

Le béret alimentaire

Objectifs :

- re-travailler l'identification, la constitution et la fonction des familles d'aliments
- re-travailler le code couleur officiel des familles d'aliments
- proposer une activité créative et ludique (si fabrication du jeu)

Niveau :

GS à CM2 avec adaptation (voir déroulement)

Nombre participants :

2 équipes de 7 soit 14 joueurs

Durée :

1h environ au total :

5-10 min pour annoncer les règles + 30 min de jeu + 10-15 min de discussion

***Nota :** faire appel à de telles notions nécessitera peut-être de refaire le point en amont avec les enfants ou simplement un rappel (notions déjà vues à l'école). Selon le cas, prévoir du temps supplémentaire.*

Lieu/espace :

Extérieur ou salle sur un espace de 20mx10m (15m entre les 2 équipes)

Principe :

Même principe que le béret traditionnel. Chaque joueur représente une famille d'aliments que l'on peut appeler de multiples façons selon le niveau des enfants (voir déroulement).

Déroulement :

***Nota :** la fabrication de cet outil peut constituer la première étape du déroulement. Elle serait par exemple le point d'orgue d'une séquence « alimentation ».*

Etape 1 : constituer les 2 équipes en attribuant une famille d'aliments par joueur. Au sein d'une équipe on retrouvera donc les 7 familles d'aliments et boissons (code couleur officiel) :

- produits sucrés
- produits gras
- viandes/poissons/œufs
- produits laitiers
- fruits et légumes
- féculents
- boissons.

Etape 2 : les 2 équipes se placent ensuite face à face, en ligne (distance mini. 15m)

Etape 3 : appeler les joueurs selon les caractéristiques des familles d'aliments et en fonction de leur niveau :

- **Nom de la famille** : *j'appelle les féculents...*
- **Couleur** : *j'appelle la famille de couleur rose (produits sucrés)...*
- **Fonction** : *j'appelle la famille qui permet d'avoir des os solides (produits laitiers)*
- **Nutriment caractéristique de la famille** : *j'appelle la famille qui apporte des vitamines et minéraux (fruits et légumes)...*
- **Aliment appartenant à la famille** : *j'appelle la famille à laquelle appartient le beurre (produits gras)*
- **Repère journalier de consommation** : *j'appelle la famille qu'on recommande de consommer 1 à 2x par jour (viandes/poissons/œufs)*

» Voir tableau joint pour des idées d'appel

Le joueur concerné doit être le plus rapide pour attraper le béret (ici un panier) placé entre les deux équipes et le rapporter dans son camp. S'il réussit à l'apporter dans son camp, il marque un point. Si l'adversaire le touche avant que celui-ci ne l'ait apporté dans son camp, alors c'est lui qui marque le point.

Etape 4 : la partie terminée, prévoir un moment d'échanges pour revenir sur les erreurs et confusions des joueurs.

Matériel :

- Panier (en guise de béret)
- Espace (voir ci-dessus)
- Chasubles couleur



Chasubles produits par des élèves de CE1

Nota : ici, le code couleur des familles n'est pas appliqué