

# FICHE PÉDAGOGIQUE



## Les goûts et les couleurs

### CONTEXTE



Créé par l'éducatrice, le médecin et une diététicienne dans le cadre d'ateliers nutrition destinés à des familles de différentes structures des quartiers nord toulousains. L'objectif est de promouvoir la consommation de fruits et légumes de saison, de légumineuses.

### OBJECTIFS



- Appréhender le rôle de chaque sens dans la consommation des aliments
- Mettre en valeur la richesse des fruits et légumes
- Comprendre l'importance de les rendre familiers, de les goûter plusieurs fois pour prendre plaisir à les consommer

### PUBLIC CIBLE



- 6 personnes par atelier (enfants +/-parents)
- A partir de 4 ans

### INTERVENANTS



- 1 animateur par atelier

### DURÉE



- 10 à 15 mn par atelier
- 1 h en tout

### MATÉRIEL



- Une boîte obscure avec différents fruits ou légumes entiers à faire deviner (toucher)
- Gants de toilette où sont cachés des féculents ou légumineuses sous forme sèche (toucher)
- Pots de yaourts emballés avec du papier d'aluminium et percés sur l'opercule (ail, menthe, cannelle, citron...) (odorat)
- Planche A3 de fruits et légumes + étiquettes type Loto ou pots de fromages blancs individuels sucrés puis colorés avec des colorants alimentaires (vue)
- Coupelles avec aliments coupés en petits morceaux + bandeaux pour cacher la vue (fruits et légumes de saison, fruits secs) (goût)



Sur prêt pour le Kim toucher



Téléchargement gratuit pour la planche A3

