

« Les légumes locaux et de saison, c'est si bon ! »

**Public cible :** 3ème à 6ème primaire

20 élèves max.



**Durée :** 1h45

**Description :** Outre les nombreux atouts santé des légumes, les choisir locaux et de saison diminue notre empreinte écologique. L'activité présente des notions de biologie, de nutrition et d'écologie. Elle permet à l'enfant de se poser des questions et de faire des choix, en terme d'alimentation durable.

Timing	Énoncé de l'activité proposée	Objectifs visés	Ressources (matériel, humaine)
30 minutes	<p>L'animateur affiche le panneau didactique des 4 saisons pour qu'il soit visible et accessible par tous les enfants. Il leur distribue une ou plusieurs images de légumes et les invite à aller, un par un, les placer sur le panneau :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- en fonction de la saison à laquelle ils poussent</li> <li>- en fonction de la manière dont ils poussent (dans le sol, sur le sol, ...)</li> </ul> <p>L'animateur interroge ensuite les enfants sur le fait que l'on trouve certains légumes toute l'année. Il leur explique alors les répercussions que cela peut avoir sur la planète. Les enfants reçoivent un calendrier des fruits et des légumes locaux et de saison.</p>	<p>Susciter l'intérêt des enfants envers les légumes</p> <p>Savoir nommer, classer les légumes selon différents critères</p> <p>Acquérir des connaissances sur des notions de biologie, d'alimentation et d'écologie</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Panneau didactique des 4 saisons</li> <li>- Images de légumes</li> <li>- Calendrier des fruits et légumes locaux et de saison</li> </ul>

30 minutes	<p>Les enfants forment des petits groupes. Ils reçoivent une petite liste de courses de 2 légumes.</p> <p>Un panier de légumes est disposé un peu plus loin et, en fonction de leur origine et du calendrier des saisons, les enfants déterminent ensemble s'il est bon de les acheter ou pas.</p>	Savoir observer et se poser des questions	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listes de course</li> <li>- Un grand panier ou une caisse pour mettre les légumes</li> <li>- Des légumes en plastique</li> <li>- Des étiquettes avec l'origine du légume</li> </ul>
30 minutes	<p>Pour terminer l'activité, l'animateur propose aux enfants de réaliser un bonhomme à l'aide de légumes de saison découpés dans des magazines. Le dessin est plastifié et remis à l'enfant.</p>	<p>Laisser libre court à la créativité des enfants</p> <p>Évaluer les notions apprises lors de l'activité</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Des feuilles de papier</li> <li>- Des magazines</li> <li>- Ciseaux, colle</li> <li>- Plastifieuse</li> </ul>
15 minutes	<p>L'animateur propose une petite collation à base de légumes de saison aux enfants</p>	<p>Faire découvrir de nouvelles saveurs aux enfants</p>	<p>Préparation culinaire à base de légumes préparées à l'avance</p>
TOTAL : 1h45			