

[https://fr.freepik.com/vecteurs-libre/anatomie-du-corps-de-la-fille-dessin-anime-medical-femme-corps-humain-structure-de-musculaire\\_2238504.htm](https://fr.freepik.com/vecteurs-libre/anatomie-du-corps-de-la-fille-dessin-anime-medical-femme-corps-humain-structure-de-musculaire_2238504.htm)

## Le corps humain

Le corps humain comporte une tête portée par le cou, un tronc (thorax et abdomen) s'appuyant sur le bassin, deux membres supérieurs (les bras) et deux membres inférieurs (les jambes).

(Larousse)

### La création de l'homme

**Activité : les enfants partagent leurs connaissances sur la création de l'être humain.**

«*Nous avons certes créé l'homme dans la forme la plus parfaite.*» (Coran 95, verset 4)

Allâh a créé Adâm, 'alayhi salam, sous une forme parfaite. Il est le 1<sup>er</sup> homme, père de toute l'humanité et il ne ressemblait pas à un singe mais bien à un homme.

Puis Allâh a créé Hawwa à partir d'une côte d'Adâm et Il a donné à Adâm et à Hawwa de très nombreux enfants pour peupler la Terre.

*Dieu dit dans le Coran : «O Les humains, craignez votre Seigneur, qui vous a créés d'une seule personne, et a créé de celle-ci son conjoint, et a disséminé d'eux deux beaucoup d'hommes et de femmes»* (Coran 4, verset 1).

### La création d'Adâm, 'alayhi salâm

**«Il a créé (Adam) à partir de terre («turâb»), puis Il lui a dit «Sois» et il a été»**

(Coran 3, verset 59).

**«Nous vous avons créés à partir d'une boue collante»**

(Coran 37, verset 11).

**«Il a créé l'homme à partir d'une «Salsâl kal-fakhhâr»**

(Coran 55, verset 14).

**«Alors, lorsque Je l'aurai établi et aurai soufflé en lui de Mon Souffle, prosterner-vous devant lui»**

(Coran 15, verset 29 ; Coran 38, verset 72).

**«Nous avons certes créé l'homme dans la forme la plus parfaite.»**

(Coran 95, verset 4)

### Allâh a doté l'homme d'un corps et d'une âme

L'homme est composé d'un corps et d'une âme.

*«C'est Lui qui a créé toute chose à la perfection et qui a instauré la création de l'homme à partir de l'argile ; puis d'un vil liquide Il a tiré sa descendance ; puis Il lui a donné une forme harmonieuse et a insufflé en lui de Son Esprit, vous dotant ainsi de l'ouïe, de la vue et de l'intelligence. Mais il est rare que vous Lui témoigniez votre reconnaissance !»* (Coran As-Sajda, verset 32)

Concernant l'âme, il ne nous est pas possible de savoir exactement de quoi il s'agit. Allâh seul le sait.

*« L'âme relève de l'ordre exclusif de mon Seigneur et, en fait de science, vous n'avez reçu que bien peu de chose. »* (Coran Al-Isrâ, verset 17)

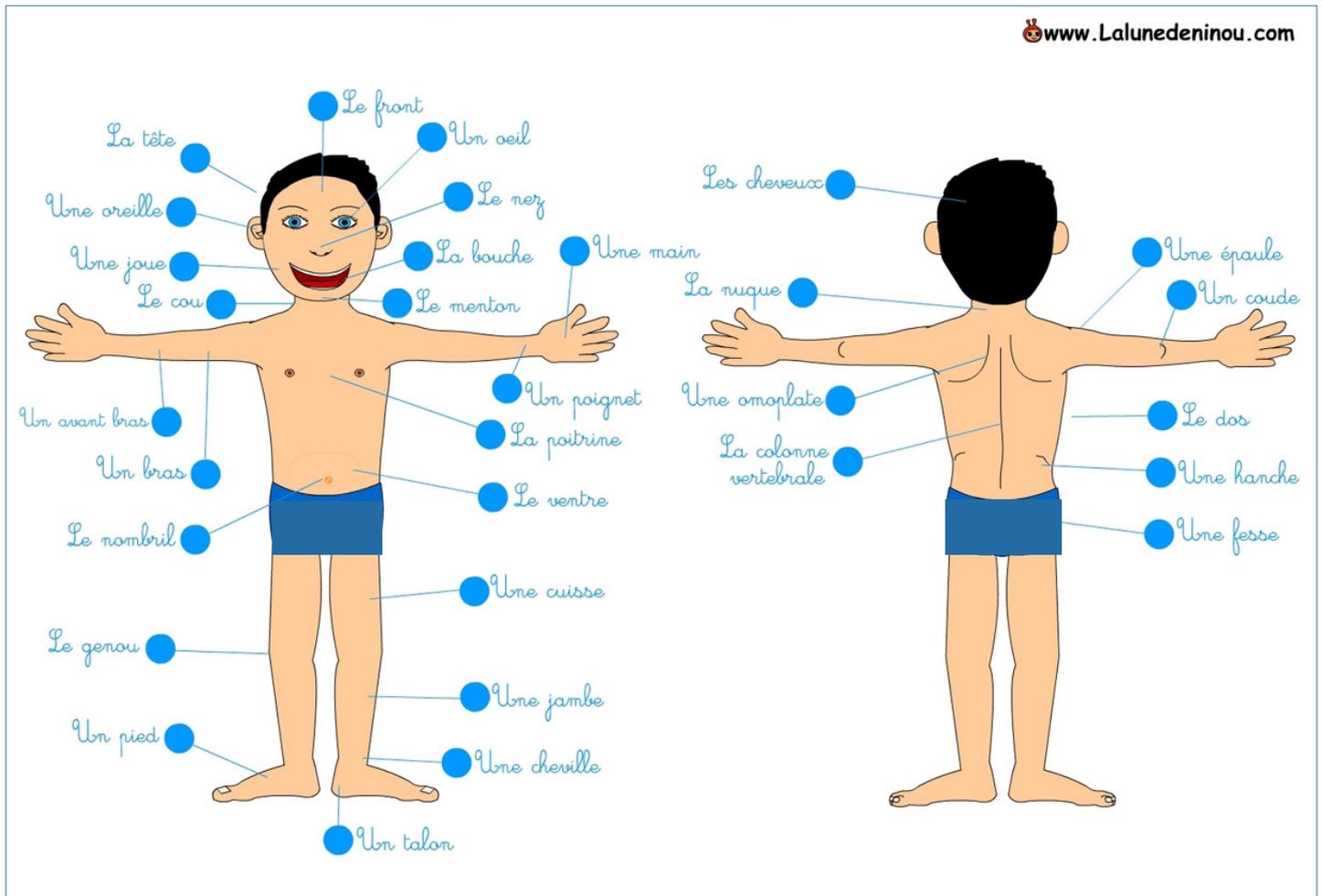
Pour l'islam, il faut trouver un équilibre entre le corps et l'âme. Le coeur de l'homme lui indique le droit chemin. Avec son coeur, l'homme adore Allâh. Et avec son corps également. Les actes que l'homme effectue avec son corps, tel que le manger, le boire, l'hygiène, etc. sont des adorations dès lors qu'ils sont faits avec l'intention d'adorer Allâh et selon les règles qu'Allâh et Son prophète nous ont indiquées.

Le corps vit grâce à différents systèmes : respiratoire, digestif, circulatoire, nerveux, musculaire et squelettique, reproducteur. Chaque système est composé de plusieurs organes qui travaillent ensemble pour la même fonction. Les organes et les systèmes sont en relation les uns avec les autres de façon coordonnée.

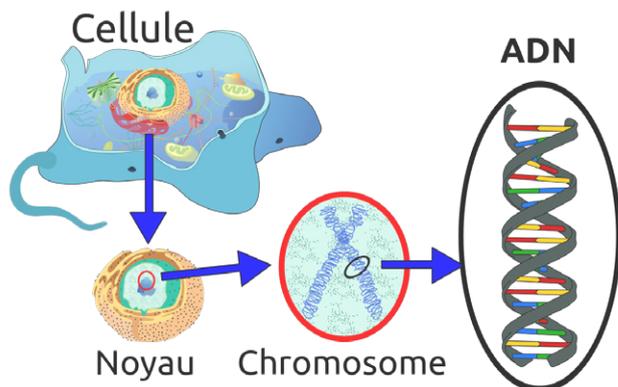
La complexité du corps humain et de son fonctionnement prouve que notre Créateur possède une Science infinie et incommensurable. Allâh est **AL-'ALÏM**.

Source : <http://soutien67.free.fr/svt/homme/corps/fonction%20corps%20humain.htm>

# Composition du corps humain



Activité : chaque enfant montre sur son corps les parties qu'il connaît.



## Les cellules

Le corps est composé de cellules.

Il existe 100 trillions de cellules dans le corps humain. Et chaque cellule est comme une énorme usine, qui fabrique près de 200 000 produits différents...

Chaque cellule contient une molécule d'ADN, dans laquelle il se trouve des millions d'informations (telles que la couleur des yeux, des cheveux, la couleur de la peau, le sexe,... L'ADN est unique chez chaque être humain, sauf chez les vrais jumeaux.

# Les os, les muscles et les articulations

Le squelette de l'homme est formé de **206 os**. Les os sont durs et cassants. La **colonne vertébrale** maintient l'ensemble du corps. Elle permet d'arrondir ou de redresser le dos et de bouger la tête. C'est au niveau des articulations que les os peuvent se déplacer les uns par rapport aux autres. Ainsi on peut effectuer des mouvements avec notre corps.

«...puis Nous avons créé du morceau mâché des os puis Nous avons revêtu les os de chair ; ensuite Nous en avons produit un autre être : béni soit Dieu, le Meilleur des créateurs ! » (Coran 23, verset 14)

## Le rôle du squelette

- L'ensemble des os forme la charpente osseuse.
- Les os protègent les organes vitaux.
- Les os participent à la croissance.
- Les os sont le support du mouvement du corps.

Au niveau des articulations, les os sont emboîtés et maintenus par des ligaments et sont recouverts de cartilage.

## Une articulation

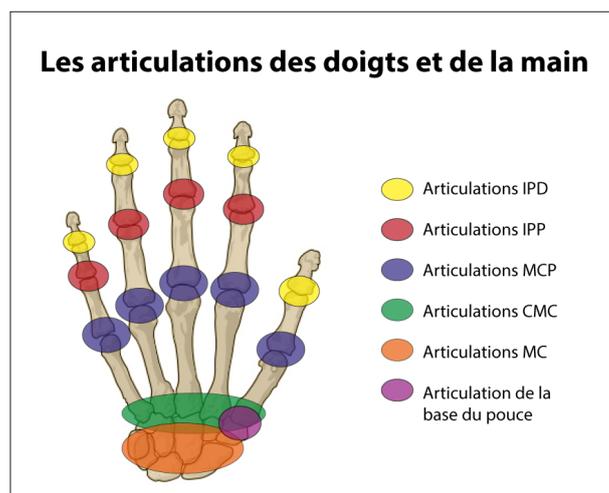
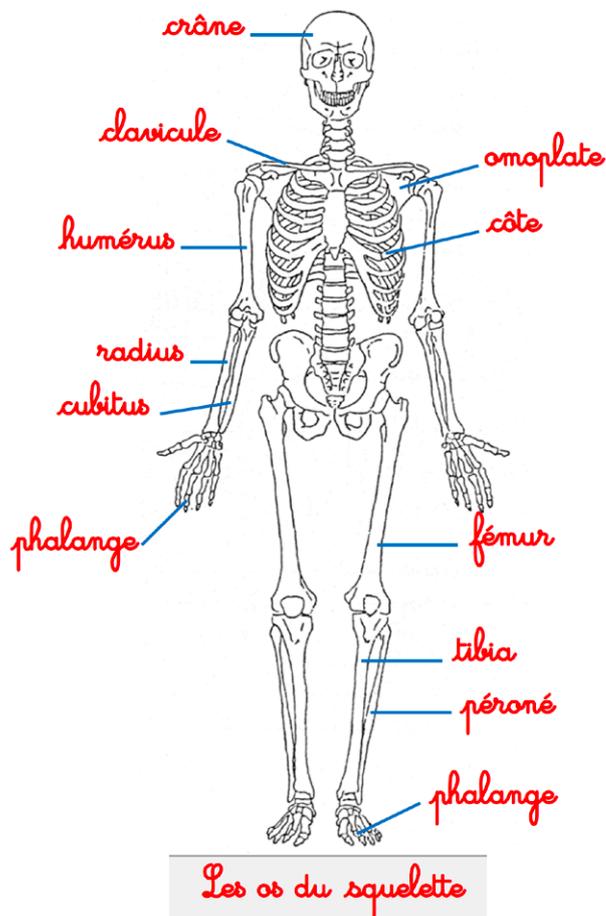
Elle se compose de différents éléments : deux os déjà, à l'extrémité desquels on trouve du cartilage.

Une articulation correspond à la jonction entre deux os, afin de les relier et éventuellement de leur donner une mobilité l'un par rapport à l'autre. L'amplitude de cette mobilité dépend de la forme et de la nature des éléments qui la composent et permet de les classer en trois types : les articulations fixes (au niveau du crâne par exemple), semi-mobiles (entre les vertèbres) ou très mobiles (genou, épaule etc.). On dénombre environ 400 articulations dans le corps humain.

Selon l'imam Muslim, `Abd Allâh ibn Farroukh rapporte avoir entendu `A`icha dire : «Le Messager d'Allâh (saws) dit : « *Chaque être humain de ces enfants d'Adam est constitué de trois cent soixante articulations. Quiconque proclame la grandeur d'Allâh, Sa louange, Son unicité, et Sa gloire, ou implore le pardon d'Allâh, ou écarte une pierre, une épine ou un os de la voie publique, ou ordonne un bien et interdit un blâmable, autant de fois que ces articulations, marchera ce jour étant éloigné de l'Enfer.* »»

D'après Bourayda (qu'Allâh l'agrée), le Prophète (saws) a dit : « *Il y a chez l'homme 360 articulations, il doit faire une aumône pour chacune de ses articulations* ». Ils ont dit : « *Qui est capable de faire cela ô messager d'Allâh ?* » Le Prophète (saws) a dit : « *Un crachat dans la mosquée que tu vas enterrer, une chose que tu vas enlever du chemin et si tu ne peux pas alors deux unités de prière au moment du doha te suffisent* ». (Rapporté par Ahmed et authentifié par Cheikh Albani dans Sahih Targhib n°666)

**Activité : réalisation d'un squelette articulé.**



Sources :  
lutinbazar@eklablog.com  
© Madhero88, Wikipédia, cc by sa 3.0  
<https://www.futura-sciences.com/sante/definitions/corps-humain-articulation-3022/>  
<https://fr.vikidia.org/wiki/Muscle>

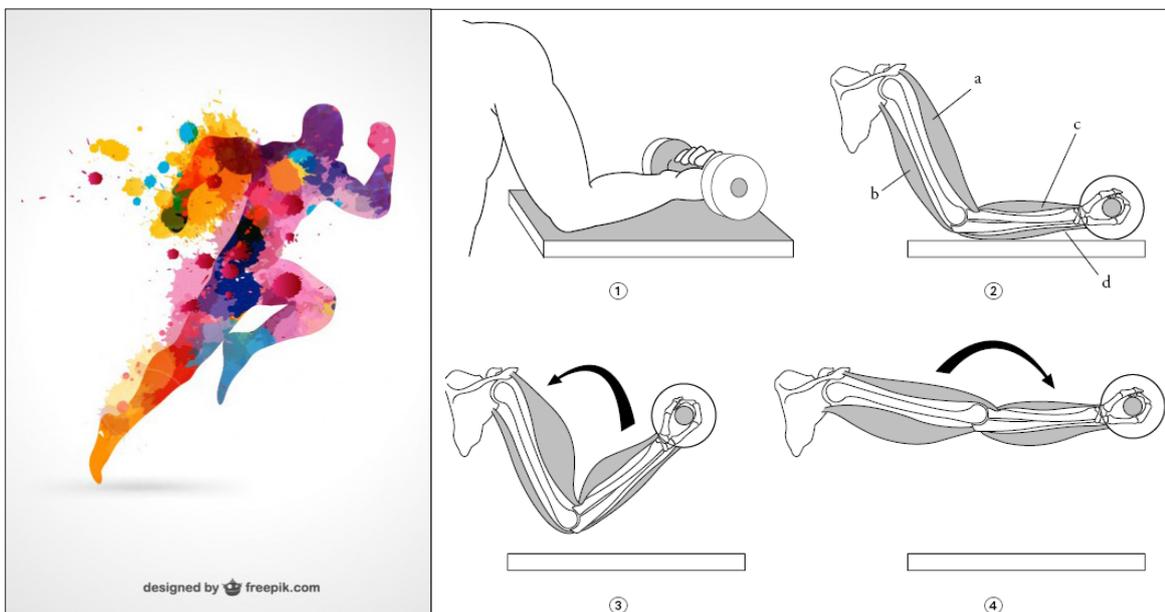
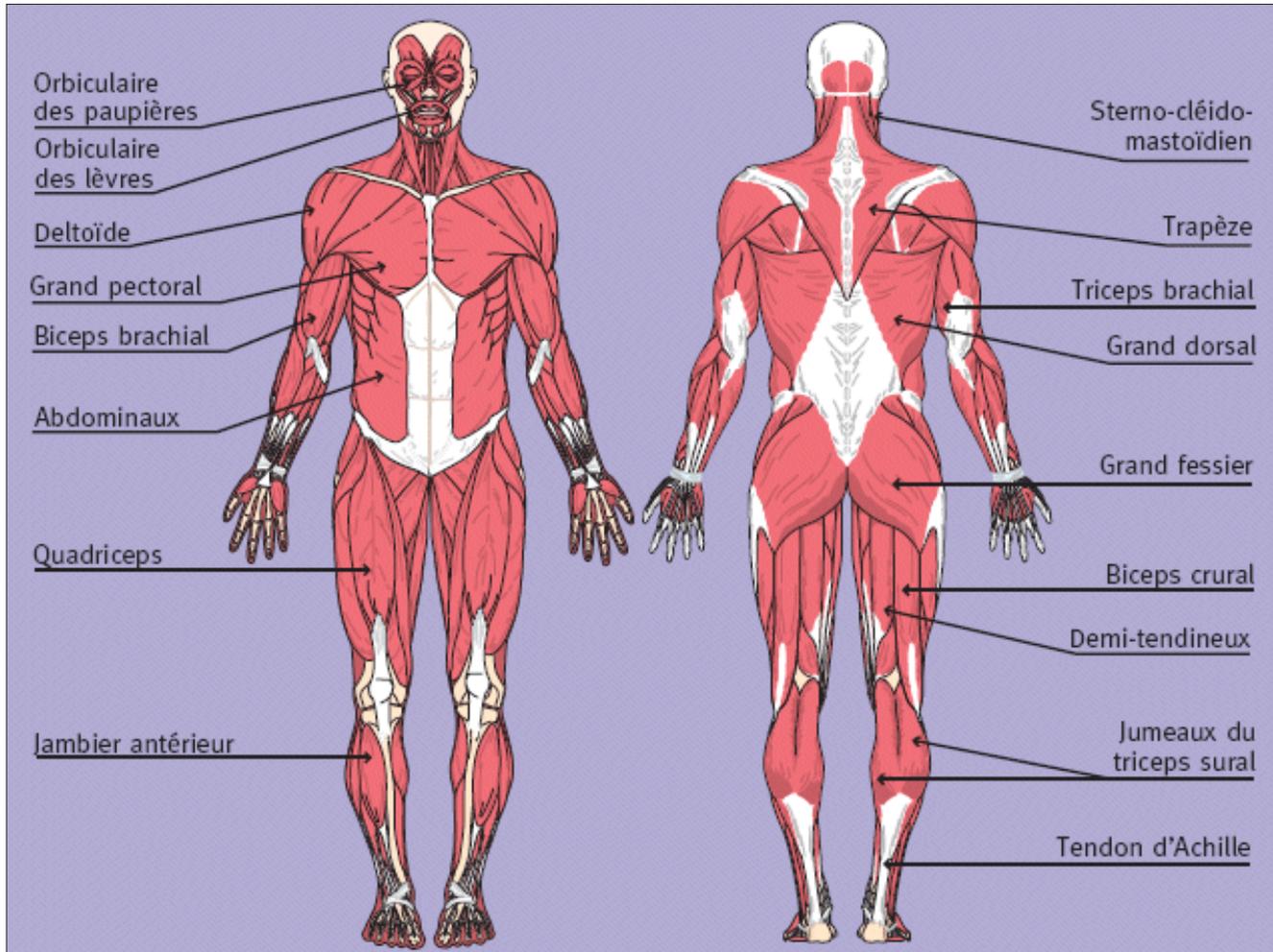
## Les muscles

Un muscle est un tissu qui a la propriété de se contracter, c'est-à-dire devenir plus court. Le mouvement de notre corps est causé par cette contraction : c'est ce qui nous permet de bouger. L'homme possède environ 650 muscles. Les os ne bougent pas seuls. Ils bougent grâce aux muscles.

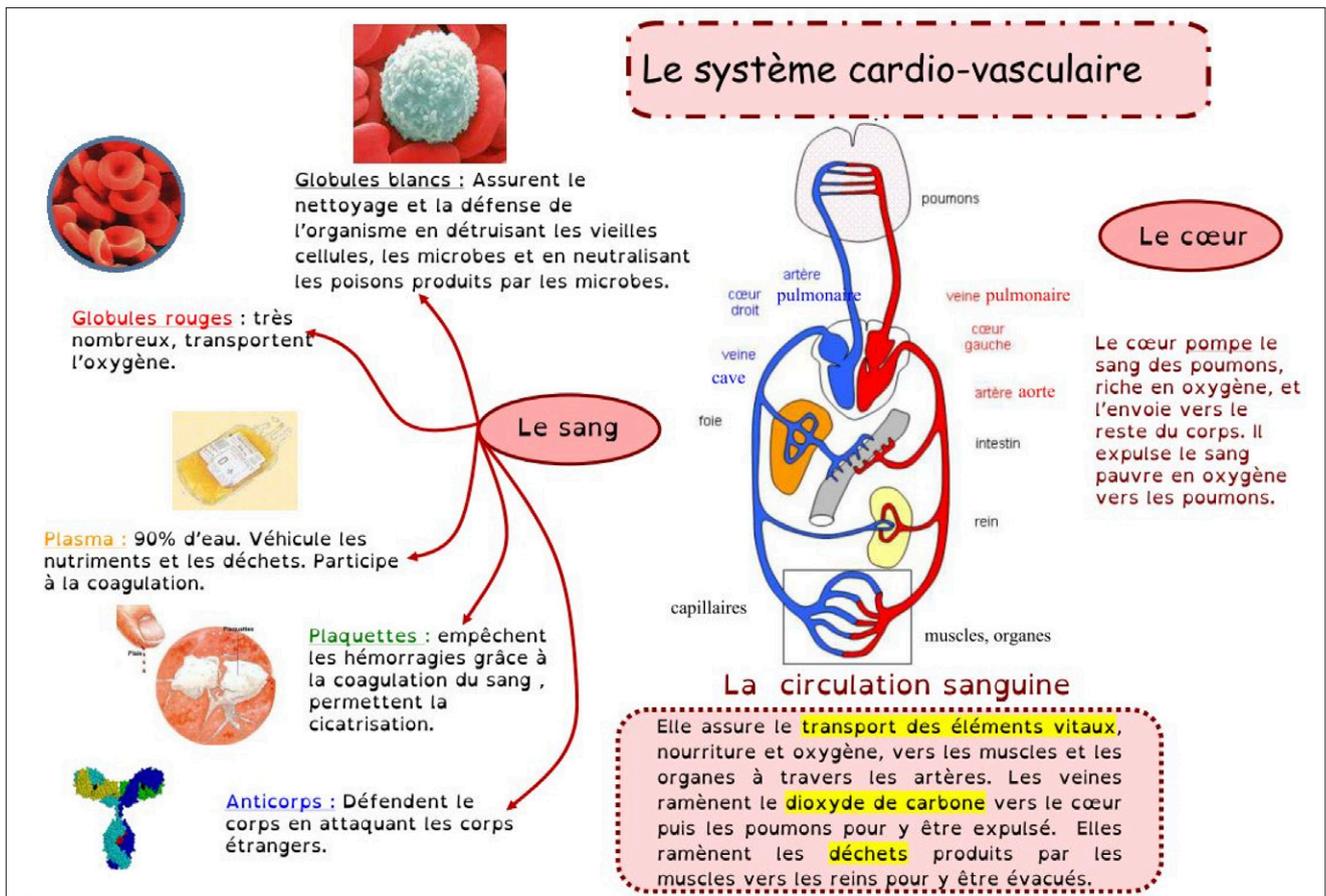
Les mouvements résultent de la contraction de certains muscles et du relâchement d'autres muscles.

Les muscles sont fixés sur les os. Lorsque le muscle se contracte, il diminue de longueur.

Le cœur est un muscle particulier qui bat sans arrêt tout au long de la vie.



# Le coeur et la circulation sanguine



## Le coeur

Pour que le sang circule, il faut qu'il soit poussé : c'est le rôle du coeur qui fonctionne comme une pompe et chasse le sang dans les artères. C'est un muscle creux, gros comme le poing.

Il bat 100 000 fois par jour.

Il possède 4 parties : 2 oreillettes et 2 ventricules.

Il est séparé en deux parties qui ne communiquent pas entre elles :

- Le coeur droit (**sang bleu**) expulse le sang chargé en gaz carbonique vers les poumons où il s'oxygène.
- Le coeur gauche (**sang rouge**) expulse le sang oxygéné dans tout le corps.

Notre coeur bat en permanence.

Si l'on court vite ou longtemps, notre coeur bat plus vite et plus fort. On le sent battre au milieu de sa poitrine. Le reste du temps, on ne sent pas les battements de notre coeur car ils sont moins forts et plus lents. Pourtant, notre coeur continue à battre régulièrement environ 70 fois par minute. Il est possible de mesurer le rythme cardiaque (le rythme des battements du coeur) en écoutant les battements avec un stéthoscope ou en prenant son pouls.

Source : SVT - Collège Dolomieu.

## Le sang

Le sang est composé de :

- globules blancs : assurent le nettoyage et la défense de l'organisme en détruisant les vieilles cellules, les microbes et neutralisent les poisons produits par les microbes;

- globules rouges : très nombreux ils transportent l'oxygène. ils donnent le couleur rouge au sang;
- plasma : composé à 90% d'eau, il transporte les nutriments et les déchets et il participe à la coagulation du sang;
- plaquettes : empêchent les hémorragies grâce à la coagulation du sang et permettent la cicatrisation;
- anticorps : défendent le corps et attaquent les corps étrangers.

Le sang est composé de cellules fabriquées par la moëlle des os : chaque jour naissent des milliards de globules rouges, de globules blancs et de plaquettes.

Ces cellules baignent dans un liquide presque incolore nommé plasma.

Environ 3 litres de sang circulent dans le corps d'un enfant de 11 ans et 5 litres dans le corps d'un adulte.

## Les vaisseaux sanguins

L'appareil circulatoire est formé de deux types de vaisseaux sanguins.

Les artères partent du coeur et emmènent le sang dans tout le corps (dans la tête comme dans les organes).

Les veines au contraire, ramènent le sang au coeur.

La taille des vaisseaux sanguins varie de la taille du petit doigt à celle d'un cheveu (entre les deux, tous les diamètres sont possibles).

Les vaisseaux les plus fins sont les capillaires.

# Le système respiratoire

On respire en permanence, même quand on dort.

On gonfle la poitrine pour remplir les poumons d'air : c'est **l'inspiration**.

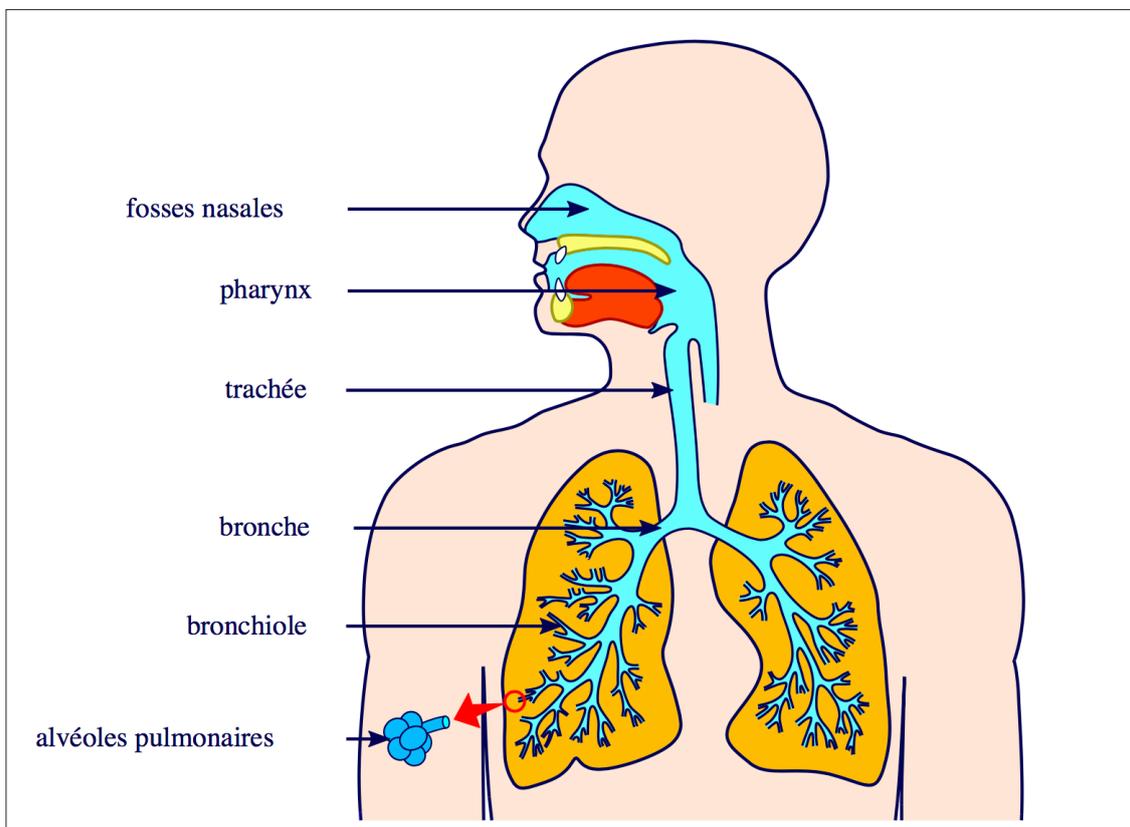
On dégonfle sa poitrine pour vider ses poumons : c'est **l'expiration**.

Les rythmes du coeur et de la respiration se modifient en fonction de nos activités. Ils sont lents au repos et s'accroissent pendant un effort : on a chaud et on transpire. Après un effort, les rythmes ralentissent : c'est la récupération.

**La respiration** se manifeste extérieurement par des mouvements réguliers : inspiration et expiration. Le rythme de la respiration peut varier en fonction de l'activité. L'air entre dans les deux poumons par la trachée-artère, les bronches et va dans des petits sacs très nombreux, les alvéoles pulmonaires (grande surface d'échanges). L'air qui ressort des poumons est différent de l'air qui entre ; l'air est modifié pendant que nous respirons. Au niveau des alvéoles, le dioxygène passe dans le sang pour être distribué à tous les organes et inversement le dioxyde de carbone est rejeté comme un déchet. La respiration sert à fabriquer de l'énergie.

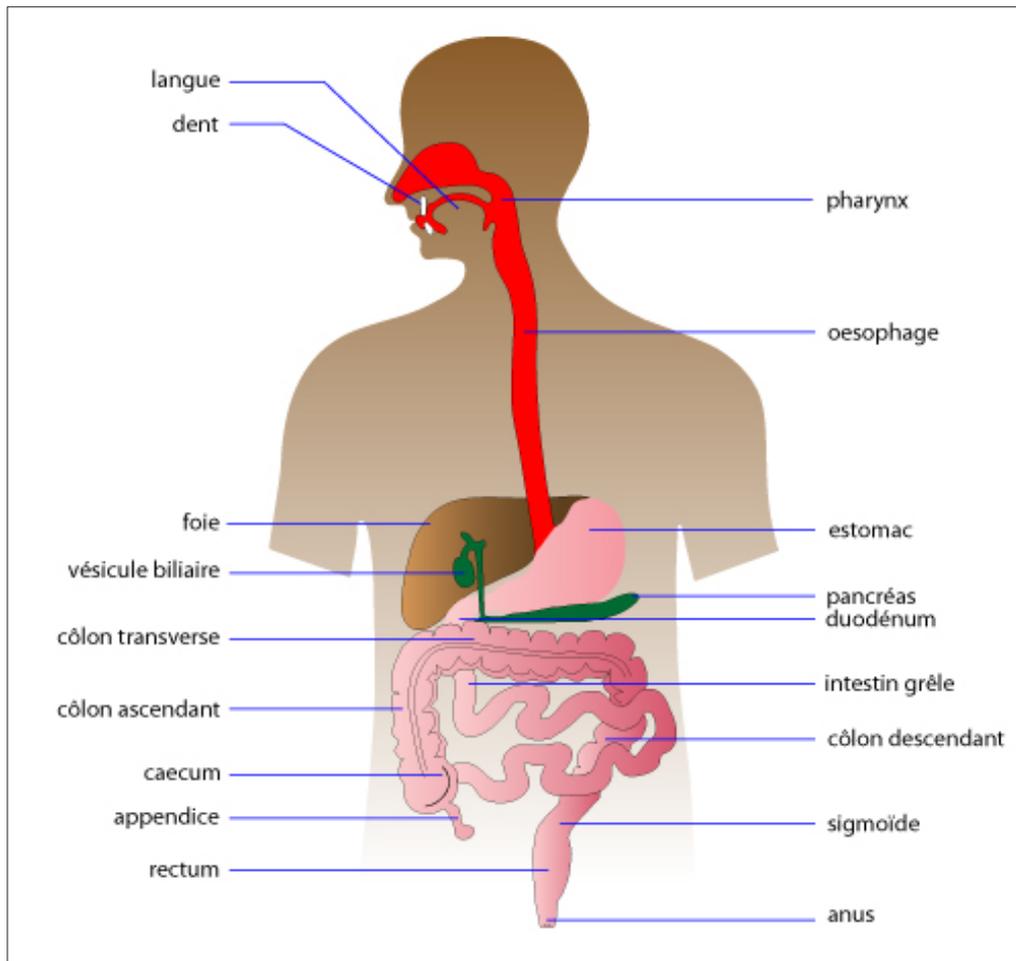


[http://pacomeleon.re/wordpress/?page\\_id=383](http://pacomeleon.re/wordpress/?page_id=383)



Source : <http://www.vivelessvt.com/college/respiration/>

## Les systèmes digestif et urinaire



Lorsque nous mangeons des aliments, nous les mettons dans notre **BOUCHE** et nous les déchiquetons en les mastiquant à l'aide de nos dents. Nos **GLANDES SALIVAIRES** produisent alors un liquide, la **SALIVE**, qui vient se mélanger à nos aliments. Elle débute la digestion et facilite le passage de la nourriture dans l'oesophage vers l'estomac en enduisant celle-ci d'un lubrifiant (sorte d'huile).

Ensuite, la nourriture descend le long de l'**OESOPHAGE**. Ce dernier est composé d'anneaux qui se contractent et qui font descendre la nourriture vers l'**ESTOMAC**. Arrivée dans l'**ESTOMAC**, la nourriture est aussitôt malaxée, pétrie (comme dans une lessiveuse ou un séchoir).

D'autres agents interviennent dans la transformation de la nourriture : les **SUCS GASTRIQUES** qui ont pour mission de dégrader la nourriture pour la réduire en une sorte de bouillie.

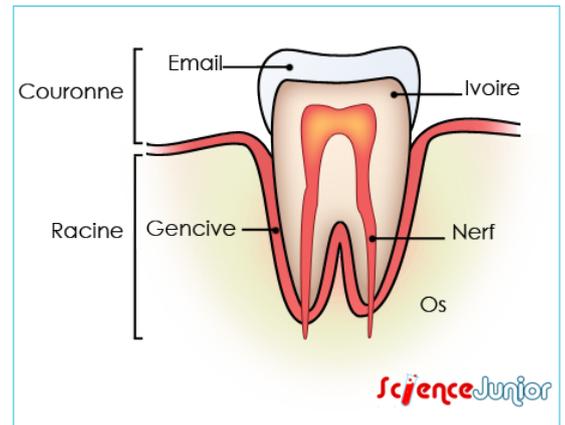
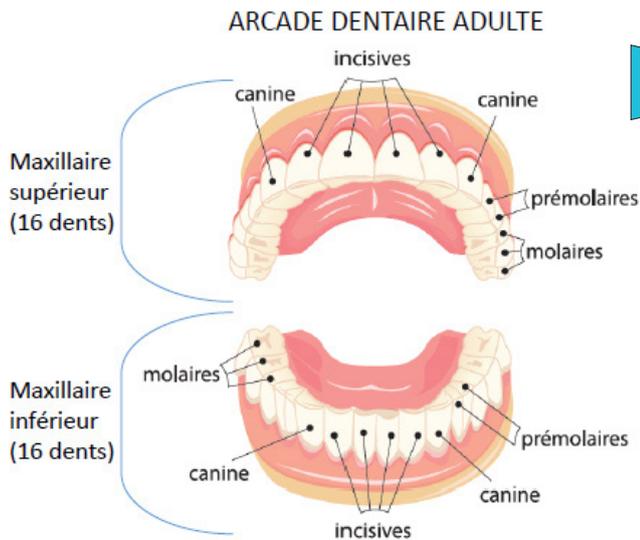
Une fois la bouillie prête, l'estomac en libère une petite quantité pour un long voyage à travers les **INTESTINS**.

Première étape, l'**INTESTIN GRÊLE**. C'est à cet endroit que l'essentiel de la digestion se produit. Les parois de l'intestin sont des membranes (comme des racines qui poussent vers l'intérieur) qui vont puiser dans la bouillie l'énergie et les **NUTRIMENTS** (aliments digérés) dont le corps a besoin pour fonctionner. Ces membranes sont connectées directement au système sanguin, l'énergie passe donc directement dans le sang et se distribue à tous les organes du corps.

Ce qui reste de la bouillie poursuit son chemin vers le **GROS INTESTIN**. Celui-ci aspire les dernières traces liquides contenues dans la bouillie, le restant sera solidifié et entreposé dans le **RECTUM**. La matière solide (les selles) arrive enfin à destination : l'**ANUS** qui servira à évacuer les déchets solides restants.

Source : [http://www.larecre.net/fr/sciences/etre\\_humain/lecon\\_sur\\_notre\\_syste-me\\_digestif\\_Lecon.html#.W2sQ9i2EjnQ](http://www.larecre.net/fr/sciences/etre_humain/lecon_sur_notre_syste-me_digestif_Lecon.html#.W2sQ9i2EjnQ)

**Activité : Exercice pour reconstituer le système digestif.**



### Les dents

Les dents sont des organes durs, de couleur blanchâtre et implantés dans les os de mâchoire. Chez l'adulte elles sont au nombre de 32 alors que chez le jeune enfant elles sont au nombre de 20.

Les dents permettent de mâcher les aliments afin de les avaler et les digérer plus facilement. Il s'agit de la première étape de la digestion, une étape très importante puisque lorsqu'elle est bien faite, le reste de la digestion est plus facile, en particulier pour l'estomac.

Il existe quatre grands types de dents :

- Les incisives sont les dents de devant. Elles servent à couper les aliments.
- Les canines sont les petites dents pointues sur les côtés. Elles permettent de déchiqueter la viande.
- Les prémolaires qui servent à la mastication mais elles ont un rôle moins important que les molaires
- Les molaires sont les grosses dents du fond. Elles sont plates et permettent de broyer, d'écraser les aliments avant de les avaler.

Sources :  
<http://www.selarl-dr-bres-stephane.chirurgiens-dentistes.fr/conseils-physiologie-d-une-dent-5>  
<http://www.ufsbd.fr/espace-grand-public/espace-enfants/anatomie-et-fonction-de-la-dent/>  
<http://sciencejunior.fr/biologie/les-dents>

Le Messager d'Allah (Dieu) disait : « *Jamais le fils d'Adam (l'humain) ne remplit de récipient pire que son ventre. Il suffisait pourtant au fils d'Adam de quelques bouchées pour subvenir à ses besoins. Et même s'il lui en fallait absolument davantage, qu'il réserve donc le tiers de son estomac à son manger, l'autre tiers à sa boisson et le dernier tiers à sa respiration.* » (Rapporté par At-Tirmidhi).

**Activité : jeu en équipes : reconnaissance des dents.**

### Système urinaire

Le **rein** est un organe situé dans l'abdomen. Il assure la filtration du sang et la production d'urine, rendant plus sain l'organisme en général. Chez la plupart des hommes (et des mammifères), il y a deux reins. Dans cet organe passent beaucoup de vaisseaux sanguins (artères et veines).

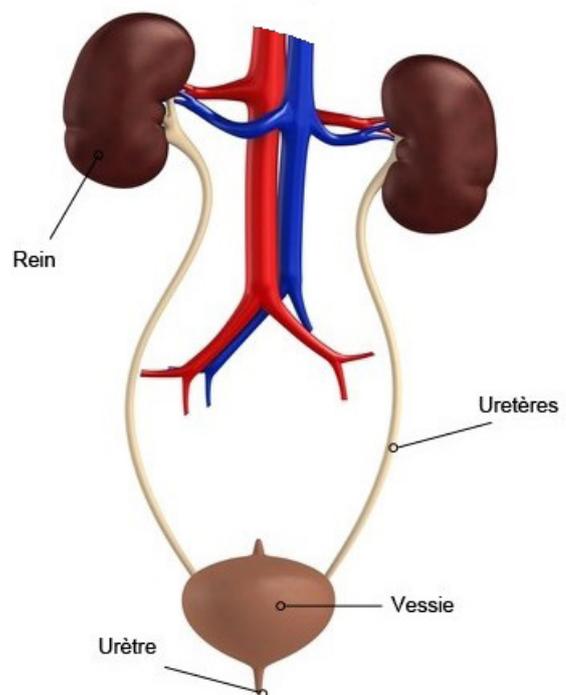
En un jour, 180 litres de sang sont filtrés par les reins.

L'urine est ensuite stockée dans la **vessie**.

Lorsqu'elle est pleine, elle envoie un message au cerveau, et cela nous donne l'envie d'aller aux toilettes pour uriner et se vider la vessie.

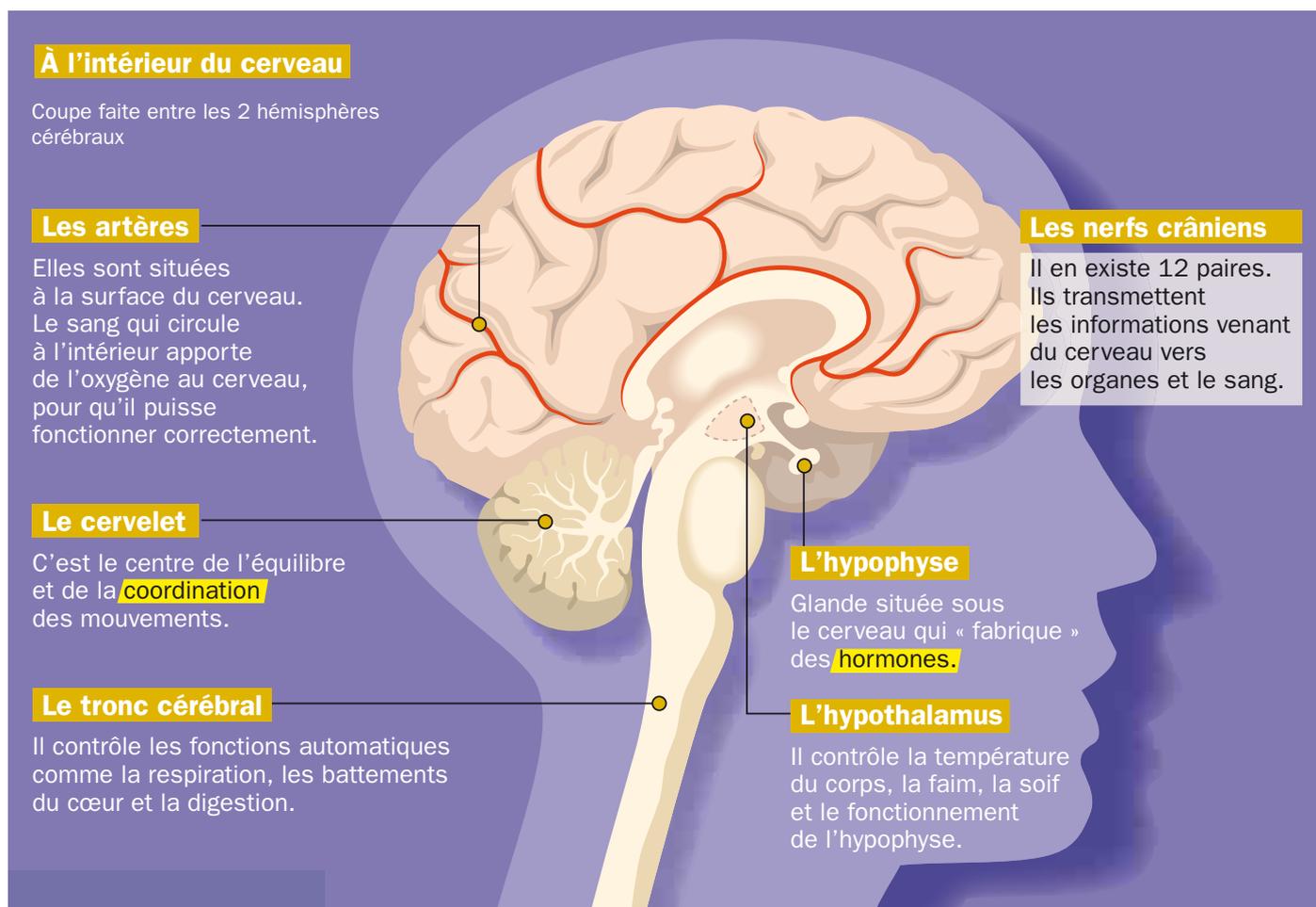
Un homme adulte rejette environ 1,5 litres d'urine par jour.

L'urine est composée à 95% d'eau.



Source : <http://soinfirmiere.e-monsite.com/pages/cours/ue-2-2/le-sys-teme-urinaire/le-systeme-urinaire.html>

# Le cerveau



Le cerveau est situé dans la boîte crânienne. C'est un organe essentiel au fonctionnement du corps humain puisqu'il commande toutes les fonctions vitales :

- respirer,
- marcher,
- courir,
- digérer,
- voir,
- sentir,
- entendre,
- parler,
- apprendre,
- se souvenir,
- ressentir,
- etc.

Le cerveau est constitué de près de 100 milliards de neurones (cellules nerveuses) et est composé de 2 parties (hémisphères gauche et droit).

C'est grâce au cerveau que notre corps agit, que nous sommes capables de voir, d'entendre, de sentir, de comprendre, de lire, de méditer, de parler, de ressentir, etc....

Allâh a dit : *«Voilà comment Allâh vous explique les signes. Peut-être méditez-vous sur ce bas monde et sur la vie future».*

(Coran 2, verset 219)

## Le sommeil

Le sommeil est le moment pendant lequel on dort. Lorsqu'on dort, on perd conscience de notre entourage.

Un homme va passer 1/3 de sa vie à dormir. Lorsqu'on est jeune, on a besoin d'environ 10 heures de sommeil par nuit. Pour l'adulte, c'est 8 heures. Enfin, une personne âgée n'a besoin que d'environ 6 heures de sommeil.

Le cerveau a besoin de repos, pour se régénérer. Si on prive une personne de sommeil, elle peut tomber gravement malade.

Pendant le sommeil, beaucoup de fonctions du cerveau et du corps restent actives. Les muscles, au repos pendant le sommeil, se régénèrent et éliminent les déchets. C'est au milieu de la nuit que le corps d'un enfant ou d'un adolescent grandit le plus.

Et pendant la phase du sommeil profond, le cerveau trie et stocke les informations de la journée vers la mémoire à long terme. C'est obligatoire pour pouvoir apprendre.

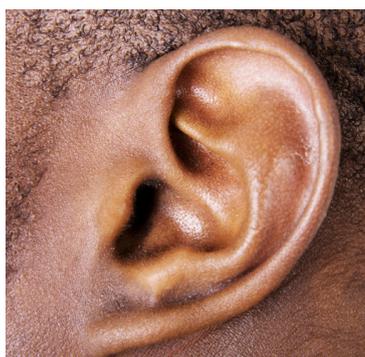
Source : <https://fr.wikidia.org/wiki/Sommeil>

Quand Dieu dit : *«Dieu prend les Nafs au moment de leur mort, ainsi que celle qui n'est pas morte, lors de son sommeil. Il retient alors celle à propos de qui Il a décrété la mort et renvoie l'autre jusqu'à un terme fixé»* (Coran 39, verset 42), il s'agit des *Rûh*.

Le Prophète (saws) dormait plusieurs fois par jour : il faisait une sieste l'après-midi et la nuit, il se réveillait pour prier et pour la prière du Fajr.

Il faut se coucher sur son côté droit et ne pas oublier de faire les *doua's* de la nuit avant de dormir. Si on se réveille pendant la nuit, on récite le Verset du Trône (*ayat al kursî*) avant de se rendormir.

## Les 5 sens



Sources photos :

[https://www.sciencesetavenir.fr/sante/ophtalmo/l-oeil-un-ecosysteme-qui-se-nourrit-de-ses-propres-dechets\\_117507](https://www.sciencesetavenir.fr/sante/ophtalmo/l-oeil-un-ecosysteme-qui-se-nourrit-de-ses-propres-dechets_117507)

<https://www.avogel.fr/blog/pourquoi-le-nez-se-bouche/>

<https://www.rougeframboise.com/sante/9-indications-donne-langue-sante/2>

<http://medecinsansrendezvous.telequebec.tv/articles/46-labc-de-loreille>

<https://www.pinterest.co.uk/pin/425308758551733798/>

Nous percevons le monde qui nous entoure grâce à nos sensations. **Les sensations** sont les informations que nous donnent nos organes sensoriels : les yeux, les oreilles, la langue, le nez, la peau. Ils agissent comme des capteurs.

Même si un même **stimulus** va déclencher chez nous tous une réaction (par exemple la chaleur du feu ou le goût du sucre), nous n'allons pas forcément ressentir les choses de la même manière. Nous pouvons aimer ou ne pas aimer. Comme pour le goût des aliments ou les parfums par exemple.

### La vue

C'est le sens par lequel nous percevons les mouvements, le relief et les couleurs du monde qui nous entoure. « **Et Allâh vous a fait sortir des ventres de vos mères, dénués de tout savoir, et vous a donné l'ouïe, les yeux et les coeurs (l'intelligence), afin que vous soyez reconnaissants.** » (Coran An-Nahl, verset 78)

### L'ouïe

C'est le sens par lequel nous percevons les sons. On parle aussi d'audition. « **Et c'est Lui qui a créé pour vous l'ouïe, les yeux et les coeurs. Mais vous êtes rarement reconnaissants.** » (Coran Al-Muminun, verset 78)

Allâh *Azza wa Jall* nous a pourvu de sens pour que nous puissions nous adapter à notre environnement, anticiper, réagir de la bonne manière en cas de danger.

Par exemple une mauvaise odeur peut nous alerter sur un danger comme par exemple un incendie.

### L'odorat

C'est le sens par lequel nous percevons les odeurs. Dans notre nez, il y a 1 000 différents **récepteurs olfactifs**. Avec ces derniers, nous pouvons percevoir plus de 10 000 odeurs.

### Le goût

C'est le sens par lequel nous percevons les goûts et les saveurs des aliments. Dans la langue, les cellules réceptrices du goût sont renouvelées tous les 10 jours. La **saveur** c'est le goût caractéristique d'un aliment ou d'une boisson. Il y en a quatre : le sucré, le salé, l'acide et l'amer.

### Le toucher

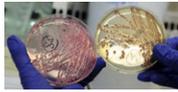
C'est le sens qui nous permet de percevoir les consistances et la chaleur des objets. Il y a des choses agréables à toucher (ex : le pelage d'un chaton, l'eau) ou désagréables (ex : les épines d'un cactus, une poêle brûlante).

**Activité : Classer des photos selon le sens que l'objet représenté met en oeuvre.**

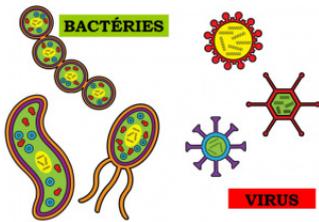
# Le système immunitaire



C'est quoi les microbes?



Un microbe est un minuscule être vivant qu'on ne peut voir qu'au microscope à travers des pétris.



Fourmi

• microbe

Parmi les microbes on trouve des bactéries, des virus et des champignons microscopiques



Les champignons apparaissent à cause d'une mauvaise hygiène

Il y a des bactéries bonnes et d'autres mauvaises pour ton corps

Le mot virus signifie « poison » il contamine le corps et te rend malade

Source : <http://lutinbazar.eklablog.com>

Allâh nous a doté d'un formidable système de défense ! C'est ce qu'on appelle le système immunitaire.

*«C'est Lui Allâh, le Créateur, Celui qui donne un commencement à toute chose, le Formateur. A Lui les plus beaux noms. Tout ce qui est dans les cieux et la Terre Le glorifient. Et c'est Lui le Puissant, le Sage.»* (Coran 59, verset 24)

Le système immunitaire est l'ensemble des défenses d'un organisme, l'Homme par exemple, qui lui permet de reconnaître ce qui appartient à son corps de ce qui lui est étranger.

Quand un microbe, bactérie ou virus, passe dans le sang, à travers une blessure par exemple, le système immunitaire le reconnaît comme un corps étranger et le détruit. Les molécules qui se fixent sur lui s'appellent les **anticorps**.

- La peau sert de rempart entre notre environnement et l'intérieur de notre corps, nos organes, nos muscles, nos os... Elle nous protège par exemple des millions de micro organismes qui peuplent la Terre, jusque dans nos maisons, tels que les accariens, les microbes et les bactéries.
- Notre nez participe à filtrer les microbes qui rentrent dans nos poumons en les piégeant dans nos sécrétions nasales.
- Dans l'estomac, un suc gastrique très acide permet aussi de détruire certaines bactéries.

Selon un hadîth célèbre : *« Allâh n'a pas fait descendre sur terre une maladie, sans lui faire descendre un remède. Soignez-vous ! »*

Le Messager d'Allâh (saws) dit : *« Tu vois constamment les croyants dans leur compassion, leur amour et leur bienveillance, tel un seul corps, qui, dès que l'un de ses organes se plaint, les autres organes se mobilisent et accourent pour l'assister dans la veille et la fièvre. »* (Rapporté par Al-Bukhârî)

Avec les germes et les virus, Allâh nous rappelle que nous sommes vulnérables face à ces minuscules créatures, apportant la maladie voire la mort. C'est une épreuve et seul Lui peut nous protéger et nous guérir.

Allâh nous invite à prendre soin de notre corps, à avoir une vie saine, sans drogue, sans alcool, sans choses *haram* et sans excès.

*«Et mangez et buvez; et ne commettez pas d'excès, car Il [Allâh] n'aime pas ceux qui commettent des excès.»* (Sourate Al A'raf, verset 31)

Il faut aussi se laver régulièrement le corps et les dents.

L'eau permet de nous laver et de nous purifier le corps et l'âme (pendant les ablutions).

Source : [https://fr.wikidia.org/wiki/Système\\_immunitaire](https://fr.wikidia.org/wiki/Système_immunitaire)



### La pudeur

Prendre soin de son corps c'est aussi le préserver du regard inconvenants des autres. Cela fait partie de la pudeur.

Les hommes et les femmes doivent respecter des règles de pudeur. Ou encore : « *Dis... aux femmes des croyants de se couvrir de leurs voiles. C'est pour elles le meilleur moyen de se faire connaître et de ne pas être offensées.* » (Coran Al-Azhab, verset 59).

### La reproduction

Tous les hommes naissent d'un homme et d'une femme (en dehors des prophètes Adam, de Hawwa et du prophète 'Isâ).

Une femme porte un bébé dans son ventre pendant 9 mois.

« *Allâh sait ce que porte chaque femelle, et de combien la période de gestation dans la matrice est écourtée ou prolongée. Et toute chose a auprès de Lui sa mesure.* » (Coran Ar-Rad, verset 8)

C'est parce que l'homme et la femme n'ont pas les mêmes rôles que leur corps est différent. Les hommes ont besoin d'être grands et forts, ils doivent travailler et défendre leur famille et leur communauté. Les femmes portent les enfants dans leur ventre, elle les nourrissent et elles s'en occupent.

### La croissance

Tout au long de sa vie, le corps humain se transforme, ses cellules se renouvellent, il grandit pendant l'enfance et l'adolescence, puis il vieillit et ses cellules se régénèrent moins rapidement.

Le bébé grandit très vite. Sa taille double entre la naissance et l'âge de 3 ans. Vers 12 ans, l'enfant est 3 fois plus grand qu'à sa naissance. Ce sont les os qui grandissent et s'allongent jusqu'à l'âge adulte, surtout ceux des jambes et des bras.

La croissance s'arrête à l'adolescence : l'adulte ne grandit plus.

### La mort

Tous les hommes naissent et meurent. Soit de vieillesse, soit d'une autre cause, décidée par Allâh.

Seul le prophète 'Isâ, *'alayhi salâm*, n'est pas encore mort, il est monté au Ciel et reviendra avant la fin du monde.

Le musulman sait que « *Dieu fait vivre et fait mourir* » (Coran An-Najm, verset 44) et que « *Toute âme goûtera la mort* » (Coran Al-Ankabut, verset 57).

Le hadîth l'atteste : « *Celui dont les dernières paroles seront "Il n'y a de divinité que Dieu", ira au Paradis.* »

**ALLÂH** - (Celui qui est Le Dieu, le seul qui mérite l'adoration et à qui on se soumet si on ne veut pas être puni) est :

**AL-AHAD** - Celui qui est Unique

**AL-'ALLÂM** - Celui qui sait tout au point de connaître ce que personne ne sait, ce que personne ne voit ni n'entend

**AL-'ALÎM** - Celui qui sait tout et d'une manière parfaite

**AL-'AZÎZ** - Celui qui est le Tout-Puissant, que personne ne peut forcer ou bloquer

**AL-'AZZ** - Celui qui est le Tout-Puissant, au-dessus de tous

**AL-FÂTIR** - Celui qui crée les créatures qu'Il veut, comme Il veut, quand Il veut

**AL-HAYY** - Celui qui a une vie parfaite

**AL-KABÎR** - Celui qui est le Très-Grand

**AL-KHÂLIQ** - Celui qui crée

**AL-MÂLIK (MÂLIK-UL-MULK)** - Celui qui possède Sa création et qui en fait ce qu'Il veut

**AL-MALÎK** - Celui qui crée et organise comme Il veut tout ce qui existe, de la plus petite à la plus grande créature

**AL-MUSAWWIR** - Celui qui donne l'aspect et l'apparence à chaque créature de l'intérieur et de l'extérieur

**AL-MUQÎT** - Celui qui protège Sa créature et lui donne de quoi manger

**AL-MUHAYMIN** - Celui qui connaît et qui organise tout ce qui concerne Ses créatures, qui sait ce qu'elles font

**AL-MUHYÎ** - Celui qui fait vivre, qui redonne la vie

**AL-MUQTADIR** - Celui qui est Très-Puissant sur toute chose, que rien ne peut affaiblir

**AL-MUHSIN** - Celui qui fait parfaitement tout ce qu'il fait

**AL-QAHHÂR** - Celui qui domine, qui est Tout-Puissant à soumettre Sa création à Sa volonté

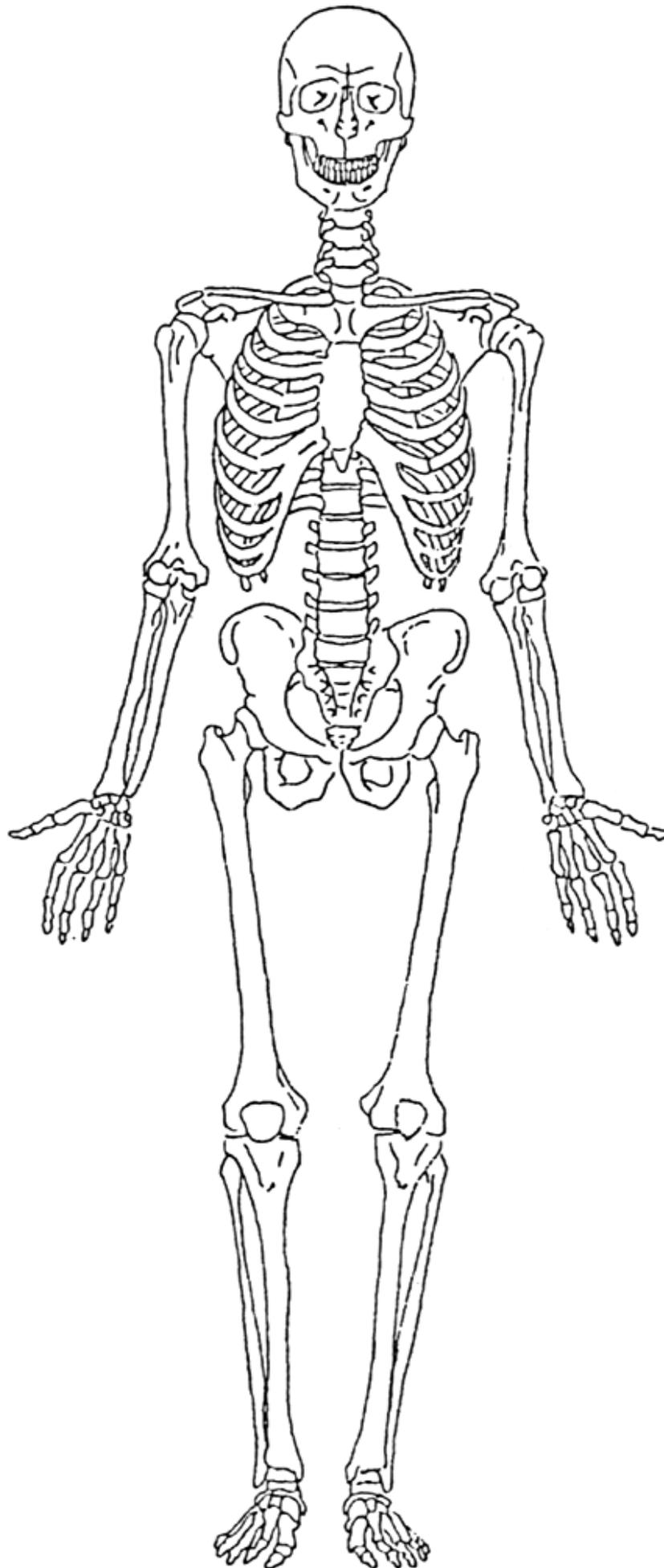
**AL-QÂHIR** - Celui qui domine tout et toutes Ses créatures

**AR-RAZZÂQ** - Celui qui a créé la créature et qui lui distribue tout ce dont elle a besoin

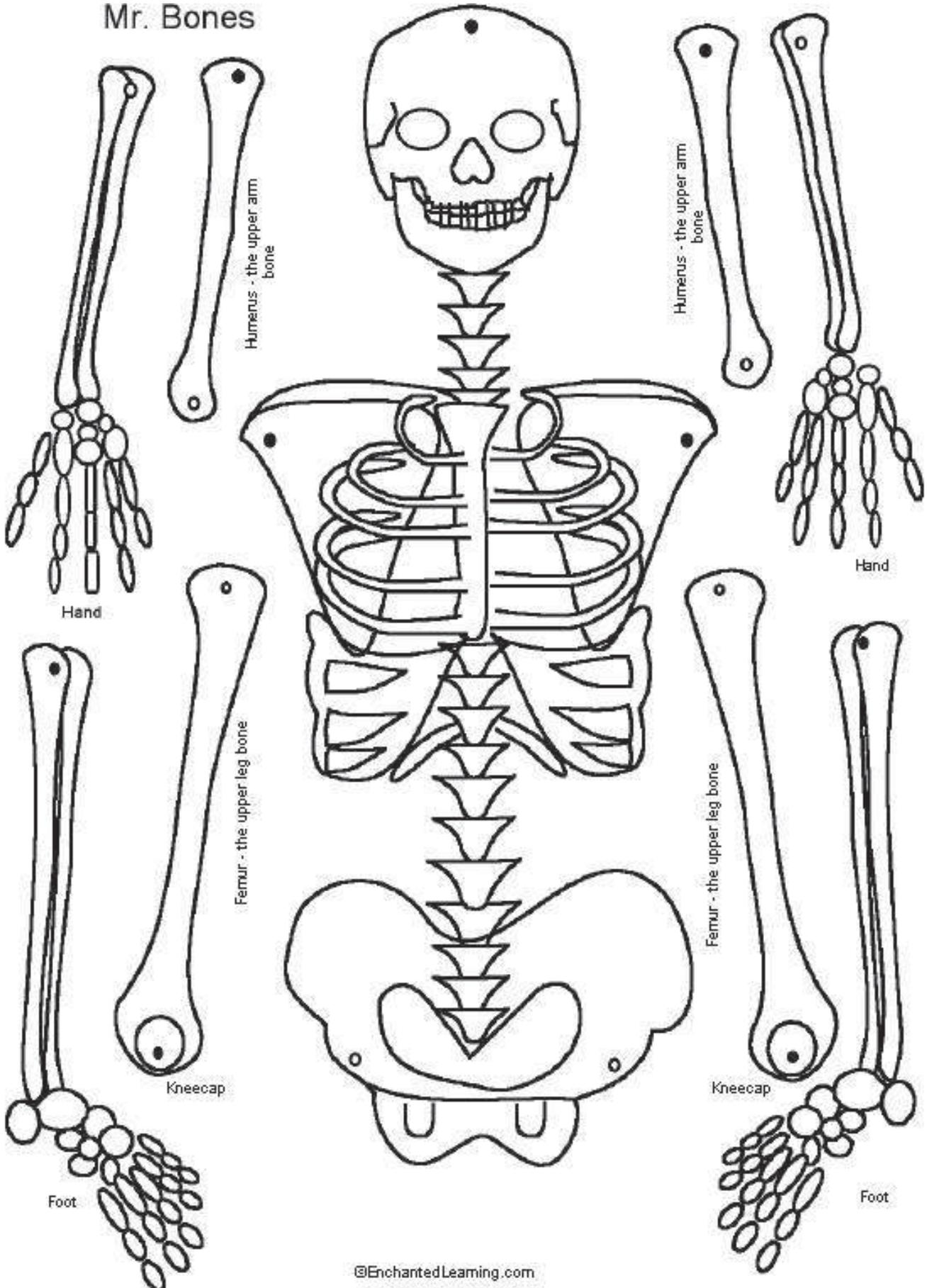
**AR-RAFIK** - Celui qui soutient Sa créature pour la faire progresser petit à petit, avec douceur

**AS-SAMAD** - Celui qui est parfait et qui n'a besoin de rien et de personne mais dont tout le monde a besoin pour tout

# Le squelette

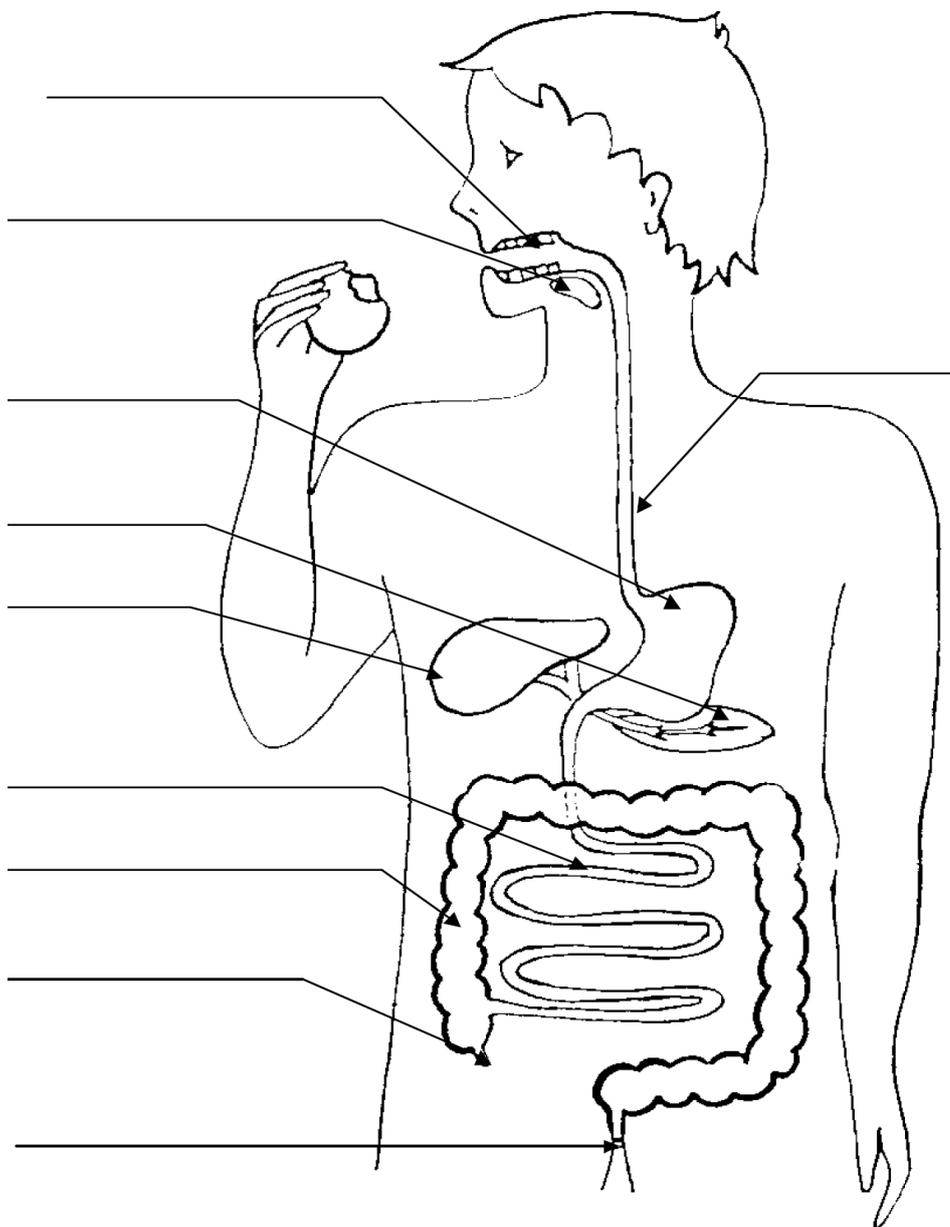


# Mr. Bones



©EnchantedLearning.com

## Le système digestif



**Relie les points. Puis numérote les pastilles dans le bon ordre.**

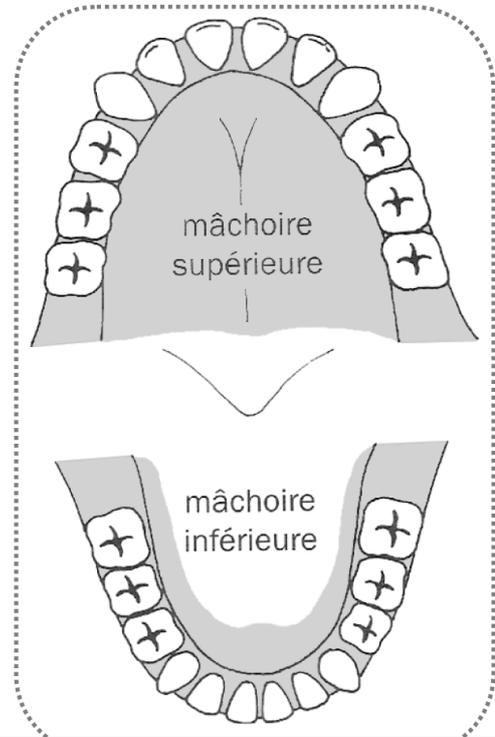
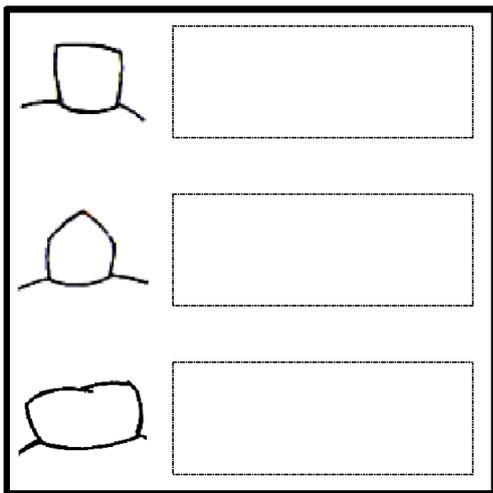
- |   |   |  |
|---|---|--|
| <input type="radio"/> Dans la bouche        | • | • la partie utile au corps passe dans le sang.       |
| <input type="radio"/> Dans l'intestin grêle | • | • les aliments sont écrasés et mouillés de salive.   |
| <input type="radio"/> Dans le gros intestin | • | • les aliments sont réduits en bouillie.             |
| <input type="radio"/> Dans l'estomac        | • | • la partie inutile s'accumule avant d'être rejetée. |

# Les dents

## Les dents

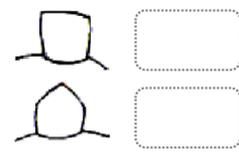
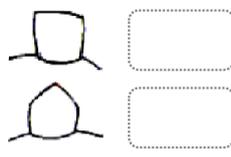
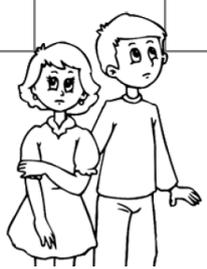
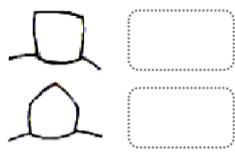
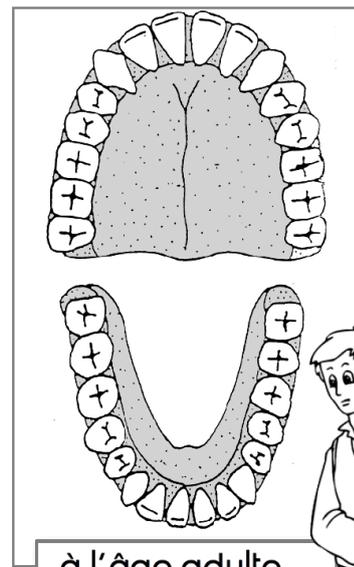
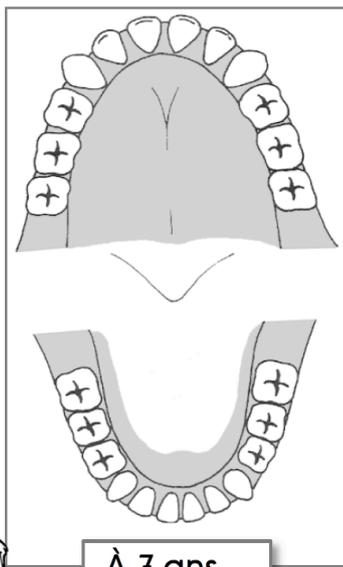
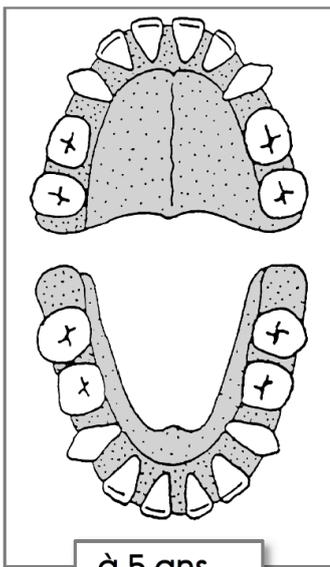
Fiche 2

**1** Complète la légende.  
Puis colorie les dents sur le schéma selon cette légende.



Dentition de l'enfant à 7 ans

**2** Complète avec le nombre de dents de chaque sorte.



# Les 5 sens

Activité : Classer des photos selon le sens que l'objet représenté met en oeuvre

