

# LE GÂTEAU D'HANDY



## LE GÂTEAU AU YAOURT

Je te propose de réaliser un gâteau où ton unité de mesure sera ton pot de yaourt. Pas besoin de balance, tu peux te lancer dans l'aventure. N'hésite pas à jouer avec des moules rigolos. Bon appétit !

## AVANT LA RECETTE

Lave-toi bien les mains et à chaque fois que tu seras tenté de goûter la pâte, relave-toi les mains.

Demande à un adulte de t'installer dans un espace où tu seras à la bonne hauteur pour manipuler les ingrédients.



## LES APPORTS NUTRITIONNELS

**L'œuf** est riche en vitamines essentielles à ta santé (B2, B12, A et E), en minéraux essentiels pour te permettre de bien grandir.

**La farine** contient des protéines végétales et des glucides pour te donner plein d'énergie.

**L'huile et le beurre** apporteront des bonnes graisses pour ton corps et rendra ton gâteau souple.

**La levure** permet de faire gonfler ton gâteau.

**Le sucre vanillé** apporte un bon goût à la pâte. Mais tu peux le remplacer par des fruits ou une autre saveur (fleur d'oranger...)





## LES USTENSILES



1 SALADIER

1 CUILLÈRE EN BOIS

1 MOULE

1 FOUR



## LES INGRÉDIENTS



YAOURT

FARINE

SUCRE

HUILE

OEUFS

LEVURE

SUCRE  
VANILLÉ

BEURRE



1 SACHET

1 SACHET

1 NOIX



## LA PRÉPARATION

1



DANS UN SALADIER. MÉLANGE LE YAOURT, LA FARINE ET LA LEVURE

2



AJOUTE ET MÉLANGE LE SUCRE, LE SUCRE VANILLÉ ET L'HUILE

3



CASSE LES OEUFS ET AJOUTE-LES À LA PÂTE

4



BEURRE LE MOULE ET AJOUTE-Y LE MÉLANGE

5



FAIS CUIRE À 180 DEGRÉS PENDANT 30 MINUTES

## LES VARIANTES

Tu peux insérer des fruits, d'autres arômes (fleur d'oranger, citron), des graines (noisettes, noix...) dans la pâte de ton gâteau.

**MAINTENANT QUE TU AS TON GOÛTER, VIENS JOUER...**

La séance ci-après peut être proposée à tous les membres de la famille et chacun peut se « challenger » sur la réussite au tir, au temps effectué...



# ÉTEINDRE LE FEU



## L'HISTOIRE

« Les **pompiers** partent de la caserne et vont éteindre le feu qui menace les maisons. Pour atteindre les flammes, les **pompiers** doivent éviter tous les obstacles de la ville ».



## ORGANISATION

Une réserve de ballons placée derrière chaque point de départ (cerceaux), des grands plots pour matérialiser les arbres, les cages pour matérialiser les maisons.

Les enfants vont partir chacun leur tour avec un ballon en main.



## DANS CE JEU L'ENFANT VA...

- Se déplacer vers une cible,
- Éviter des obstacles,
- Sauter,
- Lancer en visant une cible.



## CONSEILS

- Vérifier que les enfants démarrent chacun leur tour et qu'ils passent dans chaque colonne.

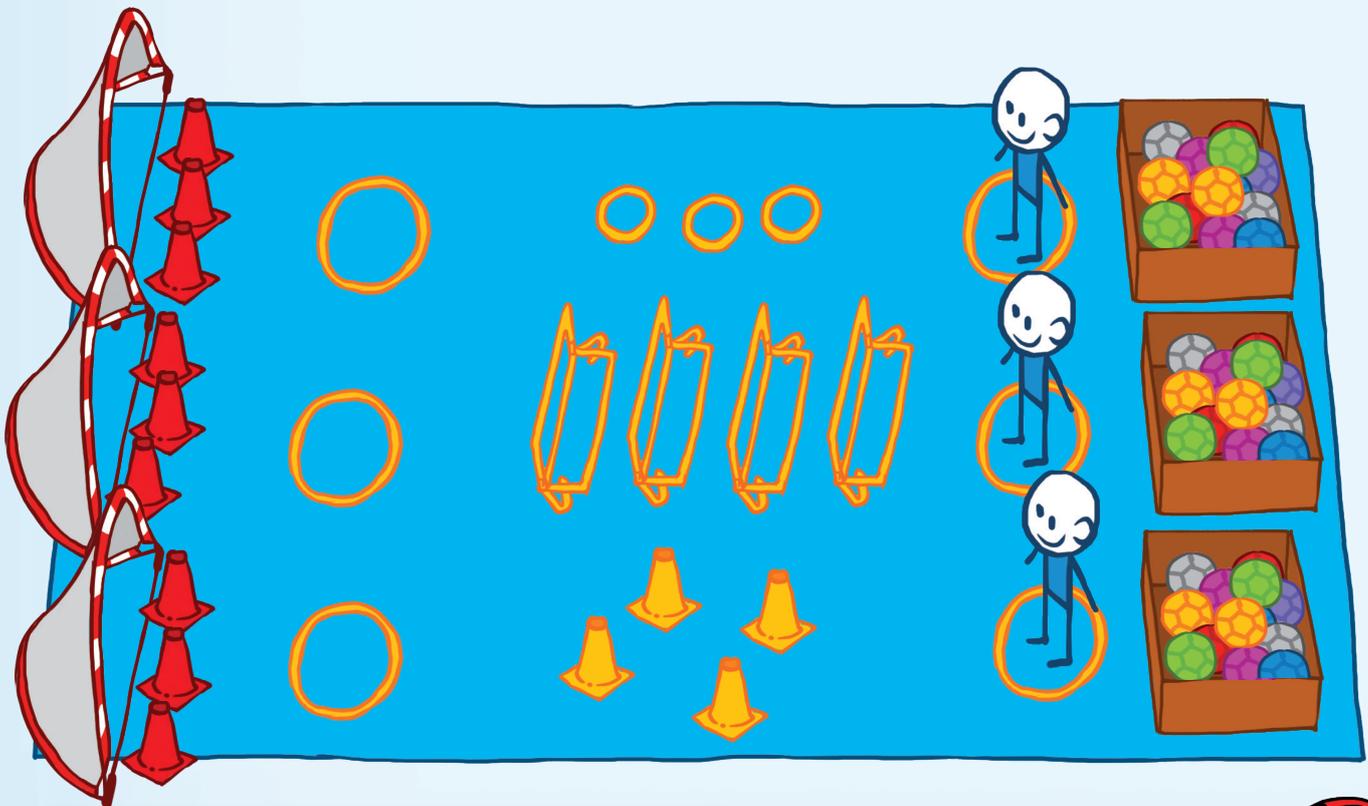
- Vous pouvez remplacer les plots par des bouteilles ou des briques de lait, les cerceaux par les carreaux du carrelage/lino ou autres marques sur le sol et les haies par des briques de lait inclinées. N'hésitez pas à demander à vos enfants quels obstacles ils aimeraient mettre dans ces parcours. Les cibles peuvent être symbolisées des tee-shirts au sol, des bouteilles... votre imagination sera votre meilleure alliée.



## EXPLICATIONS

Au signal les pompiers démarrent avec un ballon et vont lancer leurs seaux d'eau sur les flammes lorsque le ballon est lancé, changement de colonne.

Le jeu s'arrête lorsque toutes les flammes sont éteintes (plots renversés).



### RENDRE PLUS FACILE

- Raccourcir les distances de tirs.

### FAIRE ÉVOLUER

- Varier la distance de tir.
- Mettre différents obstacles sur le même parcours.



## LE MATÉRIEL

- Cerceaux,
- Ballons,
- Haies, plots, palets.

