

Mmm... La pêche !!!

Objectif

Sensibiliser les jeunes enfants à la notion de familles d'aliments

La découverte des familles d'aliments qui composent un repas équilibré

Moyens

- En éveillant la curiosité des enfants autour de l'alimentation
- En découvrant les différentes familles d'aliments à l'aide de la pyramide alimentaire
- En différenciant les aliments nécessaires et les aliments plaisirs

Matériel

Sac à dos
Cannes à pêche
Paniers "plaisir"
Cartes aliments

Déroulement de la séance

Les enfants jouent chacun leur tour.
Ils doivent, à l'aide de leur canne à pêche, pêcher les cartes aliments qui composent un repas équilibré.
Chaque carte pêchée doit ensuite être positionnée sur le sac à dos, le but étant de sélectionner les aliments à privilégier.
L'animateur peut faire un réajustement, si nécessaire en fonction des connaissances des enfants sans les frustrer.



À partir de 5 ans

Pour un groupe

Jusqu'à 15 enfants