



CARROUSEL DES ÉCOLES

IDÉE D'ACTIVITÉ

Semaine du : lundi 6 au vendredi 10 avril 2020

1-4P (4 à 8 ans) 5-8P (9 à 13 ans) 9-11S (13 à 15 ans) PLUS (tous âges)

TITRE DE L'ACTIVITÉ : "Atelier cuisine_Rouleaux de printemps arc-en-ciel."

Descriptif

Possibles Objectifs de l'activité:

- Découvrir de nouvelles saveurs, odeurs et textures.
- Développer sa motricité fine et la coordination oculomotrice.
- Accroître le vocabulaire de l'enfant (autour les aliments, les ustensiles et les verbes d'action).
- Réaliser des tâches en suivant une succession d'images illustrant une suite d'actions.
- Inciter à consommer des aliments sains.
- Et bien sûr avoir du plaisir!

Mise en œuvre:

Ingrédients (pour 8 rouleaux):

100 grammes de carottes râpées, 1 poivron rouge, 2 feuilles de laitue, 8 feuilles de riz.

Ustensiles:

Planche à découper, couteau, assiette d'eau, torchon humide.

Déroulement:

Rôle de l'adulte:

Préparer les ingrédients et les ustensiles et guider l'enfant dans les étapes de la recette.

Ouvrir les poivrons en deux, enlever la queue et les pépins pour faciliter la découpe par l'enfant.

Montrer les différents aliments ainsi que les ustensiles aux enfants avant de commencer les tâches.

Guider les gestes de l'enfant si nécessaire.

Tâches de l'enfant - Consignes:

1. Sur la planche à découper, coupe le poivron en fine tranches.
2. Coupe les feuilles de laitue en lamelles.
3. Trempe la feuille de riz pendant 20 secondes dans l'assiette d'eau.
4. Place la feuille de riz sur un torchon humide devant toi.
5. Place une ligne de carottes râpées, une ligne de tranches de poivron et une ligne de lamelles de salade au centre de la feuille de riz.
6. Replie les deux côtes de la feuille de riz au-dessus des ingrédients.
7. Replie le bas et roule la feuille de riz en serrant bien pour enfermer la garniture.
8. Bon appétit!

Remarque :

Vous pouvez aussi faire (ou acheter) une sauce qui accompagnera la dégustation.

Eventuelles Difficultés: Difficulté à couper le poivron en tranches fines. Difficulté à manipuler la feuille de riz humide sans qu'elle se colle sur elle-même. Difficulté à mettre en forme les rouleaux.

Pour certaines tâches la consigne verbale doit être accompagnée par un support visuel ou/et même par une démonstration ou/et une guidance physique afin de faciliter la compréhension. Vous trouverez des images en annexe de la fiche.

Vous pouvez aussi proposer à votre enfant d'aller chercher lui-même les ingrédients et les poser sur la table. Aidez-le pour les ingrédients qui sont placés très haut ou qu'il ne connaît pas. Vous pouvez faire de même avec les ustensiles.

Idée pour valoriser l'enfant: Dégustez tous ensemble le plat réalisé. Quand vous servez les rouleaux (ou mieux, si possible, quand l'enfant sert dites: "*qui nous a préparé ces bons rouleaux ?* »

« *Bon travail et Bravo!* » L'enfant n'en sera que plus fier.