

# Atelier 1

## Découverte tactile des aliments

### Objectifs :

- Familiariser les enfants avec les aliments et leur apprendre à décrire leurs sensations tactiles.

### Organisation :

- Activité à réaliser en petits groupes de 8-10 enfants pendant 15 mn environ  
Les enfants auront les yeux bandés et toucheront les aliments.  
Ils devront :
  1. Décrire l'aliment.
  2. Deviner le type d'aliment (fruit, légume, féculent ...).
  3. Dire son nom.

### Matériel :

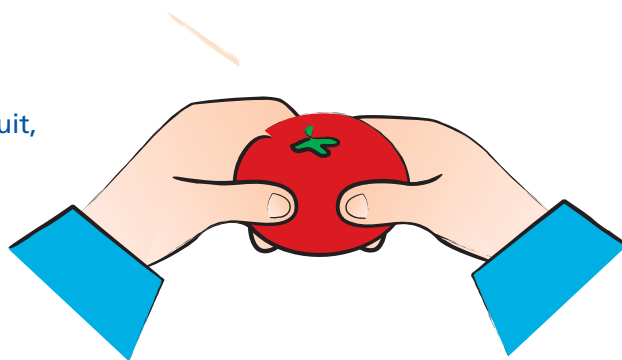
- Bandeaux ou foulards
- Aliments divers
- La fiche "Toucher, c'est trouver" (fiche de l'atelier 1)

### Observations :

- La découverte tactile est importante car elle permet d'établir une première approche de l'univers de la dégustation.
- Cette première approche permet également d'atteindre l'objectif final : celui de goûter, de dépasser et d'approivoiser ses peurs alimentaires.
- Toucher un aliment les yeux bandés permet de ne pas avoir peur mais aussi d'éviter les a priori.

### Prolongement :

- Décrire les sensations tactiles en bouche.
- Comparer le cru et le cuit et réciproquement.



### Cycles concernés :

2 et 3

La fiche d'analyse "Toucher, c'est trouver" aidera les enfants à décrire leurs sensations aliment par aliment.

## Toucher, c'est trouver

### Aliment 1

**Décrire  
l'aliment : est-il ?**

Mou  
Dur  
Rugueux  
Granuleux  
Lisse  
Piquant

**A quelle famille  
d'aliment appartient-il ?**

**Donner son nom :**

### Aliment 2

**Décrire  
l'aliment : est-il ?**

Mou  
Dur  
Rugueux  
Granuleux  
Lisse  
Piquant

**A quelle famille  
d'aliment appartient-il ?**

**Donner son nom :**

### Aliment 3

**Décrire  
l'aliment : est-il ?**

Mou  
Dur  
Rugueux  
Granuleux  
Lisse  
Piquant

**A quelle famille  
d'aliment appartient-il ?**

**Donner son nom :**