

# Jeu des 7 collections “La marche des goûters”

Art d'écriture



Jeu de table, de société

Cycles : 2 et 3

Durée de la séance : 45 min.

Nombre de séances : 2

1

## Contexte

Pour le goûter et les activités autour du goûter, il est important d'aborder la nutrition en globalité en donnant autant d'importance à l'alimentation qu'à l'activité physique. Le jeu de carte présente les aliments suivants : pains, fruits /légumes, aliments à tartiner et liquides et les activités physiques suivantes : pas, loisirs actifs, sports.

La diversité est valorisée en attribuant un élément de l'alimentation et de l'activité physique à chaque membre de la famille. La régularité au quotidien est représentée par 7 personnages : 2 grands parents, 2 parents et 2 enfants et un invité qui s'ajoute, symbolisant le dimanche.

## Objectifs

Niveau d'objectif : connaissance

Conditions de réussite :

1 jeu pour 6 joueurs

S'assurer de la compréhension du contenu du jeu de carte

### Objectif d'éducation nutritionnelle

- Connaître les aliments pouvant composer le goûter et les activités physiques du temps du goûter

### Objectifs pédagogiques

- Découvrir la diversité des aliments et des activités physiques
- Visualiser des exemples de goûter et d'activité physique en fonction des personnages : grand parents, parents, enfants, invité
- Construire ses cartes « La marche des goûters »



## Matériel et préparation

Faire produire le jeu de cartes par les enfants à partir des fiches « Dessins de personnages nutrition trait à trait » ou « Dessiner autour de la nutrition »

**Ou télécharger et imprimer le jeu de cartes « La marche des goûters »**

## Déroulement

### Séance 1

#### Consignes 5 minutes

Le but du jeu est de regrouper le plus grand nombre de familles possible comprenant le grand-père, la grand-mère, le père, la mère, le fils, la fille et l'invité (identique aux jeux classique des 7 familles).

#### Déroulement d'une partie 25 minutes

Un joueur, désigné par le sort, bat les cartes, les fait couper et en distribue 6 à chaque joueur, une à une, en commençant par la droite. Le reste constitue la pioche. Le voisin, placé à la gauche du donneur, parle le premier. Après avoir constaté qu'il possède au moins une carte d'une collection (pains, fruits /légumes, aliments à tartiner, liquides, pas, loisirs actifs, sports), il cherche à la compléter en demandant à n'importe quel joueur et de façon précise la carte qui lui manque et qu'il souhaite obtenir. Pour cela il dit par exemple "Dans la collection Des pas, je demande la fille".

Si cet autre joueur possède la carte il doit le lui donner. Si le demandeur obtient la carte qu'il voulait il peut rejouer une autre fois. S'il n'obtient pas la carte demandée, il prend une carte dans la pioche. Si la carte piochée est la carte demandée, le joueur peut rejouer, sinon c'est au tour du joueur à gauche du demandeur de jouer.

Dès qu'un joueur réunit une collection, il la pose devant lui et c'est au tour d'un autre joueur.

Le gagnant est le joueur qui pose devant lui le plus de collections complètes

La spécificité de ce jeu étant d'apporter des connaissances aux enfants sur les différents aliments et activités physiques du temps du goûter, quand un joueur possède la carte demandée, il la donne en lisant le nom du personnage, pour exemple « C'est la fille Trottinette dans la collection des pas ». La mémorisation des composantes de chaque collection se fait en visuel par le dessin et la lecture du nom et en auditif par l'oral.

#### Bilan sur l'activité 15 minutes

Les 7 collections avec dans chacune 7 cartes, sont exposées sur la table avec en vertical les collections et en horizontal les personnages dans le même ordre des grands parents, des parents, des enfants et de l'invité (selon le tableau ci-dessous pour l'ordre des collections et l'ordre des personnages).



	Collection Des pains	Collection A tartiner	Collection Des fruits/ légumes	Collection Des liquides	Collection Des pas	Collection Des loisirs actifs	Collection Des sports
Grand-père							
Grand-mère							
Père							
Mère							
Fils							
Fille							
Invité							

Les enfants visualisent l'ensemble des cartes en 2 sens de lecture :

- pour la composition de chaque collection, demander aux enfants de lire les cartes en vertical
- pour le goûter et les activités autour du goûter de chaque membre de la famille, demander aux enfants de lire les cartes en horizontal

### Séance 2

Les cartes sont positionnées comme en bilan de la séance 1. Chaque enfant selon ses envies et ses goûts constitue sa collection « La marche des goûters » en prenant une carte dans chacune des 7 collections. A partir de leur collection « La marche des goûters », les enfants peuvent écrire ou conter leur histoire de temps du goûter. A partir de cette histoire, les enfants peuvent en écrire d'autres, pour les vacances en été, pour les vacances en hiver, pour le week-end, pour l'anniversaire ... Ces histoires peuvent être traduites en bande dessinée pour prolonger l'activité artistique en art d'écriture. Elles peuvent également être mises en chansons.

## Variantes

### Memory 7

Le memory 7 consiste à reconnaître des paires de cartes faces cachées. Prenez le jeu des 7 collections « La marche des goûters », mélangez les cartes et posez-les côte-à-côte face cachée pour faire un grand tableau de 7x7 cases.

Chaque joueur, à son tour, retourne 2 cartes. Si elles correspondent à des combinaisons possibles, il les garde et marque 2 points, sinon il les remet à leur place face cachée après les avoir montrées aux autres joueurs.

Plusieurs combinaisons possibles : deux cartes de la même famille ou de mêmes personnages (2 pères, 2 filles, 2 grand pères, 2 invités...), ou des couples (grands-parents, parents, enfants...).



### Jeu de réussite

Pour débuter la partie de patience ou réussite, vous devez tout d'abord répartir 28 cartes en 7 colonnes : 1ère colonne composée d'1 seule carte face visible, 2ème colonne composée d'1 carte face cachée et d'1 carte face visible, 3ème colonne composée de 2 cartes face cachée et d'1 carte face visible, 4ème colonne composée de 3 cartes face cachée et d'1 carte face visible, 5ème colonne composée de 4 cartes face cachée et d'1 carte face visible, 6ème colonne composée de 5 cartes face cachée et d'1 carte face visible, 7ème colonne composée de 6 cartes face cachée et d'une carte face visible. Il vous reste alors 21 cartes qui feront office de pioche.

Le but du jeu est de former 7 piles de cartes, chaque pile comprenant les cartes d'une même famille classées dans l'ordre croissant : grand-père, grand-mère, père, mère, fils, fille, invité. Ces 7 piles sont à réaliser à côté des 7 colonnes. Chaque pile doit commencer par un grand-père.

*Ressources : La marche des goûters : composition des collections*

*Jeu de 7 familles "La marche des goûters"*

*Vidéo et photos*

*Fiche connaissance : Messages nutrition santé*



## Recommandations nationales

### ALIMENTATION

#### Fruits et légumes

Au moins 5 parts de 80 à 100 grammes par jour

#### Féculents : pains, céréales, pommes de terre et légumes secs

À chaque repas et selon l'appétit

#### Lait et produits laitiers

3 ou 4 par jour

#### Matières grasses ajoutées

En limiter la consommation

#### Produits sucrés

En limiter la consommation

#### Boissons

De l'eau à volonté

### 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**

