

LE TABLEAU QUI SE MANGE



Matériel à utiliser :

Des aliments de toutes les couleurs
Le contenu de votre prochain repas, goûter

Déroulement de l'activité :

Préparez avec votre enfant une jolie assiette avec les différents ingrédients que vous avez sous la main.

Bon appétit !!!

Âge :
Dès 2 ans

Pourquoi c'est important : Le plaisir et l'envie de goûter passe par la vue, l'odorat, le toucher (avec les textures). Pour qu'un enfant s'intéresse à la nourriture, il faut qu'il puisse la sentir et la toucher avec les doigts (pour en appréhender la texture avant de l'avoir dans la bouche).

Il faut aussi l'autoriser à s'en amuser, ainsi les ateliers culinaires peuvent lui permettre de faire progresser son envie de découverte.