Cuisiner et apprendre ensemble

De nombreux enfants aiment cuisiner. Il n'en demeure pas moins que les parents et les intervenantes en garderie pourraient hésiter à accueillir à bras ouverts de jeunes chefs enthousiastes dans la cuisine, anticipant dégâts, grabuge et résultats peu appétissants. Toutefois, cela vaut la peine de planifier et de prendre le temps d'aider les enfants à préparer des recettes simples. Faire la cuisine est une activité non seulement amusante mais éducative. En fait, cuisiner aide les enfants à développer d'importantes capacités dans plusieurs domaines y compris le langage, les sciences, l'expression artistique, le développement sensori-moteur, le développement socio-émotionnel, les études sociales et les mathématiques.

Sciences

- ✔ enquêter sur l'origine de la nourriture
- ✔ propriétés physiques de la nourriture
- ✔ nourriture et changement de température
- ✔ comment la nourriture change d'un état ou d'une forme à l'autre
- ✔ prédire et vérifier des prédictions

Expression artistique

- ✔ équilibre
- ✔ développement esthétique
- ✔ connaissance de la couleur, de la forme, de la texture

Développement socio-émotionnel

- ✔ attendre son tour, partager
- ✔ sentiment de compétence
- ✔ sensation d'indépendence
- ✔ respect pour le travail de l'autre
- ✔ nouvelles expériences

Études sociales

- ✔ mets ethniques
- ✔ mets régionaux
- ✔ géographie
- ✔ signification de la nourriture pour différentes cultures

Développement sensori-moteur

- ✔ différenciation du goût et de l'odeur
- ✔ toucher et texture de la nourriture, grosseur
- ✔ vue et apparence de la nourriture
- ✔ coordination des petits muscles (hacher, brasser)
- ✔ coordination des gros muscles (pétrir, mélanger)

Langage

- ✔ lire des recettes
- ✔ poser des questions
- ✔ apprendre un nouveau vocabulaire
- ✔ écrire et noter
- ✔ suivre des directives écrites et verbales

Mathématiques

- ✔ nombres, fractions
- ✔ séquence
- ✔ classifier
- ✔ mesurer
- ✔ développement des concepts spatiaux

Nutrition

- ✔ essayer des aliments nouveaux et non conventionnels
- ✔ apprendre à connaître Le guide alimentaire canadien
- ✔ développer des attitudes positives sur la nutrition
- ✔ planifier une collation ou un repas sain

*Conçue par Susan Vaughn en 1993 pour la Fédération canadienne des services de garde à l'enfance. Information tirée de **Cuisiner avec des enfants**, publié par le ministère de la Santé et des Services communautaires du Nouveau-Brunswick et de « Creative Food Experiences for Children, » à partir du livre **Health, Safety and Nutrition for the Young Child** par Lynn R. Marotz, Jeanettia M. Rush et Marie Z. Cross. Révisée en 2001. Aucune permission n'est exigée pour photocopier la présente feuille-ressources dans un but d'éducation publique. Les copies ne peuvent être vendues. Pour acheter ou réimprimer ce document, veuillez écrire à la FCSGE, 383, avenue Parkdale, bureau 201, Ottawa (Ontario) K1Y 4R4. Tél. : 1 800 858-1412 ou (613) 729-5289. Téléc. : (613) 729-3159. Courriel : cccf@cfc-efc.ca.* © FCSGE 2001