



Province de  
Hainaut

Observatoire  
de la  
Santé



# Quand je prends mon petit déjeuner



pour les classes maternelles

# Contexte

L'Observatoire de la Santé du Hainaut est l'institut de promotion de la santé de la Province de Hainaut. Ses activités s'inscrivent dans le champ de la santé publique. Par la promotion de la santé, l'OSH a pour mission de contribuer à réduire les inégalités sociales et territoriales de santé en Hainaut et de favoriser le mieux vivre au quotidien pour tous. Cette fiche est élaborée dans le but d'accompagner les structures (écoles, ATL...) qui souhaitent promouvoir la santé de leur jeune public, par le biais d'une activité ludique, accessible, qui favorise les découvertes sensorielles en général et gustatives en particulier.

## Public

Enfants de 1<sup>ère</sup>, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> maternelles, encadrés par leurs enseignants et/ou puéricultrices, éducateurs, parents...

## Objectifs généraux

Sensibiliser à la pratique du petit déjeuner par le biais d'une activité ludique.

## Objectifs spécifiques

- Susciter la curiosité et la découverte alimentaire chez les petits.
- Contribuer au développement du vocabulaire et du langage.
- Faire appel à l'imaginaire.
- Proposer un temps convivial de dégustation.
- Susciter la réflexion des professionnels quant aux pratiques institutionnelles en matière de petit déjeuner et de collation.



## Compétences suscitées

Référentiel des compétences initiales – Tronc commun - pacte pour un enseignement d'excellence – FWB – juillet 2020.

- Écouter, observer et enrichir le bagage lexical pour comprendre une histoire, exprimer un message, décrire son environnement proche...
- Développer des compétences sociales en écoutant les autres, en utilisant les formules de politesse et de savoir-vivre (bonjour, merci, au revoir...), en partageant un espace limité.
- Développer des compétences émotionnelles en osant prendre la parole, en reproduisant au sein du groupe des sons ou des gestes mentionnés dans l'histoire.
- Effectuer des gestes pratiques du quotidien pour développer son autonomie (boire, manger...).
- Utiliser ses sens pour décrire un élément de son environnement (texture, aspect, goût, son...).
- Se déplacer selon un rythme donné.
- ...

# Matériel

- Un pyjama et une peluche servant de doudou au personnage qui raconte l'histoire.
- Différents éléments de décor (épis de blé, fleurs, abeilles...).
- Aliments et objets évoqués dans l'histoire (assiette, couverts, gobelet, pain, beurre, miel, orange et autre fruit de saison, œuf dur, lait, eau, gant de toilette, brosse à dents...).
- Enregistrement des sons évoqués dans l'histoire (cris de poules, de vache, bourdonnement d'abeille, musique de type espagnol...), gsm et haut-parleur.
- Matériel et aliments pour la dégustation : essuie-tout, gobelets, pain, beurre, fruit de saison, eau éventuellement infusée, matériel pour nettoyer les tables ...

# Conseils d'utilisation

- Réaliser l'activité le matin, pour plus de cohérence avec le thème.
- Réaliser l'activité dans le local classe (coin lecture ou détente pour l'histoire, tables et chaises pour dégustation) ; l'animation peut éventuellement être réalisée dehors (toutefois, tenir compte des sollicitations sensorielles externes : bruits, insectes, passage...).
- La présence de l'enseignant (ou encadrant de référence) permet de travailler avec l'ensemble du groupe classe.
- Prévoir environ 1h15, y compris l'installation, la dégustation et la remise en ordre du local.
- Définir l'offre alimentaire et les ressources nécessaires : budget, logistique achats/ préparation/ remise en ordre; tenir compte des risques d'allergies alimentaires, de la conservation des denrées et de l'utilisation des restes éventuels.
- Réfléchir avant et/ou après par rapport à l'offre alimentaire de l'institution et envisager des ajustements si besoin.

# Déroulement de l'activité

- Préalable : préparer le local : chaises ou coussins pour l'écoute, décor, accessoires et aliments pour l'histoire...
- Accueillir et installer un climat propice à l'animation ; mettre les enfants en confiance et favoriser leur attention.
- Expliquer les étapes de l'animation.
- Raconter l'histoire, en y joignant des gestes, des mouvements, en montrant si possible différents éléments de décor, les aliments/objets évoqués dans l'histoire.
- Evoquer le cri des animaux de l'histoire (enregistrements, haut-parleur...).
- Partager une collation basée sur les aliments évoqués dans l'histoire.
- Clôturer l'activité par une comptine.



## Prolongements possibles

L'animation peut venir en soutien d'un projet "santé" déjà en cours au sein de la classe/l'école ou être le point de départ de diverses activités telles que :

- Initier aux mathématiques et développer le vocabulaire spatial à partir des couverts et des aliments (à gauche, à droite, dedans...), à partir des déplacements à effectuer lors de visites pédagogiques...
- Initier à l'éveil scientifique, développer le sens de l'observation et le questionnement lors de visites (ferme, boulangerie, fabrication de fromage ou de pain...).
- Enrichir le champ lexical et syntaxique : lectures, comptines, vocabulaire des animaux (mâles/femelles/petits/cris...), termes liés à l'espace, au matériel, au schéma corporel, aux émotions et besoins...
- Initier à l'éducation culturelle et artistique : peintures de fruits de saison "à la manière de ...", bricolages autour des fruits de saisons, élaboration de saynètes et/ou chorégraphie en lien avec le thème de départ...
- Initier au schéma corporel, à l'hygiène corporelle ; apprendre et reproduire le brossage des dents, des mains...

## Ressources documentaires et littéraires

- Animation inspirée de "Quand je prends mon petit déjeuner" de Peter Elliott, éditions Pastel et de la mise en scène de Edith Van Malder et Adrian Diaz, theatrecoeurdeterre.com , dans le cadre de "petites histoires pour grandes oreilles confinées", <https://www.facebook.com/942797019165996/posts/3015517148560629>
- Comment organiser un petit déjeuner équilibré ? Guide d'aide à l'action pour les professionnels, OSH, 2018
- "Le petit déjeuner de Trotro et Zaza", Bénédicte Guettier, Gallimard jeunesse, 2015.
- "Igor dévore", S. Heilporn et N. Du Bled, Labor, 1991.
- "Le petit déjeuner de la famille souris", Kazuo Iwamura, Ecole des Loisirs, 1985

N'hésitez pas à consulter la bibliothèque de votre commune pour davantage de ressources !



Rue de Saint-Antoine, 1  
7021 Havré



observatoire.sante@hainaut.be



+32 (0)65 87 96 00



observatoiresante.hainaut.be

