Fruits et légumes

Activité

Ressource:
Ressource d'apprentissage de la petite enfance

Année(s): Petite enfance

Contenus d'apprentissage

7.1, 7.2, 8.2, 9.1, 9.3

Consultez le ***Programme de la maternelle et du jardin d'enfants, 2016***, pour connaître les contenus d'apprentissage au complet.

Résultats d'apprentissage

À la fin de l'activité, les enfants peuvent :

- commencer à comprendre les effets d'une vie saine sur le corps.
- apprécier les avantages des aliments nutritifs.
- démontrer un contrôle des petits muscles lors d'activités proposées dans plusieurs centres d'apprentissage.

Matériaux

- Images de fruits et de légumes
- **Fiche anecdotique d'apprentissage de la petite enfance**

Consignes de sécurité

Inspectez l'aire de jeu pour déterminer que l'adhérence est sécuritaire et éliminer les dangers potentiels. Indiquez clairement les limites de l'activité et gardez une distance sécuritaire entre l'aire de jeu et les meubles/murs. Rappelez aux enfants de se déplacer prudemment et de respecter l'espace personnel.

Évaluation

Observez les enfants qui démontrent leur compréhension des choix d'aliments sains et nutritifs en utilisant et en contrôlant leurs petits muscles. Inscrivez vos observations sur la fiche anecdotique.

Collation

- Animez un remue-méninges pour identifier plusieurs fruits et légumes. Discutez des différences et des ressemblances entre les fruits et les légumes. Identifiez ces aliments comme des choix de collations saines.
- Fabriquez des cartes avec des images de fruits et de légumes (prévoyez une carte par élève). Indiquez qu'un côté de l'aire de jeu est un jardin de légumes et que l'autre côté est un verger de fruits. Placez les cartes des fruits et des légumes face cachée sur le plancher.
- Au signal COLLATION : Les enfants doivent se déplacer comme un animal familier (p. ex. serpent, ours, papillon), puis choisir une carte, la regarder et décider si elle doit être placée dans le jardin de légumes ou dans le verger de fruits.

On se ressemble

Chaque enfant tient une carte de fruit ou de légume dans ses mains. Au signal, les enfants regardent leur carte et celles des autres enfants et se regroupent selon les catégories annoncées par l'enseignant (p. ex. légumes verts, fruits rouges, fruits jaunes, etc.).

Notes pour l'équipe pédagogique

- Vous trouverez facilement des photos de fruits et de légumes dans les circulaires des épiceries.
- À l'extérieur, les cartes peuvent être protégées par des sacs de plastique.

- Les enfants peuvent choisir leur fruit préféré et leur légume préféré parmi les cartes et discuter des raisons qui motivent leur choix.

Questions pour prolonger et améliorer le jeu

- Pourquoi est-il important de choisir de manger des fruits et des légumes comme collation?
- Quels sont les avantages de manger des fruits et des légumes?
- Quel animal as-tu aimé imiter le plus et quels muscles (parties du corps) as-tu utilisés pour bouger comme cet animal?