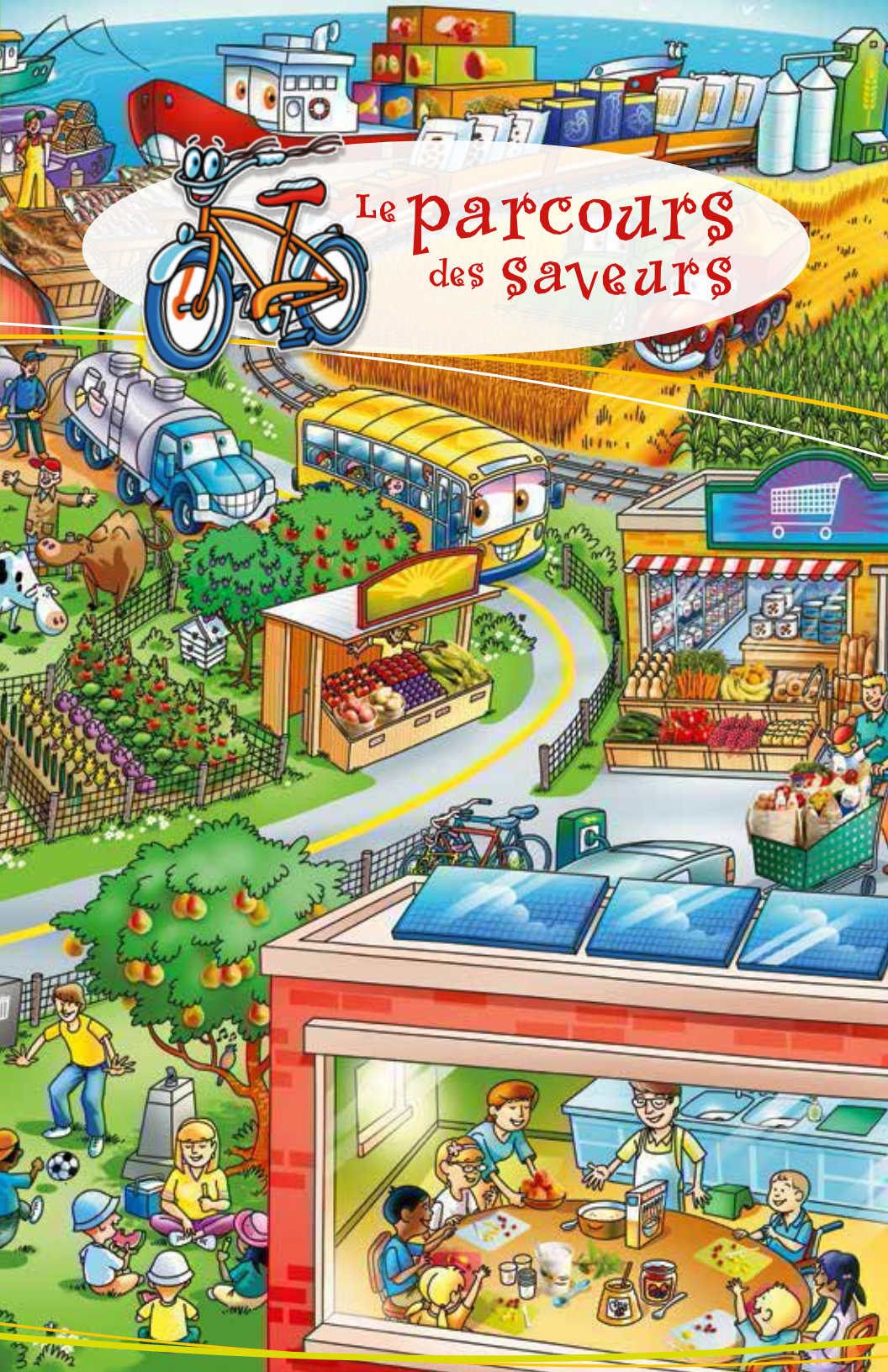




Le parcours des saveurs



Le parcours des saveurs

Voici Samuel. Samuel est un petit vélo très curieux. Il aime l'aventure, mais il adore surtout faire de nouvelles découvertes. Sa mission : découvrir d'où proviennent les légumes, les fruits, les différents grains de céréales, le lait, les œufs, les légumineuses, les poissons et bien d'autres aliments qui se retrouvent au marché ou à l'épicerie. Samuel a roulé près du port de pêche, des champs de céréales, de la ferme laitière, du poulailler et du potager tout en se gardant du temps pour visiter l'épicerie et le service de garde à l'enfance. Samuel aimerait bien partager avec toi son parcours des saveurs. Promène-toi avec lui, et profite de l'occasion pour en apprendre sur la provenance des aliments. Peut-être en découvriras-tu de nouveaux ?



Chacune des lettres composant le nom de **SAMUEL** a été cachée dans les différentes sections de l'affiche. Aidez les enfants à trouver ces lettres et invitez-les à participer à chaque activité qui les accompagne. Avec Samuel le vélo, les enfants pourront bouger, chanter, cuisiner, goûter et raconter des histoires ! Que le parcours commence !

Sécurité à bord

Aidez les enfants à trouver la lettre « S » dans l'affiche. Choisissez trois aliments pour représenter les feux de circulation : un rouge, un jaune et un vert. Demandez aux enfants de se déplacer dans un espace déterminé en imitant un moyen de transport, en commençant par le bateau de pêche. Lorsque vous levez l'aliment rouge, les enfants doivent s'arrêter; le jaune, marcher très lentement; le vert, marcher très vite. Le moyen de transport change plusieurs fois au cours du jeu et divers aliments peuvent également être présentés. Explorez et dégustez les aliments ayant servi à l'activité lors du repas ou de la collation.



À mon épicerie

Aidez les enfants à trouver la lettre « A » dans l'affiche. Demandez-leur de nommer les aliments qui se trouvent à l'épicerie du *Parcours des saveurs*. Invitez les enfants à trouver leur provenance sur l'affiche. N'oubliez pas que Samuel le vélo est là pour aider les enfants !

Muah! Bizz! Cot-cot!

Aidez les enfants à trouver la lettre « M » dans l'affiche. Imiter le cri ou le son de certains éléments présents dans l'affiche (ex. : vache, abeille, poule, dindon, camion, train) ou demandez à un enfant de le faire. Les autres enfants doivent trouver l'élément en question. Ils peuvent aussi mimer des actions représentées sur l'affiche, comme le chauffeur qui conduit son autobus, les légumes qui poussent, etc.



Un beau matin, dans mon potager...

Aidez les enfants à trouver la lettre « U » dans l'affiche. Demandez à un enfant de s'inspirer de la section où se trouve le potager pour raconter le début d'une histoire, *Un beau matin, dans mon potager...* Ensuite, invitez un tout-petit à poursuivre le récit en s'inspirant de ce qu'il voit un peu partout sur l'affiche, et ainsi de suite.



Explore-stations

Aidez les enfants à trouver la lettre « E » dans l'affiche. Créez des stations en plaçant quatre ou cinq cerceaux au sol. Dans chacune des stations, déposez dans un bol un aliment ou une illustration d'aliment de différentes provenances. Demandez aux enfants de former un ou deux petits trains et invitez-les à se promener entre les cerceaux au son d'une musique. Puis, arrêtez la musique et nommez un des aliments. Le ou les petits trains doivent alors se rendre au bon cerceau. Faites découvrir cet aliment aux enfants (forme, couleur, goût, etc.) et demandez-leur de le trouver dans l'affiche. Ensuite, faites redémarrer la musique et répétez cette séquence jusqu'à ce que les enfants aient visité toutes les stations.



Le délice de Samuel

Aidez les enfants à trouver la lettre « L » dans l'affiche. Invitez-les à concocter leur propre délice de Samuel.

Préparation

À FAIRE PAR LE RESPONSABLE DE L'ALIMENTATION

- Cuire la crème de blé avec du lait selon les instructions sur l'emballage et le nombre d'enfants participant à l'activité. Réserver au réfrigérateur environ une heure.

À FAIRE PAR L'ENFANT

- Mesurer la crème de blé et la déposer dans le fond d'un petit verre transparent.
- Mesurer le miel, l'ajouter à la crème de blé et bien mélanger.
- Mesurer la compote de fruits et l'ajouter par-dessus la crème de blé.
- Mesurer le yogourt et l'ajouter par-dessus la compote.
- Couper la pêche en petits morceaux.
- Ajouter les morceaux de pêches et les framboises sur le dessus.
- Décorer avec la menthe ciselée à l'aide de petits ciseaux ou déchiquetée avec les doigts.

Variante : remplacer la crème de blé par du gruau ou remplacer les framboises et les pêches par d'autres fruits de saison.

Ingédients

Pour une portion d'environ 125 ml (½ tasse)

- 45 ml (3 c. à table) de crème de blé cuite avec du lait entier ou à 2 % de M.G., refroidie
- 2,5 ml (½ c. à thé) de miel pasteurisé
- 30 ml (2 c. à table) de compote de petits fruits non sucrée
- 30 ml (2 c. à table) de yogourt à la vanille à environ 2 % de M.G.
- 5 framboises fraîches, lavées
- ½ petite pêche, lavée et pelée
- 1 feuille de menthe, lavée (facultatif)

Les roues de Samuel

Invitez les enfants à chanter et à faire les gestes de la comptine, sur l'air de « Les roues de l'autobus ».



Les roues de Samuel tournent et tournent, tournent et tournent, tournent et tournent
Les roues de Samuel tournent et tournent
Pour explorer

Les poissons et fruits de mer sont pêchés, sont pêchés, sont pêchés
Les poissons et fruits de mer sont pêchés
Dans l'eau salée



Les grains de céréales sont cultivés, cultivés, cultivés
Les grains de céréales sont cultivés
Dans les champs dorés

Le lait de la vache est tiré, est tiré, est tiré
Le lait de la vache est tiré
De la vache tachetée



Les œufs bruns et blancs sont pondus, sont pondus, sont pondus
Les œufs bruns et blancs sont pondus
Dans le poulailler

Les choux et les tomates poussent et poussent, poussent et poussent, poussent et poussent
Les choux et les tomates poussent et poussent
Dans le potager



Les pommes et les poires croissent et croissent, croissent et croissent, croissent et croissent
Les pommes et les poires croissent et croissent
Dans le verger



Comme c'est agréable de cuisiner, cuisiner, cuisiner
Comme c'est agréable de bouger
Et de s'amuser !

