

outil 81

Age : 6 - 9 ans

Les goûters

*Objectif : exercice de prise de conscience
de la notion de santé préventive
par une bonne alimentation.
Etre conscient de la valeur nutritive
de certains aliments.
Etre capable de mettre en pratique
sa connaissance.*

*Description:*

- a) Chaque enfant raconte son goûter. L'animateur (-trice) note au tableau les produits consommés.
- b) La classe divise en 2 colonnes les aliments à :
éviter/ rechercher
en expliquant son choix.
On complète les 2 colonnes par d'autres produits, non cités précédemment par les enfants.
- c) L'animateur (-trice) propose de préparer en classe un bon goûter...
Exemple: -salade de fruits et fromage blanc
-yaourts frais en classe
-flan vanille
... qui sera consommé et apprécié en classe.
- d) L'animateur doit justifier les choix par une information appropriée.

Commentaires:

- source: "le jeune consommateur à l'école maternelle"
("la santé", p. 66 et ss.)
- pour mettre en évidence les réalisations culinaires des enfants et leur donner une chance de suite à domicile, on peut imaginer une invitation aux parents.
Mangez en classe avec vos élèves, vous les aiderez à prendre conscience des problèmes alimentaires !