

LES FRUITS ET LES LÉGUMES POUSSENT-ILS EN TOUTES SAISONS ?

ÂGES : 5-8 ans

OBJECTIF : Comprendre qu'il y a des saisons pour les fruits et légumes

PARCOURS ERE :

- Découvrir
- Comprendre
- Développer l'esprit critique
- Se positionner
- Agir
- Participer
- Évaluer

DESCRIPTIF : Au supermarché, on trouve de tout tout le temps. Et pourtant... les fruits et les légumes ont des saisons de prédilection ! Découvrons-les de manières ludique et sensorielle.



ACTIVITÉ 1 : AU MARCHÉ DES 5 SENS

“Je suis allé-e au marché ce matin et voici ce que j'ai pu y trouver”. Apporter un panier de fruits et des légumes de toutes sortes (sans distinction de saison) et les faire découvrir sensoriellement aux enfants. Les placer individuellement dans des sacs opaques et faire décrire ce qu'ils touchent avec leurs mains, leur faire sentir les fruits et légumes les yeux bandés, leur faire écouter les sons des fruits et légumes en les frottant, les secouant, en les faisant rouler sur une table, leur faire goûter à l'aveugle... Si vous en avez l'occasion, aller sur un marché avec les enfants.

SOURCE:

Pour aller plus loin :

Quelles couleurs nous donnent envie de manger?

https://www.alterrebourgognefranchecomte.org/_depot_alterrebourgogne/_depot_arko/articles/124/guidepeda-alimresp-fiche-2-quelles-couleurs..._doc.pdf (https://www.alterrebourgognefranchecomte.org/_depot_alterrebourgogne/_depot_arko/articles/124/guidepeda-alimresp-fiche-2-quelles-couleurs..._doc.pdf)

Jeu de reconnaissance d'odeurs

https://www.alterrebourgognefranchecomte.org/_depot_alterrebourgogne/_depot_arko/articles/125/guidepeda-alimresp-fiche-3-kim-odeur_doc.pdf (https://www.alterrebourgognefranchecomte.org/_depot_alterrebourgogne/_depot_arko/articles/125/guidepeda-alimresp-fiche-3-kim-odeur_doc.pdf)

ACTIVITÉ 2 : COMMENT ÇA POUSSE?

Identifier les différents fruits et légumes et les nommer, éventuellement se questionner sur la notion de fruit

et de légume, réfléchir aux endroits où poussent les fruits et les légumes (arbre, plantes, terre...) pour ensuite les classer selon qu'ils soient cultivés en Belgique ou pas (pour ce faire, mettre à disposition des enfants des documentaires et ressources adaptées sur le sujet. Prolonger l'activité avec l'outil "La ronde des saisons".

source:

Fruit ou légume? Graines de casserole !

http://www.hypothese.be/upload/files/brochure_graine_casserole.pdf (http://www.hypothese.be/upload/files/brochure_graine_casserole.pdf)

La ronde des saisons

<http://www.environnement.brussels/thematiques/alimentation/lecole/outils-pedagogiques-theme-alimentation> (<http://www.environnement.brussels/thematiques/alimentation/lecole/outils-pedagogiques-theme-alimentation>)

ACTIVITÉ 3 : LE JEU DES FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON

Imprimez, plastifiez et découpez les éléments du jeu. Les quatre grandes cartes des saisons sont placées au milieu des enfants. Toutes les cartes des fruits et des légumes aussi, le dessin de légume/fruit sur la face. Dans un petit sac opaque, placez les quatre petites cartes des saisons. Le-la premier-ère joueur-euse tire une carte « saison ». Il-elle doit choisir parmi les cartes un légume/fruit de cette saison. S'il-elle réussit (la réponse est au dos de la carte), il-elle la place sur une des cases de la « Grande carte des saisons » correspondante. S'il-elle échoue, il-elle tire une carte « Epouvantail », la place au milieu et repose la carte légumes/fruits, pour qu'un-e autre joueur-euse puisse la reprendre. Le-la deuxième joueur-euse et les suivant-e-s jouent de la même façon. Pour gagner tou-te-s ensemble, il faut avoir placé tous les légumes/fruits avant que l'épouvantail ne soit reconstitué, sinon tou-te-s les joueur-euse-s ont perdu.

source:

https://www.alterrebourgognefranche.comte.org/_depot_alterrebourgogne/_depot_arko/articles/139/guidepeda-alimresp-fiche-19-fruits-et-legumes-de-saison_doc.pdf

ACTIVITÉ 4 : PASSER À L'ACTION

Elaborer avec les enfants un calendrier des fruits et légumes de saison (ex : 4 posters des saisons reprenant les principaux fruits et légumes, un grand poster reprenant chaque mois les légumes et fruits de saison...) ;
Élaborer des recettes de saison à partir des recettes préférées des enfants et organiser un goûter de saison (ou simplement une salade de fruits de saison).

source:

Calendrier des fruits et légumes de saison de Belgique - Nature & Progrès

<https://www.province.namur.be/documents/fichier/1/333>

[/20140311_154402calendrier_fruits_et_legumes_wallons_\(affiche\)_nature_&_progres.pdf](https://www.province.namur.be/documents/fichier/1/333/20140311_154402calendrier_fruits_et_legumes_wallons_(affiche)_nature_&_progres.pdf)

(<https://www.province.namur.be/documents/fichier/1/333>

[/20140311_154402calendrier_fruits_et_legumes_wallons_\(affiche\)_nature_&_progres.pdf](https://www.province.namur.be/documents/fichier/1/333/20140311_154402calendrier_fruits_et_legumes_wallons_(affiche)_nature_&_progres.pdf))

Créé avec www.droledplanete.be