FICHE PÉDAGOGIQUE

1.Regarde le petit dessin animé sur www.goodcook.be
Les fruits et légumes découverts dans le clip ont chacun leur propre talent, selon la saison. Découpe les figures ci-dessous et colle-les dans la bonne saison sur le calendrier à la page 4.

Energie

Hydratation

Résistance

Résistance

NOS FRUITS ET LÉGUMES ONT CES QUALITÉS GRÂCE AUX VITAMINES, MINÉRAUX, EAU ET FIBRES QU'ILS CONTIENNENT !

2. A quoi servent les éléments de la colonne B ? Relie les avec leur qualité dans la colonne A.

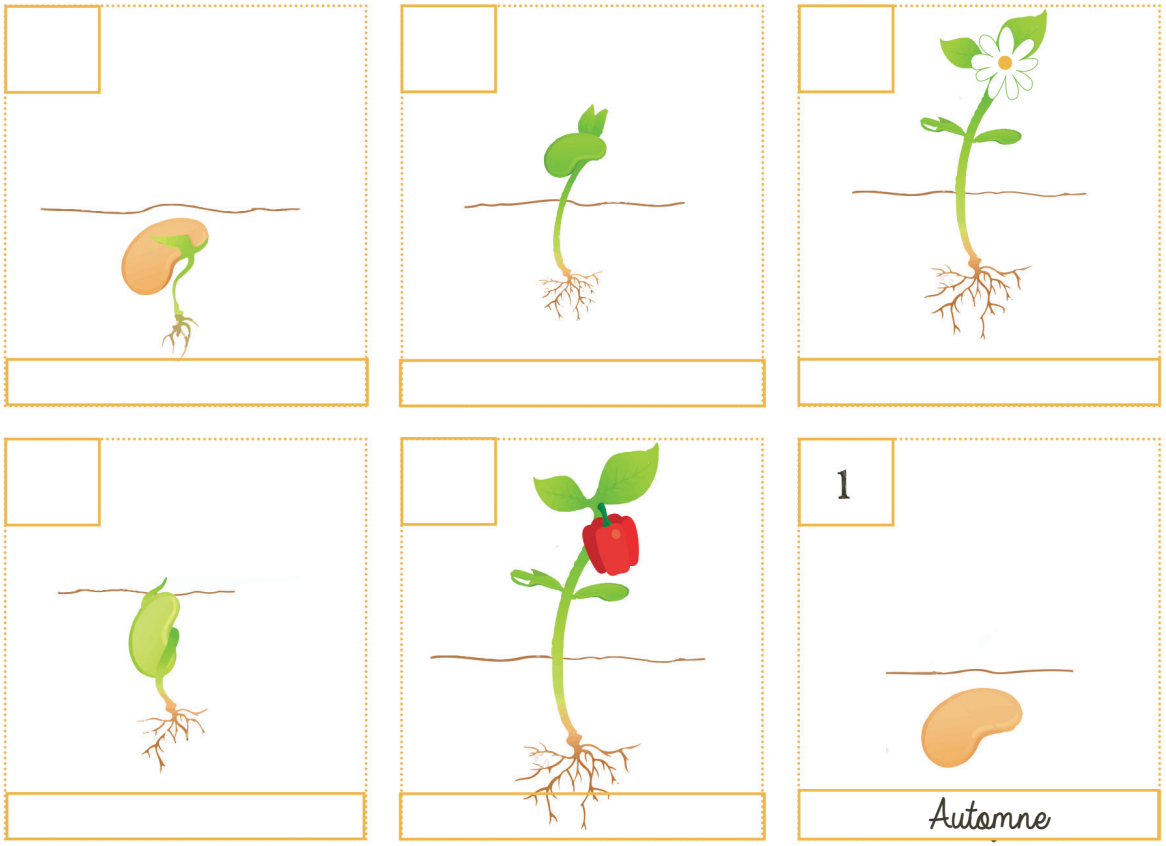
A	B
HYDRATATION •	• VITAMINE B + MAGNÉSIUM
ENERGIE •	• EAU
RÉSISTANCE •	• VITAMINE C + VITAMINE A

FICHE PÉDAGOGIQUE

3. Relie la saison de la colonne A avec la catégorie de légumes correspondant dans la colonne B.

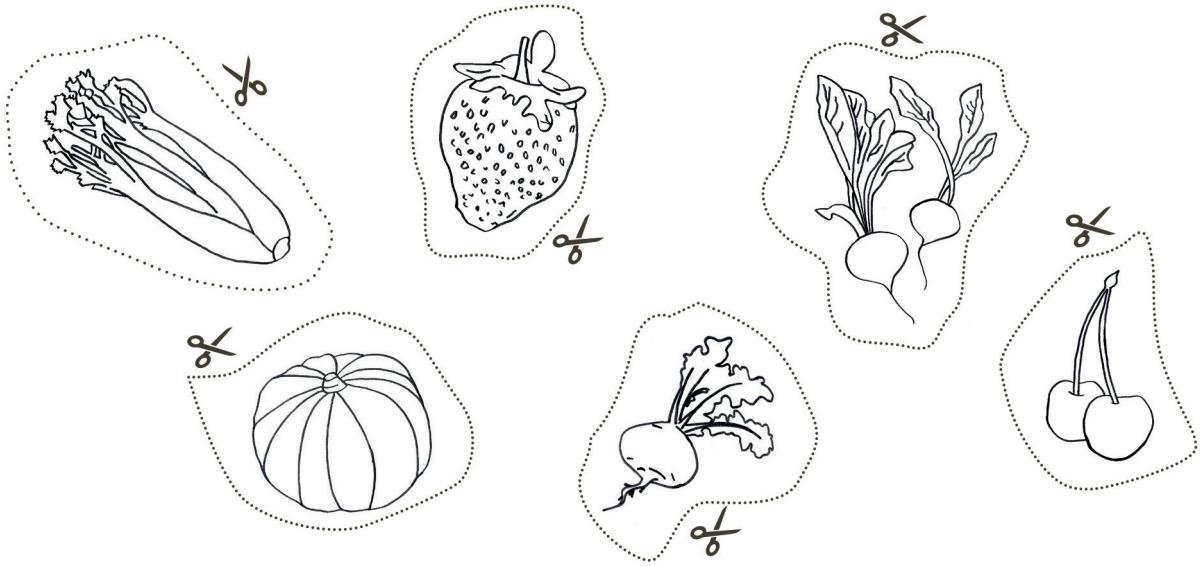
A	B
ÉTÉ •	• LÉGUMES RACINES ET CHOUX
AUTOMNE / HIVER •	• LÉGUMES FEUILLES
PRINTEMPS •	• LÉGUMES FRUITS

4. Les légumes prennent du temps pour pousser. Remets de l'ordre dans les images ci-dessous et découvre comment le poivron pousse.



FICHE PÉDAGOGIQUE

5. Colorie les fruits et légumes. Ensuite, découpe-les et place les dans la bonne saison du calendrier des fruits et légumes en page 4.



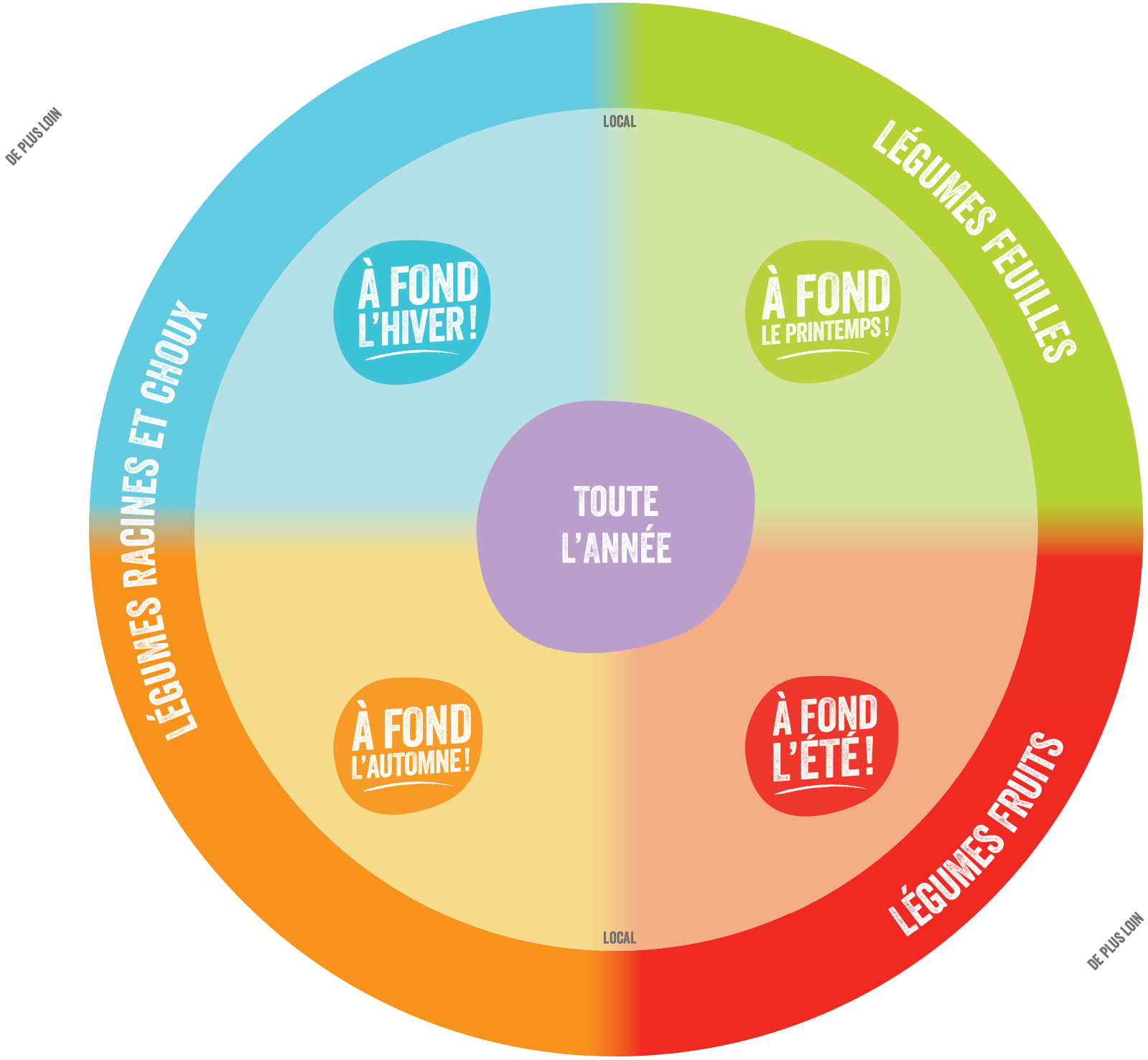
6. Réponds à ces quelques questions et présente cela au reste de la classe !

Quel est ton légume préféré ?.....

A quelle saison le récolte-t-on en Belgique ?.....

Aquel groupe de légume appartient-il ? (Légume feuille / légume racine / légume fruit).....

Dessine le ci-dessous. Ensuite coupe-le pour le coller sur la bonne saison du calendrier des fruits et légumes.


DE PLUS LOIN
LOCAL
LÉGUMES FEUILLES
À FOND L'HIVER !
À FOND LE PRINTEMPS !
TOUTE L'ANNÉE
LÉGUMES RACINES ET CHOUX
À FOND L'AUTOMNE !
À FOND L'ÉTÉ !
LÉGUMES FRUITS
LOCAL
DE PLUS LOIN