

# Accompagnement pédagogique

# Animations ludo-pédagogiques en classe

## ■ Objectifs:

- Découvrir les fruits et légumes frais à travers une approche sensorielle
- Apprendre comment poussent les fruits et légumes
- Sensibiliser aux bienfaits des fruits et légumes frais

## ■ Déroulement:

- Approche théorique sur l'importance de consommer des fruits et légumes au sein d'une alimentation « plaisir » et équilibrée
- Approche ludique avec le jeu de l'arbre (saisonnalité, familles, manières de consommer les fruits et légumes)
- Jeu de la farandole des fruits et légumes pour reconnaître les produits
- Dégustation d'un fruit et d'un légume en abordant les 5 sens
- Remise de documentation à l'enseignant ou à l'animateur

■ **Cible:** Enfants de maternelle et de primaire

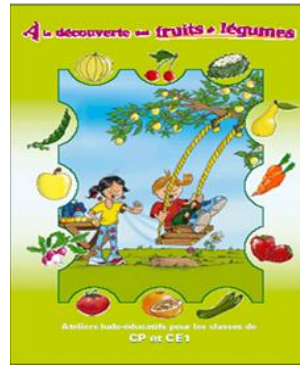
■ **Effectif:** Classe entière ou ½ classe

■ **Durée:** 1 heure

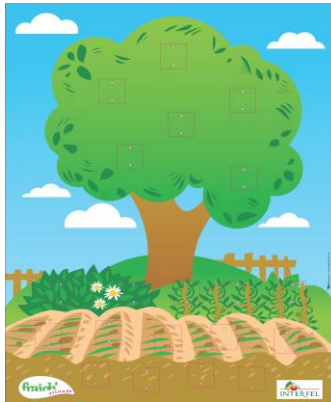


# Animations ludo-pédagogiques en classe

- Exemple de matériel remis à l'enseignant:



- Jeu de l'arbre:



# Ateliers sur les 5 sens

## ■ Objectifs:

- Découvrir les fruits et légumes frais à travers une approche sensorielle
- Faire comprendre aux enfants que les 5 sens sont utiles dans la dégustation
- Sensibiliser aux bienfaits des fruits et légumes frais

## ■ Dérroulement:

- Approche théorique sur l'importance de consommer des fruits et légumes au sein d'une alimentation « plaisir » et équilibrée.
- Approche ludique avec des jeux sur les 5 sens :
  - Kim vue, avec des images macros de fruits et légumes
  - Kim odorat, avec des boîtes à odeur
  - Kim toucher, avec le jeu de la farandole des fruits et légumes
  - Kim goût, avec différente manière de goûter et l'influence des saveurs et des arômes dans la dégustation.
- Dégustation d'un fruit et d'un légume en utilisant les 5 sens les uns après les autres.

■ **Cible:** Enfants de maternelle et de primaire

■ **Effectif:** Classe entière ou ½ classe

■ **Durée:** 1 heure



# Ateliers culinaires

## Objectifs:

- Sensibiliser les enfants au plaisir de cuisiner et consommer des fruits et légumes frais

## Déroulement:

- Préparation de recettes sans cuisson à base de fruits et/ou de légumes frais de saison, en abordant l'intérêt nutritionnel des fruits et légumes, la connaissance des produits (production, variétés, etc...), la praticité et l'accessibilité.

- Différentes thématiques d'ateliers :

- Découverte des fruits et légumes de saison
- Importance du fruit dans un petit déjeuner équilibré
- Importance du fruit dans un goûter équilibré

- Dégustation des recettes préparées en abordant les 5 sens.

- Remise des fiches recettes réalisées et d'un livret de recette « pas à pas »

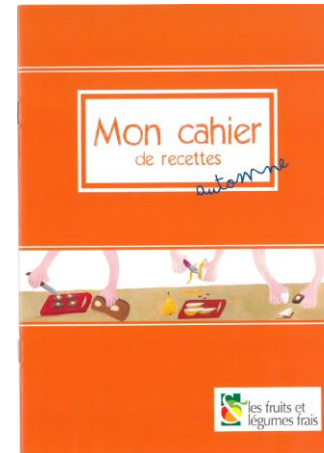
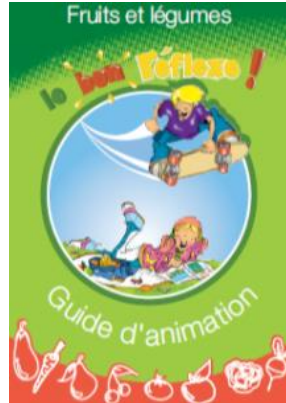
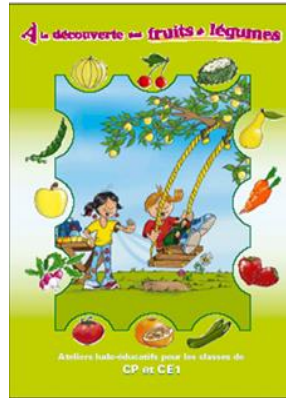
- **Cible:** Enfants de primaire du CE2 au CM2 et collégiens

- **Effectif:** Classe entière ou ½ classe

- **Durée:** 1 heure à 1h30



- Exemple de matériel remis à l'enseignant:



# Conférence interactive sur l'équilibre alimentaire

## ▪ Objectifs:

- Donner envie de consommer avec plaisir des fruits et légumes frais.
- Définir la place des fruits et légumes dans l'équilibre alimentaire.

## ▪ Déroulement:

*L'animation se fait sous forme de conférence avec un support power point et une participation active des élèves.*

Les sujets abordés sont :

- Les groupes d'aliments, leur place dans l'alimentation et leur rôle sur l'organisme
- L'intérêt des fruits et légumes pour la santé et le bien-être, comment les introduire au quotidien, la saisonnalité...
- Répartition des repas et des groupes d'aliments sur la journée
- La place des fruits et légumes dans chaque repas.

En fonction de la demande, d'autres sujets peuvent être abordés, tel que l'importance du petit déjeuner, l'alimentation et le sport, etc.

L'animation se termine par la dégustation d'un fruit ou d'un légume de saison.

- **Cible:** Elèves de collège
- **Effectif:** classe entière ou ½ classe
- **Durée:** 1h à 2h

Contact:

[c.dupuydauby@interfel.com](mailto:c.dupuydauby@interfel.com)