et réduit le gaspillage.

2. Organisation pratique et planification :

Plan simple :

Construis un cycle sur 2 à 4 semaines pour éviter la répétition. Un planning hebdomadaire clair facilite l'approvisionnement et permet d'équilibrer protéines, légumes et textures sur la période.

Respect des allergies et textures :

Note systématiquement les allergies et intolérances, et propose des alternatives écrites. Pour les tout-petits, ajuste les textures et évite les aliments à risque d'étouffement au moins jusqu'à 3 ans.

Gestion du budget et saisonnalité :

Privilégie les produits de saison pour réduire le coût et augmenter la qualité gustative. Selon l'INSEE, planifier les achats permet de réduire le gaspillage et d'optimiser le budget alimentation familial et collectif.

Exemple d'optimisation d'un processus de production :

Tu prépares un menu hebdomadaire et commandes en 1 lot, ce qui réduit les ruptures et abaisse le coût moyen par repas d'environ 0,30 euro.

Jour	Petit-déjeuner	Déjeuner	Goûter
------	----------------	----------	--------

Lundi	Lait ou boisson végétale, pain complet, compote	Poisson blanc, purée de carotte, riz, yaourt nature	Biscuit maison, fruit
Mardi	Semoule, lait, banane	Poulet en dés, légumes vapeur, pommes de terre, fromage	Yaourt et compote
Mercredi	Pain, confiture, lait	Omelette, ratatouille, semoule, fruit	Fruits coupés
Jeudi	Porridge, compote	Lentilles en purée, poisson ou tofu, yaourt	Pain et fromages doux
Vendredi	Céréales complètes, lait, fruit	Riz sauté aux légumes, viande hachée, compote	Yaourt maison

3. Mise en œuvre en structure petite enfance :

Communication aux familles et équipe :

Affiche le menu hebdomadaire et partage-le en version papier ou numérique. Informe les familles sur substitutions en cas d'allergie et note toute modification pour la traçabilité.

Cas concret : élaboration d'un menu hebdo :

Contexte, étapes et résultat sont détaillés pour rendre le processus concret et utilisable en stage ou en crèche, le livrable attendu est un tableau menu clair et chiffré.

Exemple concret :

Contexte : Crèche de 16 enfants 6-36 mois, budget repas 2,80 euro par enfant et par repas, 5 jours. Étapes : recenser allergies, établir cycle 2 semaines, chiffrer achats, préparer fiches portions. Résultat : réduction du gaspillage de 12% et plan repas 5 jours validé. Livrable attendu : tableau hebdomadaire avec portions en grammes et coût total par jour.

Vérification et ajustements :

Mets en place une évaluation mensuelle avec l'équipe pour ajuster portions, recettes et coût. Mesure le gaspillage, note 2 indicateurs simples, et adapte le menu selon les retours des enfants.

Astuce de terrain :

Test une nouvelle recette un mercredi, observe l'acceptation et note les quantités consommées, ainsi tu ajustes avant de l'ajouter au cycle.

Action	Fréquence	Responsable	Critère de réussite
Vérifier la liste d'allergies	Hebdomadaire	Référent cuisine	Zéro incident signalé

Contrôler les portions servies	Quotidien	Équipe de service	Respect des grammes cible
Suivre le gaspillage	Mensuel	Responsable structure	Tendance décroissante
Mettre à jour le menu	2 fois par an	Équipe pédagogique	Menus validés et affichés

Exemple d'application rapide :

Lors de mon stage, j'ai établi un cycle de 2 semaines et réduit les achats à la pièce, ce qui a libéré 30 minutes par semaine pour la préparation et a rassuré les familles.

Ce qu'il faut retenir

Tu construis un **menu équilibré** adapté à l'âge des enfants, en visant sécurité, variété et plaisir. À chaque repas, pense à l'équilibre des groupes et à des portions modulables pour limiter le gaspillage.

- Associe protéines, légumes, féculent, laitier, et ajoute un fruit chaque jour en variant les couleurs.
- Planifie un **cycle 2 à 4 semaines** et note clairement les **allergies et textures** (aliments à risque évités avant 3 ans).
- Privilégie les **produits de saison**, commande en lot et affiche le menu pour les familles et l'équipe.

Suis deux indicateurs simples (portions servies, gaspillage) et fais un point mensuel pour ajuster recettes, coûts et acceptation. Teste les nouveautés en milieu de semaine, puis intègre-les si ça fonctionne.

Chapitre 3 : Préparation et service des repas

1. Organiser la préparation en cuisine :

Étapes de préparation :

Planifie les plats la veille, prépare les postes 30 minutes avant le service et vérifie les températures. Note les temps de cuisson et les allergènes sur une fiche pour gagner du temps en cas d'urgence.

Hygiène et sécurité :

Respecte la chaîne du froid, range les viandes à 4°C maximum, et porte des gants pour manipuler les plats chauds. Désinfecte les plans de travail entre chaque préparation pour éviter les contaminations croisées.

Gestion des stocks et traçabilité :

Étiquette les produits avec date d'ouverture et date limite de consommation, utilise le principe FIFO. Note qui a préparé chaque plat, cela facilite les retraits en cas d'allergie ou de non conformité.

Astuce organisation :

Prépare les légumes en 2 fois si tu manques de place, réserve 1 personne pour la plonge et 1 pour la distribution pendant le service.

2. Adapter portions et textures :

Portions selon l'âge :

Adapte les quantités, bébé 6 à 12 mois 120 à 180 ml par repas, tout-petit 1 à 3 ans 150 à 200 g de légumes, enfant 3 ans 200 à 250 g. Mesure avec balance ou cuillères graduées.

Textures et risques d'étouffement :

Propose des textures adaptées, mixées, écrasées ou en petits morceaux mous selon l'âge. Coupe aliments ronds en 4, évite les noix entières et surveille la déglutition pendant 10 à 15 minutes après l'introduction d'un nouvel aliment.

Exemple d'adaptation de texture :

Pour un enfant de 9 mois, réduis la purée à 100 ml et ajoutes des petits morceaux écrasés de 3 mm pour habituer à mâcher, sur 7 jours.

Exemple d'ajustement de portion :

Si un enfant finit systématiquement sa portion, note 10 à 20% en moins la semaine suivante et réajuste, cela évite le gaspillage et respecte l'appétit réel.

En stage, j'ai renversé une purée mal coupée et j'ai compris en 24 heures combien la coupe influence la sécurité et l'autonomie des enfants.

3. Service, relation et nettoyage :

Organisation du service :

Planifie l'ordre de service pour réduire le stress, commence par les plus jeunes et ceux ayant besoin d'aide. Prévois 20 à 30 minutes pour le repas et 10 minutes pour le brossage ou la mise au calme après le repas.

Service adapté et communication :

Parle doucement, nomme les aliments et encourage l'autonomie, laisse l'enfant tester 3 bouchées avant d'insister. Respecte les rythmes, certains mangent en 10 minutes, d'autres prennent 30 minutes et c'est normal.

Nettoyage et rangement :

Nettoie la vaisselle, la plonge et les plans de travail selon graisses et protéines, utilise un détergent adapté. Vérifie que le réfrigérateur reste à 4°C et note les contrôles sur une feuille quotidienne.

Élément	Question à se poser	Action rapide
Température frigo	Est-ce ≤ 4°C ?	Ajuster thermomètre et noter sur la feuille
Allergies	Y a-t-il des restrictions ?	Séparer plats et étiqueter
Portions	Les quantités sont-elles mesurées ?	Peser et noter les grammes
Matériel propre	Les plateaux et couverts sont-ils propres ?	Lancer une vérification rapide
Temps de service	Le service tient-il dans la durée prévue ?	Réajuster le planning ou renforcer l'équipe

Mini cas concret :

Contexte : crèche 12 enfants, repas midi prévu à 12h15, 1 enfant allergique identifié. Étapes : planification la veille, préparation le matin, pesée des portions, service en 25 minutes avec 2 adultes présents.

- Résultat : zéro incident, réduction des déchets de 15% sur la semaine grâce aux ajustements de portions.
- Livrable attendu : fiche de service complétée, quantités en grammes pour 12 enfants, durée du service en minutes, signatures des 2 adultes.

Âge	Portion légumes (g)	Portion protéines (g)	Liquide (ml)
6 à 12 mois	60 à 80	10 à 20	120 à 180

1 à 3 ans	150 à 200	30 à 50	120 à 150
3 à 6 ans	180 à 220	50 à 70	150 à 200

Check-list opérationnelle :

Avant le service, vérifie 1) température du frigo, 2) étiquetage des plats, 3) portions pesées, 4) matériel propre, 5) présence d'au moins 2 adultes pour 12 enfants selon l'organisation locale.

i Ce qu'il faut retenir

Pour réussir la préparation et le service, anticipe : planifie la veille, installe les postes avant le service, note temps de cuisson, allergènes et contrôles.

- Applique la **chaîne du froid** : frigo à 4°C max, désinfection entre préparations, gants si besoin.
- Assure la traçabilité avec le **principe FIFO** : étiquettes (ouverture, DLC) et nom du préparateur.
- Adapte quantités et **textures sécurisées selon l'âge** : mesurer, couper les aliments ronds en 4, éviter les noix entières.

Pendant le repas, organise l'ordre de service, parle doucement et laisse l'enfant tester avant d'insister. Prévoyez 20 à 30 minutes pour manger, puis le calme, et termine par nettoyage, contrôle frigo et une **check-list avant service** notée.

Chapitre 4 : Hygiène et sécurité alimentaire

1. Principes de base et prévention :

Objectif et public :

Ce point te donne les règles indispensables pour protéger les enfants et toi-même, en crèche ou en halte-garderie, contre les risques liés aux aliments et aux mauvaises pratiques quotidiennes.

Règles essentielles :

Respecte l'ordre propre-sale, lave-toi les mains très souvent, porte une tenue propre et tiens des registres simples de températures et de nettoyage pour suivre ce que tu fais chaque jour.

Mise en pratique :

Adapte les gestes selon l'activité, par exemple avant le repas, après le change et après avoir touché des aliments crus, reste vigilant sur le lavage des mains et la désinfection des surfaces.

Exemple de routine mains :

Avant chaque service de repas, lave-toi les mains pendant 30 secondes avec savon, sèche-les avec un essuie-mains propre et note l'heure sur le registre si ta structure le demande.

2. Gestion des denrées et contrôles de température :

Réception et stockage :

Vérifie l'aspect, l'emballage et la date limite, refuse un produit suspect, range rapidement les denrées en respectant la chaîne du froid pour limiter les risques microbiens et allergènes croisés.

Contrôle des températures :

Prends et notes les températures au moins 2 fois par jour pour les frigos, vérifie le maintien au chaud et refroidis rapidement les préparations chaudes pour éviter la zone à risque bactérien.

Gestion des allergènes :

Identifie 14 allergènes majeurs, sépare les préparations, étiquette clairement les plats et informe toujours l'équipe et les parents si un enfant a une allergie déclarée.

Exemple de règle pratique :

Si tu prépares compotes maison, stocke-les à +4° C ou moins et note la date de préparation, j'ai vu dans un stage qu'une étiquette claire évite une erreur de distribution.

Élément	Température cible	Durée ou consigne
Réfrigérateur	+4° C	Contrôler 2 fois par jour, ne pas dépasser +4° C
Congélation	-18° C	Stockage long terme, étiqueter avec date
Maintien au chaud	+63° C	Température minimale pour distribution chaude
Refroidissement	+10° C puis +3° C	Refroidir vite, viser +10° C en moins de 2 heures puis +3° C en moins de 6 heures

3. Hygiène du personnel, nettoyage et traçabilité :

Tenue et comportements :

Porte une tenue propre chaque jour, retire bijoux et faux ongles, couvre les plaies et évite de manger près des enfants ou des surfaces où l'on prépare les repas pour limiter la contamination.

Plan de nettoyage :

Établis un planning simple avec tâches quotidiennes, hebdomadaires et mensuelles, utilise des produits adaptés et vérifie visuellement et par enregistrement que le travail a été fait.

Lutte contre les nuisibles :

Surveille signes d'intrusion, conserve les denrées hermétiques, fais appel à un prestataire au premier signe, et note les interventions dans le registre de la structure pour garder la traçabilité.

Exemple d'incident et réaction :

Lors d'un stage, un sac percé a provoqué une infestation de fourmis, on a jeté les denrées contaminées, nettoyé, scellé les aliments et mis en place une vérification quotidienne pendant 7 jours.

Mini cas concret :

Contexte : crèche de 20 enfants où des écarts de traçabilité et un frigo à +6° C ont été constatés lors d'un contrôle interne, risque de TIAC identifié pour 3 plats.

Étapes :

- 1. Audit rapide de 1 heure pour lister non-conformités,
- 2. Remplacement du thermostat et recalibrage du frigo, contrôle 3 fois par jour pendant 10 jours,
- 3. Formation de 30 minutes pour l'équipe sur lavage des mains et enregistrement des températures.

Résultat et livrable attendu :

Résultat : baisse des écarts de 4 non-conformités à 0 en 1 mois, amélioration visible des températures. Livrable : dossier simple HACCP avec 1 fiche frigo, 1 registre de températures et 1 planning de nettoyage.

Check-list opérationnelle :

Tâche	Fréquence	À faire
Mesure température frigo	2 fois jour	Noter heure et valeur sur registre
Nettoyage plan de travail	Après chaque service	Désinfecter avec produit adapté
Contrôle allergènes	Avant chaque menu	Vérifier étiquettes et séparer préparations
Revue du registre	Hebdomadaire	Vérifier en présence du référent hygiène

Astuce de stage :

Colle des étiquettes prêtées avec la date, tes initiales et l'heure sur les pots préparés, ça te fera gagner 5 à 10 minutes par jour et évitera des erreurs le soir.

Ce qu'il faut retenir

En crèche, tu limites les risques alimentaires en appliquant des routines simples et traçables, centrées sur l'hygiène, la température et la séparation.

- Applique l'**ordre propre-sale**, lave-toi les mains souvent, porte une tenue propre, sans bijoux, et protège les plaies.
- Sécurise la **chaîne du froid** : vérifie réception, dates, stockage (+4° C frigo, -18° C congélation) et note tout.
- Fais le **contrôle des températures** : chaud à +63° C mini, refroidissement rapide, relevés au moins 2 fois par jour.
- Assure la **gestion des allergènes** : identifier, séparer, étiqueter, et informer l'équipe et les parents.

Planifie le nettoyage, surveille les nuisibles et garde des registres (températures, nettoyage, étiquetage). Avec ces preuves simples, tu réduis les non-conformités et protèges les enfants au quotidien.

Copyright © 2026 FormaV. Tous droits réservés.

Ce document a été élaboré par FormaV® avec le plus grand soin afin d'accompagner chaque apprenant vers la réussite de ses examens. Son contenu (textes, graphiques, méthodologies, tableaux, exercices, concepts, mises en forme) constitue une œuvre protégée par le droit d'auteur.

Toute copie, partage, reproduction, diffusion ou mise à disposition, même partielle, gratuite ou payante, est strictement interdite sans accord préalable et écrit de FormaV®, conformément aux articles L.111-1 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. Dans une logique anti-plagiat, FormaV® se réserve le droit de vérifier toute utilisation illicite, y compris sur les plateformes en ligne ou sites tiers.

En utilisant ce document, vous vous engagez à respecter ces règles et à préserver l'intégrité du travail fourni. La consultation de ce document est strictement personnelle.

Merci de respecter le travail accompli afin de permettre la création continue de ressources pédagogiques fiables et accessibles.