Transition vers la maternelle!

25 ans CSF
Conseil scolaire francophone de la Colombie-Britannique

Les aliments

Des histoires

Lisez à votre enfant tous les jours!

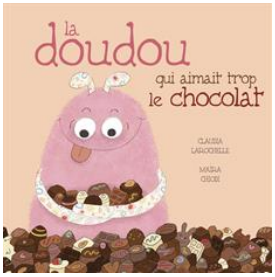
La lecture de livres constitue un bon moyen de les renseigner sur les aliments et les habitudes alimentaires tout en renforçant leurs capacités de lecture et d'écriture.

Voici quelques histoires à écouter en ligne:

Je veux des pâtes!

La mouette aux croustilles

La doudou qui aimait trop le chocolat



Comptines et chansons

Un, deux, trois nous irons au bois
Paroles
Musique

Je suis une pizza
Paroles
Musique

La ronde des légumes
Paroles
Musique

La parade des aliments
Musique

J'aime les fruits
Paroles
Musique

En voici, en voilà
Musique

Au petit déjeuner
Musique

L'ABC des fruits
Musique

Suggestions d'activités à faire avec les cartes de mots

Vous trouverez les cartes à la prochaine page.

- Découpez les mots de vocabulaire et mettez toutes les cartes dans un sac. Demandez à votre enfant de piger une carte et de décrire l'image pour vous faire deviner (ou bien à son frère / à sa sœur).

- Posez des devinettes à votre enfant sur les légumes.
  Ex. : Je suis orange et les lapins aiment me manger. Qui suis-je?
  Je commence par le son /b/ et je rime avec céleri.

- Préparez une soupe aux légumes! Votre enfant doit suivre un petit parcours à obstacles pour obtenir une carte de légume et la ramener dans le « chaudron ». On peut seulement ramener un légume à la fois. C'est encore plus amusant lorsqu'on joue à plusieurs!

Des idées d'activités

Faites un Goûtorama!

Faites la cuisine avec votre enfant.
Vous trouverez des suggestions à la page 4.

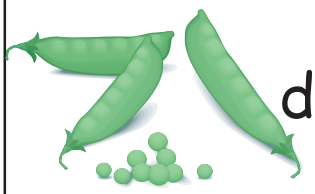
Emballez des fruits dans du papier d'aluminium pour qu'ils soient entièrement recouverts. Invitez votre enfant à prédire ce que c'est puis déballez le fruit. Utilisez les fruits pour faire une salade de fruits.

PRÉPARER UNE ASSIETTE

Utilisez un circulaire d'épicerie et demandez à votre enfant de découper des aliments qu'il/elle aime manger. On peut aussi dessiner les aliments. Aidez votre enfant à nommer les aliments en français. Tous les membres de la famille peuvent préparer une assiette et nommer leurs aliments préférés.

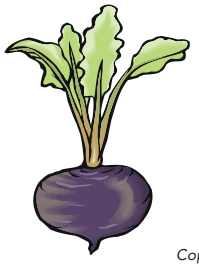
du céleri

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés



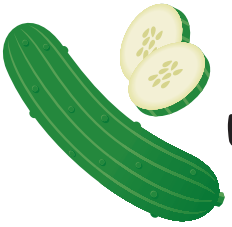
des haricots

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés



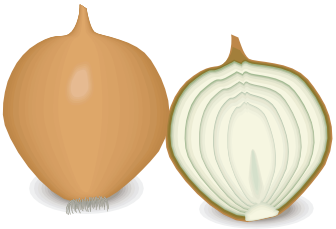
une betterave

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés



un concombre

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés



un oignon

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés

un navet

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés

une carotte

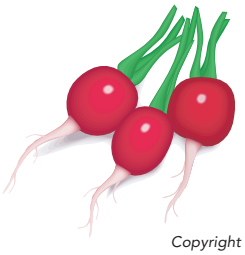
Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés

un poivron

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés

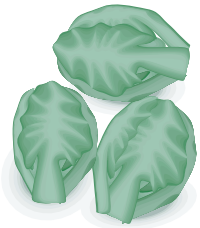
un brocoli

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés



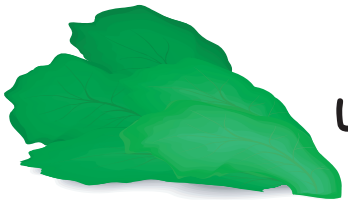
des radis

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés



des choux
de Bruxelles

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés



une laitue

Copyright © 2011 www.educatout.com • Tous droits réservés

Cuisiner avec les enfants

Comment impliquer les enfant dans la préparation et la cuisson des aliments ?

- Laver les légumes et les fruits.
- Mesurer et peser les aliments.
- Mélanger les aliments ensembles (à l'aide d'une cuillère ou à la main).
- Éplucher les aliments (ex. fruits, œuf cuits durs).
- Laver la vaisselle qui n'est pas fragile.
- Essuyer la table et le comptoir. Mettre la table.
- Ajouter des ingrédients à un plat (ex. ajouter des concombres à la salade).
- Cueillir les feuilles des herbes fines.
- Couper des aliments mous à l'aide d'un couteau en plastique (ex.: bananes).

Messages clés

Vous pouvez impliquer les enfants de différents âges en leur assignant des tâches qu'ils peuvent accomplir eux-mêmes. Cela leur permet de développer leur confiance en soi et leur indépendance, ainsi que d'acquérir des aptitudes de la vie quotidienne et des habitudes de vie saines.

Ce genre d'activité permet aux enfants d'acquérir plusieurs connaissances:

- Mathématiques : compter et mesurer les ingrédients.
- Sciences : comment la cuisson change l'apparence, la texture, le goût et l'odeur des aliments.
- Langage : lire une recette, écrire une liste d'épicerie.
- Habiletés sociales : faire un travail d'équipe afin d'accomplir un but commun.
- Culinaire : découvrir différentes façons de préparer les repas et collations et découvrir les traditions culinaires de sa famille.

Le pique-nique des oursons

Jouons et parlons ensemble

- Invitez votre enfant à planifier un pique-nique bien spécial pour ses oursons (ou toutous) en peluche favoris.
- Aidez-le à dessiner et à remettre une invitation pour chacun des oursons ou des toutous en peluche qui pourrait venir au pique-nique.
- Ensemble, décidez quels aliments vous aurez besoin pour les gens et pour les oursons. Faites deux listes et apportez-les quand vous allez faire l'épicerie.
- Aidez votre enfant à préparer de la vraie nourriture pour les gens et de la nourriture imaginaire pour les oursons et les toutous en peluche.
- Préparez un panier de pique-nique pour les gens et remplissez un seau ou un contenant de collations imaginaires pour les animaux.

À lire ensemble

Le pique-nique des ours, Geneviève Brisac et Michel Gay

Vous aurez besoin d'un panier de pique-nique ou d'un sac, d'animaux en peluche et d'aliments qui conviennent à un pique-nique.

Cette activité permet d'apprendre à planifier, à compter, à écrire, à exercer l'imagination (jeu symbolique) et à préparer de la nourriture.

Quelques conseils

- Aidez votre enfant à compter le nombre de gens et d'animaux en peluche qui viendront au pique-nique. Comptez le nombre d'assiettes, d'ustensiles et de serviettes nécessaires pour tous les participants.
- Aidez votre enfant à préparer des collations savoureuses et faciles à faire que vous apporterez au pique-nique.

Qu'est-ce qu'un ourson pourrait aimer manger?

Combien d'invités viendront à notre pique-nique?

Comment le dire

Autres suggestions pour l'activité Le pique-nique des oursons

Essayez aussi

- Faites deux listes d'épicerie : une liste pour les oursons (imaginaire) et une pour les gens.
- Lisez le livre **Le pique-nique des ours**. Créez d'autres « invités » au pique-nique, avec des fruits et des légumes, par exemple. Donnez-leur des noms amusants, p. ex., Charlotte la carotte, Radis qui croque, Madame Laframboise, etc.
- Prétendez que vous êtes des ours qui se rendent à un pique-nique. Suivez le rythme des ours qui marchent pesamment et lentement.
- Selon l'âge de votre enfant, utilisez le texte « Bonjour, monsieur l'ours ».

Vocabulaire

Imaginez ce que les oursons pourraient aimer manger. Des gâteaux au miel? Une pizza au miel et aux fruits? Etc.

Bonjour, monsieur l'ours

*Encourager les enfants à deviner ce que l'ours va dire. Utiliser une grosse voix pour la réponse de l'ours.

Bon matin, bon matin monsieur l'ours!
Que voulez-vous manger pour déjeuner?
(Réponse des enfants)
Par exemple : « Des pommes, des bleuets, des gâteaux au miel, une pizza au miel, etc. »

Bon midi, bon midi monsieur l'ours!
Que voulez-vous manger pour dîner?
(Réponse des enfants)

Bonsoir, bonsoir monsieur l'ours!
Que voulez-vous manger pour souper?
(Réponse des enfants)

Christine Savard Gagné

Bienvenue à la maternelle[MC]
PARTENARIAT EN ÉDUCATION

Messages clés

Vous êtes le premier et meilleur enseignant de votre enfant.

- *Suivez l'initiative de votre enfant lorsque vous jouez et découvrez ensemble.*
- *Parlez et lisez à votre enfant dans votre langue maternelle.*
- *Aidez votre enfant à partager et à attendre son tour.*
- *Encouragez votre enfant à faire des choix et à prendre des décisions.*
- *Célébrez l'apprentissage de votre enfant.*

Parlez Lisez Chantez Jouez tous les jours!

La parole favorise :

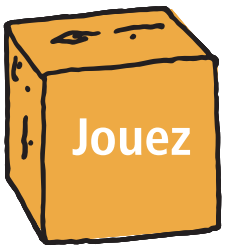
- les relations
- le vocabulaire
- les compétences d'écoute et de parole
- l'appréciation pour les histoires de famille et les traditions orales

La lecture favorise :

- le vocabulaire
- le sens de l'histoire
- les connaissances
- la reconnaissance de l'écrit, des lettres et des chiffres

Le chant favorise :

- le langage verbal
- la mémoire
- le rythme et la rime
- l'appartenance
- l'amour de la musique
- les agencements



Le jeu favorise :

- les prises de décisions
- la coopération
- les compétences physiques
- la curiosité
- la maîtrise de soi
- la pensée créative
- le sens de la mesure, de la géométrie et de l'espace

Partenariat en Éducation
ÉDUCATION PUBLIQUE. L'AVENIR DU CANADA.