

# Le panier des découvertes





## Le panier des découvertes

Il était une fois un groupe de petits explorateurs qui s'amusaient dans un **panier des découvertes**<sup>1</sup>...

Chaque jour, ils réalisaient une foule d'activités amusantes avec leur éducatrice. Ils jouaient à l'ombre des arbres du verger et se plaisaient à chanter des comptines. Ils dégustaient aussi leur collation composée de **yogourt**, de fraises, de trempette de **pois chiches** et de plein d'autres aliments savoureux!

Les petits explorateurs aimaient bouger et s'amuser: escalade, glissade et balades au parc. Ils récoltaient aussi des légumes et fruits dans le potager d'Olivier le maraîcher. Miam! De la **laitue**, des aubergines et des **cantaloups** fraîchement récoltés. Et n'oublions pas les visites à la ferme d'Isabelle l'agricultrice. Quel plaisir de la voir ramasser les **œufs** des poules et traire le **lait** des vaches!



Ils avaient beaucoup de plaisir à cuisiner et à déguster différentes recettes, comme des petits **pains** garnis. Souvent, le groupe d'explorateurs organisait des pique-niques en plein air. Tous les amis, parents, éducateurs et cuisiniers mettaient la main à la pâte pour concocter des plats délicieux, par exemple des **tortillas** au thon et des salades colorées.

Les petits explorateurs aimaient tellement découvrir de nouveaux aliments qu'ils eurent une idée géniale: construire un **panier des découvertes**!

Est-ce que tu voudrais explorer *Le panier des découvertes* toi aussi? As-tu remarqué que certains aliments s'y cachent? Vois-tu les bancs en fromage? Le parasol en champignon? Amuse-toi et découvre les autres aliments qui composent *Le panier des découvertes*!

Vas-y! Une multitude d'activités t'attendent! Choisis un autocollant<sup>2</sup> associé à une des sept activités, colle-le dans le carré blanc en haut de l'affiche, puis écoute ton éducatrice t'expliquer l'activité à réaliser.



## Une histoire qui fait bouger

Forme un demi-cercle avec tes amis et assieds-toi. Ton éducatrice assigne un aliment à tous les petits explorateurs<sup>3</sup>. Écoute attentivement l'histoire du *Panier des découvertes*. Lorsque tu entends ton aliment, lève-toi, fais le tour du demi-cercle le plus rapidement possible et rassieds-toi à ta place. Attention! Lorsque ton éducatrice dit «panier des découvertes!», tes amis et toi devez vous lever tous ensemble, sauter le plus haut possible, puis vous rasseoir. Une fois l'histoire terminée, discute avec tes camarades de ce que tu as le plus aimé.



<sup>1</sup> Les mots en caractères gras font référence à l'activité «Une histoire qui fait bouger».

<sup>2</sup> Chaque autocollant est repositionnable. Il peut donc être décollé et recollé plusieurs fois.

<sup>3</sup> Assignez un nom d'aliment à chaque enfant à partir des mots inscrits en caractères gras dans l'histoire du *Panier des découvertes*.

## Mon premier potager

As-tu remarqué les beaux légumes et fruits qui poussent dans le potager d'Olivier? Des oignons verts, du fenouil et des rutabagas y poussent. Conçois maintenant ton propre potager! Pour représenter des sillons de terre, découpe des bandes dans un papier de bricolage brun, puis colle-les sur un carton. Dessines-y ensuite les légumes et les fruits que tu aimerais faire pousser dans ton potager.



## Je vois! Je ne vois plus!

Observe bien la section de l'affiche que t'indique ton éducatrice (ex.: le potager, le panier des découvertes, la ferme). Qu'y vois-tu? Des aliments? Des personnages? Des animaux? Une fois que tu as bien examiné tous les éléments qui s'y trouvent, retourne-toi. Pendant ce temps, ton éducatrice cachera un élément avec l'autocollant. Au signal, retourne-toi et trouve quel élément est manquant!

*Piste supplémentaire: Joue à «Je vois! Je ne vois plus!» avec de vrais aliments que ton éducatrice aura déposés sur une table.*



## Dans mon panier à pique-nique, j'apporte...

Imagine que tu organises un grand pique-nique avec tous tes amis! Regarde l'affiche, puis nomme un aliment qui s'y trouve et que tu aimerais apporter en pique-nique. À tour de rôle, tes amis et toi devez répéter en ordre les aliments qui ont été nommés, en utilisant la formulation suivante: «Dans mon panier à pique-nique, j'apporte...» Ton éducatrice peut pointer sur l'affiche les aliments qui ont été nommés pour t'aider à t'en souvenir.



## D'où proviens-tu?

Observe l'autocollant que te présente ton éducatrice. Quel est cet aliment? Examine l'affiche pour découvrir d'où il provient. Vient-il d'un arbre, de la terre, d'un champ, d'un animal? Une fois la provenance de l'aliment trouvée, place l'autocollant au bon endroit sur l'affiche, puis découvre la provenance des autres aliments contenus dans le feuillet.

*Piste supplémentaire: Trouve maintenant la provenance de vrais aliments que ton éducatrice aura apportés.*



## Petit panier garni

Avec l'aide de ton éducatrice, es-tu capable de repérer les ingrédients de la recette sur la table où cuisinent les amis du *Panier des découvertes*? Et ailleurs sur l'affiche? Maintenant, mets la main à la pâte!

### Ingrédients (pour chaque enfant)

- o Petit pain de blé entier (ex.: pain à garnir, pain rond)
- o Une tranche de bulbe de fenouil d'environ 10 cm de long sur 2 cm de large<sup>4</sup>
- o Quelques feuilles de fenouil
- o Un quartier de pomme sans pelure d'environ 2 cm de large<sup>4</sup>
- o Un cube de fromage ferme fait de lait pasteurisé (côtés d'environ 2 cm)
- o 30 ml (2 c. à soupe) de saumon en conserve, égoutté
- o 5 ml (1 c. à thé) de yogourt nature, à environ 2% de M.G.
- o 1 ml de jus de citron
- o Une tige de ciboulette
- o Une pincée de poivre



### Préparation par l'enfant

Avant tout, assure-toi de t'être bien lavé les mains. Demande à ton éducatrice de couper le dessus de ton pain. Crée un petit panier en enlevant la mie de pain avec tes doigts. À l'aide d'un couteau à beurre et d'une planche à découper, coupe la tranche de fenouil, le quartier de pomme et le morceau de fromage en petits cubes. Dépose le tout dans un bol. Mesure le saumon, le yogourt et le jus de citron avec une cuillère à mesurer, puis ajoute-les aux autres ingrédients. À l'aide de ciseaux, coupe la tige de ciboulette et les feuilles de fenouil en petits morceaux au-dessus de ton bol. Mélange tous les ingrédients à l'aide d'une cuillère. Farcis ton petit pain de ce mélange, puis remets-lui son petit « couvercle ».

*Bonne idée : Ton éducatrice peut créer une anse pour ton petit panier garni à l'aide d'une tige de ciboulette!*



## Comptine

Trouve le groupe d'amis de Monsieur Étienne qui s'amuse à chanter la chanson  
Le pique-nique fantastique:  
(sur l'air de Marie avait un mouton)

C'est le moment du pique-nique,  
C'est magique,  
Magnifique,

C'est le moment du pique-nique,  
Comme c'est fantastique!

-

C'est le temps de savourer,  
Du gruau,  
Des poireaux,

C'est le temps de savourer,  
Venez déguster!

-

Nous allons nous régaler,  
De poulet,  
Et de lait,

Nous allons nous régaler,  
Venez déguster!

-

Nous allons en profiter,  
Pour bouger,  
Gambader,

Nous allons en profiter,  
Pour nous amuser!

