



ÇA GOÛTE NATURE!



OBJECTIF

Initier les enfants à la collecte des petits fruits et établir le lien entre la nature et nos aliments.



AVANT DE COMMENCER

MILIEU

Un endroit où poussent les petits fruits sauvages ou cultivés.



PÉRIODE

De fin juin jusqu'aux premiers gels, on trouve fraises, framboises, bleuets et mûres un peu partout au Québec.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- Contenants pour la cueillette
- Fruits exotiques et baies, sauvages ou cultivés, pour la dégustation

PRÉPARATION

Trouver un endroit où il y a des petits fruits à cueillir et vérifier avec le propriétaire le moment idéal pour y aller.

S'informer des méthodes de cueillette de chaque plante, afin de ne pas nuire à leur reproduction.

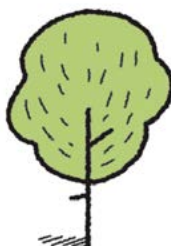
MISE EN GARDE

Les arbustes fruitiers ont souvent des épines.

Les abeilles sont attirées par les fruits.

Cueillir les fruits mûrs seulement et surveiller les contenants des enfants.

Certaines baies ne sont pas comestibles: éviter les fruits inconnus.



© Virginie Angers

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

CAUSERIE

Connais-tu des fruits? D'où viennent-ils?

Réponse: de l'épicerie, des arbres et des arbustes, des noyaux, des champs, des fermes, etc. Comment poussent-ils? Quand peut-on les récolter? Aimerais-tu cueillir toi-même ta salade de fruits?

EXPLORATION

La cueillette demande de la dextérité, de l'équilibre, de la délicatesse et du jugement. Il faut soutenir les enfants.

Puisque tenir un contenant droit et cueillir peuvent être des actions difficiles à réaliser en même temps, on peut jumeler deux enfants pour se partager ces tâches.

RETOUR

On goûte nos fruits les yeux bandés. Est-ce facile de reconnaître les fruits sans nos yeux? Est-ce que tu trouves que les fruits goûtent la même chose les yeux fermés? Quel fruit préfères-tu? Pourquoi? Pourquoi les abeilles aiment-elles les fruits? D'autres animaux mangent des fruits, les connais-tu?

Savais-tu que tous les fruits ne poussent pas chez nous? Poursuivre la dégustation avec des fruits exotiques et chercher pourquoi ils ne poussent pas ici.

Avec les fruits cueillis et ceux achetés pour la dégustation, préparer une salade de fruits pour le goûter ou le repas.

POUR ALLER PLUS LOIN

ACTIVITÉS COMPLÉMENTAIRES

- Repiquer des plants de petits fruits dans notre jardin.
- Tenter de faire pousser les noyaux des fruits consommés aux repas et aux goûters des enfants.

CHANSONS

- Salade de fruits, traditionnel
- Gilles Vigneault, *Une chanson pomme*, album *Un trésor dans mon jardin*

LIENS AVEC LES AUTRES FICHES

- Petit pouce vert
- Citrouille, ma citrouille!
- Tomber dans les pommes!

MATÉRIEL COMPLÉMENTAIRE

Livre de recettes: TEYRAS, E. (2009). *Trop bon! Les fruits et les légumes*, Mila Éditions.

Livre: BRAVI, S. (2011). *Fruits légumes*, L'école des loisirs.

Livre: DE BOURGOING, P. (2008). *La pomme et d'autres fruits*, Gallimard Jeunesse.