



# PETITS TRUCS

## pour une lecture animée

### AVANT

- Aborde le thème avec ton groupe
- Fais ressortir les connaissances des jeunes
- Fais des prédictions sur le livre (à l'aide du titre, de la couverture, des images, etc.)

### PENDANT

- Change de voix, d'intonation
- Déguise-toi, utilise des éléments de décor pour imager l'histoire
- Pose des questions aux jeunes (ex. connais-tu ce légume, connaissais-tu la couleur de ce fruit, etc.)
- Fais des liens avec leur vécu (ex. as-tu déjà vécu la même situation, as-tu déjà goûté à cet aliment, etc.)

### APRÈS

- Pose des questions et suscite les discussions (ex. auriez-vous fait la même chose, pourquoi pensez-vous qu'il a agi comme ça, etc.)
- Fais un jeu avec ton groupe sur la thématique des fruits et légumes pour faire un lien avec leurs lectures et aller encore plus loin dans l'exploration et le développement de connaissances

**Pssst!** Des idées de jeux te sont proposées aux pages suivantes, selon ton groupe d'âge. L'important c'est d'avoir du plaisir!

## 5 IDÉES EXPRESS

### pour introduire la lecture au camp

Bâtis un fort et fais-y la lecture



Éteins les lumières et lis avec une lampe de poche



Utilise les jeunes pour mettre l'histoire en scène, chacun avec son personnage, pour rendre l'histoire vivante



Installe un coin de lecture lors d'une sortie au parc ou sur l'heure du dîner



Utilise des livres de référence pour une activité (expérience, sport, nature, etc.)



## JEU 1

# Qui suis-je ?



## Matériel

**Cartons d'aliments** – Disponibles pour impression sur le [portail de Tremplin Santé](#)

**Pssst!** Si tu n'as pas les cartons d'aliments, tu peux découper des fruits et légumes dans des circulaires ou faire un atelier de dessins de fruits et légumes avec tes jeunes avant l'activité!

## Préparation

Sélectionne les cartes qui représentent un fruit ou un légume dans le paquet de cartons d'aliments.

## Objectif

Développer les connaissances entourant les fruits et légumes.



## Description du jeu

1. Sépare les jeunes en deux ou trois équipes et demande-leur de se trouver un nom d'équipe en lien avec les fruits et les légumes.
2. Place des cartons d'aliments au choix (environ 20 cartons) devant les jeunes. Les cartons servent de choix de réponses.
3. Donne un indice pour faire découvrir un fruit ou légume parmi les choix déposés devant les jeunes.
4. Invite les équipes à donner une réponse.
5. Si l'une des équipes trouve la bonne réponse, donne 1 point, puis recommence avec un autre aliment.
6. Si toutes les réponses sont incorrectes, donne des indices supplémentaires pour que les jeunes trouvent l'aliment.
7. Déclare gagnante l'équipe avec le plus de points.
8. Demande aux jeunes s'ils connaissent les aliments découverts et ce qu'ils savent sur ceux-ci (goût, origine, utilisation, conservation, etc.).



**Pour des suggestions de lecture, réfère-toi à cette icône.**

## Variantes

- Cache les cartons d'aliments pour faire une chasse aux aliments. Une fois les aliments cachés, donne des indices pour faire deviner aux jeunes quel aliment ils doivent trouver.
- Fais goûter les aliments découverts aux jeunes. Ça permet l'exploration de nouveaux aliments!

## EXEMPLES de fruits et de légumes à faire découvrir

### Cassis:

1-Je pousse dans un arbuste. 2-Je suis une baie qui forme des grappes. 3-Je suis très foncé, presque noir. 4-Ma première lettre est la même que la première lettre du mot « canneberge ».

### Carambole:

1-Je suis un fruit exotique. 2-Je suis un aliment rafraichissant, j'ai un arôme parfumé et une saveur sucrée, légèrement acidulée. 3-Je suis jaune. 4-Lorsqu'on me coupe, j'ai la forme d'une étoile.

### Groseille:

1- Je suis un petit fruit. 2-Je peux être de couleur blanche ou rouge. 3-Je forme des grappes. 4-Ma première lettre est la même que la première lettre du mot « gingembre ».

### Fruit du jacquier:

1-Je suis un gros fruit originaire de l'Inde. 2-Ma chair est jaune. 3-J'ai un goût sucré et je rappelle les saveurs de la mangue et de l'ananas. 4-Mon nom rime avec « yé! ».

### Manioc:

1-J'ai une forme allongée. 2-Je suis un légume racine. 3-Ma chair ressemble à celle de la pomme de terre. 4-On doit me consommer cuit.

### Bok choy:

1-Je suis un légume originaire de la Chine. 2-Je fais partie de la famille des choux. 3-J'ai des feuilles vertes à l'extrémité de mes tiges. 4-Mon autre nom est « pak choy ».

### Daïkon:

1-Je suis un légume originaire du Japon. 2-Ma chair est pâle. 3-J'ai un goût légèrement piquant. 4-J'ai la même forme qu'une carotte.

### Luzerne:

1-Je suis une plante. 2-On peut manger mes pousses. 3-Je peux remplacer de la laitue dans une salade ou un sandwich. 4-Je suis verte.

### Haricot mungo germé:

1-Je suis un légume asiatique. 2-Je suis connu pour être mangé en chop suey. 3-Mon nom est composé de trois mots. 4-Je fais partie de la famille des haricots.

### Edamame:

1-Je suis une légumineuse. 2-Je suis fait de soya. 3-On mange seulement mes fèves. 4-Mes fèves sont vertes.

## JEU 2

# Trouve le lien



### Matériel

**Cartons d'aliments** – Disponibles pour impression sur le portail de Tremplin Santé

**Pssst!** Si tu n'as pas les cartons d'aliments, tu peux découper des fruits et légumes dans des circulaires ou faire un atelier de dessins de fruits et légumes avec tes jeunes avant l'activité!

### Objectif

Développer les connaissances entourant les fruits et légumes.

### Description du jeu

1. Sépare les jeunes en deux équipes et demande-leur de se trouver un nom d'équipe en lien avec les fruits et les légumes.
2. Demande à chaque équipe de choisir un porte-parole.
3. Choisi 5 ou 6 fruits ou légumes qui ont une caractéristique commune (voir le tableau sur les liens entre les aliments à la page suivante).
4. Place les cartons d'aliments choisis au sol, à l'envers, devant les jeunes.
5. Retourne deux cartons d'aliments.
6. Accorde aux deux équipes 30 secondes pour se consulter et trouver le lien entre les deux fruits et légumes présentés.
7. Demande aux équipes de crier leur nom d'équipe si une d'entre elles trouve une réponse.
8. Demande à la première équipe qui a crié son nom de donner sa réponse.
9. Si la réponse est correcte, attribue un point à l'équipe, puis recommence avec d'autres cartons aliments.

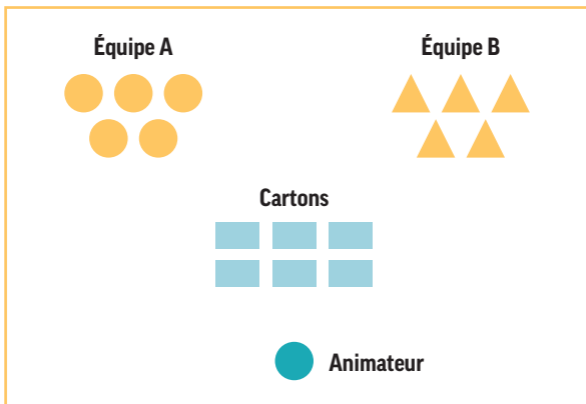


**Pour des suggestions de lecture, réfère-toi à cette icône.**

10. Si la réponse est incorrecte, accorde un droit de réplique à la deuxième équipe. Si la réponse est correcte, donne un point à l'équipe, puis recommence avec d'autres aliments.
11. Si la réponse est incorrecte, retourne un autre carton d'aliment.
12. Recommence les étapes de 6 à 11 jusqu'à ce que l'une des équipes trouve le lien entre les aliments ou que tous les cartons d'aliments soient visibles.
13. Si tous les aliments sont visibles et que les deux équipes n'ont toujours pas trouvé le lien, donne la bonne réponse!
14. Demande aux jeunes s'ils connaissent d'autres fruits ou légumes qui ont la même caractéristique.

**Pssst!**

Donne un point supplémentaire par aliment nommé.



Résumé du pointage – **1 point par bonne réponse**

## Variantes

- Varie les fruits et les légumes et les liens entre eux (ex. : couleur, texture, goût, origine, etc.).
- Ajoute un niveau d'intensité à ton activité (ex. : les jeunes doivent courir jusqu'à toi pour donner la réponse, les jeunes doivent exécuter 10 sauts avant de donner la réponse, etc.).
- Fais découvrir de nouveaux fruits/légumes aux jeunes! Choisi des fruits et légumes plus connus et d'autres que l'on voit moins souvent.



## LIENS entre les aliments

### Liens entre les aliments

### Liste de fruits et légumes

#### Fruits et légumes d'ici

Pomme, canneberge, carotte, concombre, tomate, ail, camerise, courge, fraise, bleuet, framboise, gourgane.

#### Légumes qui poussent sous la terre

Carotte, radis, pomme de terre, panais, rutabaga, daïkon, betterave, céleri rave, oignon, fenouil, manioc, patate, topinambour.

#### Fruits qui poussent dans les arbres

Banane, avocat, baie d'argousier, banane plantain, carambole, cerise, citron, clémentine, datte, figue, fruit du dragon, fruit du jacquier, goyave, kiwi, fruit de la passion, lime, litchi, mangoustan, mangue, nectarine, noix de coco, orange, pamplemousse, papaye, pêche, poire, pomme, grenade, prune, pruneau.

#### Fruits et légumes qui poussent à la surface de la terre

Cantaloup, champignon, chou, chou rouge, citrouille, concombre, courge, laitue, melon d'eau, melon miel, pâtisson.

#### Agrumes

Pamplemousse, citron, lime, orange, clémentine

#### Fruits exotiques

Pomme grenade, papaye, mangue, mangoustan, litchi, goyave, fruit du jacquier, fruit du dragon, fruit de la passion, figue, datte, carambole, ananas, baie d'argousier.

#### Fruits à noyau

Cerise, datte, pêche, nectarine, prune, mangue, pruneau.

#### Fruits à pépins

Bleuet, camerise, framboise, fraise, cantaloup, melon miel, melon d'eau, citron, pomme, poire, figue, orange, papaye.

#### Baies

Bleuet, mûre, fraise, framboise, baie d'argousier, canneberge.

## Liens entre les aliments

## Liste de fruits et légumes

### Fruits mous

Banane, banane plantain, framboise, fruit de la passion.

### Légumes croquants

Carotte, rutabaga, radis, panais, fenouil, endive, daïkon, courge, céleri rave, céleri.

### Légumes mous

Tomates, champignon, avocat, aubergine.

### Fruits ou légumes qui commencent par la lettre C

**Pssst!** tu peux utiliser n'importe quelle lettre!

Camerise, canneberge, cantaloup, carambole, cassis, céleri, céleri rave, cerise, cerise de terre, champignon, chou rouge, chou, chou-fleur, chou-rave, chou de Bruxelles, citron, citrouille, clémentine, concombre, courge, courgette.

### Fruits ou légumes rouges

**Pssst!** tu peux utiliser n'importe quelle couleur!

Betterave, canneberge, cerise, chou rouge, fraise, framboise, groseille, mangue, nectarine, piment fort, poivron, pomme, pomme grenade, radis, rhubarbe, tomate.

