

Organisation du temps de l'enfant/ élève à l'école maternelle

FICHE REPERE : LA COLLATION

Du point de vue de la santé publique elle n'a plus d'intérêt à l'heure actuelle, pour la majorité des enfants. Elle serait même plutôt néfaste au regard de l'augmentation des cas d'obésité chez l'enfant, si on ne respecte pas certains principes de base.

Le poids culturel de ce moment jugé « convivial » est à prendre en compte dans les choix de l'école de supprimer ou maintenir ce goûter.

Là où elle est maintenue, elle peut et devrait, offrir un support intéressant. du point de vue pédagogique.

Le choix peut aussi être fait de maintenir une collation seulement à certaines périodes, dans le cadre d'un projet de classe, d'école, à l'occasion de la semaine du goût, par exemple.

Des conseils pour l'enseignant:

- Avoir la main sur le contenu. C'est donc l'école qui organise et gère et qui informe les familles de ses choix et les justifie.
- Organiser cette collation dès l'accueil si les enfants viennent de loin, ne déjeunent pas, ont pris un petit déjeuner très tôt
- Sinon le placer au minimum 2 heures avant le repas de midi
- Donner de petites quantités en évitant les aliments gras et sucrés
- Privilégier des aliments peu consommés : fruits, légumes, céréales, laitages divers
- Veiller à mettre les élèves en réelle situation de prise de repas (assis à une table, dans de bonnes conditions d'hygiène...)
- Favoriser une atmosphère propice au repas.
- Susciter les échanges entre élèves
- Ne pas forcer à manger mais inciter à « goûter »
- Impliquer les enfants dans l'organisation, la distribution, le débarrassage...

Des objectifs pour les élèves :

- apprendre à distribuer, à compter, à partager
- apprendre à respecter l'autre, à respecter les aliments
- s'initier à l'hygiène alimentaire
- prendre conscience du besoin de repas équilibrés, définir un petit déjeuner équilibré
- conquérir son autonomie
- trouver sa place
- exprimer ses goûts
- échanger, enrichir son lexique