

Ça bouge chez les fruits et légumes

Art d'écriture



Abécédaire

Cycle : 1

Durée de la séance : 45 min.

Nombre de séances : 6

1

Contexte

La création d'un abécédaire permet de valoriser des éléments importants en nutrition, comme les fruits et légumes et l'activité physique (sports, loisirs et déplacements actifs) en les classant par lettre de l'alphabet et en les associant pour produire du mouvement dans les fruits et légumes.

La mémorisation est facilitée par la mise en œuvre de la musicalité des lettres, la curiosité et l'imaginaire.

Objectifs

Niveau d'objectif : connaissance et attitude

Conditions de réussite :

Découper plusieurs images avant la séance afin de pouvoir en remettre aux enfants ayant des difficultés avec l'utilisation des ciseaux

Objectif d'éducation nutritionnelle

- Développer la connaissance de la diversité d'activités physiques et des fruits et légumes

Objectifs pédagogiques

- Faire découvrir les lettres de l'alphabet en y associant des activités physiques et des fruits et légumes
- Réaliser un outil artistique sur le thème de ça bouge chez les fruits et légumes



Matériel et préparation

- Une grande feuille type « Paper-bord » ou feuille A3
- Feuilles papier à dessin
- Feutres, crayons gras, crayons de couleurs, peinture et pinceaux

Si l'enfant réalise du collage d'images :

- Ciseaux et magazines pour découper
- Colle

Déroulement

Séances 1 et 2

Reconnaissance des lettres et association avec des activités physiques et des fruits et légumes

L'animateur demande à chaque enfant à tour de rôle la première lettre de son prénom. Les lettres sont notées en majuscule par l'animateur dans une case sur la grande feuille de papier visible par tous les enfants (une lettre par case, donc soit 26 cases pour l'alphabet final). Les enfants recherchent pour leur lettre chacun à leur tour une activité physique et un fruit ou légume et en fonction de la lettre, l'animateur écrit dans les cases les propositions.

Le tableau abécédaire peut vous aider à remplir les cases pour des dernières lettres de l'alphabet.

Séances 3 et 4

Écriture des prénoms avec l'abécédaire Ça bouge chez les fruits et légumes

Chaque enfant imagine comment chaque lettre de son prénom peut s'associer avec une activité physique et un fruit ou un légume et comment la dessiner. Par exemple pour la lettre E, une endive peut grimper le long de la lettre pour représenter l'escalade ou être à califourchon sous la lettre pour représenter l'équitation.

Des collages peuvent aider les enfants à représenter graphiquement ces associations. Tous ces dessins sont exposés pour commencer à créer l'abécédaire géant.

Séances 4 et 5

Poursuivre l'écriture de l'abécédaire en complétant avec les lettres non utilisées dans les prénoms des enfants. Les écritures peuvent être réalisées en petit groupe.

Séance 6

Chaque enfant peut écrire son nom avec l'abécédaire de ça bouge chez les fruits et légumes et réaliser soit son petit livre ou son poster ou sa fresque.

Les images peuvent être scannées et retravaillées informatiquement par l'animateur pour réaliser des compositions graphiques artistiques.



Variantes

Par l'expression corporelle

Exprimer corporellement des lettres images sous forme de danse ou de jeux, en faisant deviner une lettre en se déplaçant dans un rectangle dessiné par l'animateur sous le rythme ou non d'une musique.

Par une autre production artistique

En réalisant avec les lettres un jeu de dominos

Ressources : le tableau de l'abécédaire

Fiche connaissance : *Messages nutrition santé*

3

Recommandations nationales

ALIMENTATION

Fruits et légumes

Au moins 5 parts de 80 à 100 grammes par jour

ACTIVITÉ PHYSIQUE

Enfants 2-5 ans

Au moins 3 h/jour d'activité physique

Enfants 6-11 ans

Au moins 1h/jour d'activité physique d'intensité modérée et élevée

SÉDENTARITÉ

Enfants 2-5 ans

< 1 heure d'affilée en position assise ou allongée

Enfants 6-11 ans

< 2 heures consécutives en position assise ou allongée

TEMPS ÉCRAN

Enfants 2-5 ans

Limiter l'exposition aux écrans à moins d'une heure par jour

Enfants 6-11 ans

Éviter de dépasser 2 heures par jour de temps d'écran consacré aux loisirs

Pour en savoir plus : FICHE CONNAISSANCE A1

