



DES SPAGHETTIS ARC-EN-CIEL

Aujourd'hui je vais t'apprendre à cuire des spaghettis. C'est une des choses les plus simples à faire en cuisine.

1/ Tu fais bouillir de l'eau dans une casserole avec un peu de sel

2/ Quand l'eau bout (que ça fait des bulles), tu mets tes pâtes crues dedans. Tu remues régulièrement pour pas que ça colle. Normalement, entre 9 et 12 minutes de cuisson, c'est prêt. Moi je goutte pour savoir :-P (je suis gourmande mais chuuut)

3/ Quand c'est cuit, tu égouttes tes pâtes.

Personnellement, après les avoir égouttées, je rajoute une noix de beurre pour qu'elles ne se recollent pas entre elles. Tu peux mettre aussi quelques gouttes d'huile d'olive.

Alors maintenant que tu as tout compris sur la cuisson des pâtes, tu vas pouvoir faire des pâtes arc-en-ciel.

Pour cela, il faut que tu cuises tes spaghettis dans des casseroles différentes. Et dans chaque casserole d'eau bouillante, tu mets quelques gouttes de différents colorants alimentaires.

Quand tes pâtes sont cuites et égouttées, tu les mélanges et là, c'est un festival pour les yeux. C'est super chouette à déguster :-)





LE POISSON ARC-EN-CIEL



1/ Dessine un gros poisson sur une feuille blanche. Tu peux rajouter un oeil et un grand sourire.

2/ Prends un bâton de céleri (ça a une forme un peu incurvée). Si tu n'en as pas, prends un batonnet de carotte (ou de concombre), dans lequel tu auras creusé pour donner la forme d'un croissant de lune.

3/ Mets un peu de peinture dans une assiette, dans l'ordre des couleurs de l'arc en ciel : rouge, orange, jaune, vert clair, vert, bleu, violet.

4/ Trempe ton bout de céleri dans la peinture et tamponne ton poisson pour faire les écailles, aux couleurs de l'arc-en-ciel.



LA COURSE AUX COULEURS

Demande à un adulte de préparer le jeu :

- il faut bander les yeux des joueurs,
- il faut coller au sol (avec de la pâte à fixe) des feuilles de différentes couleurs, dans différents endroits.

Les joueurs démarrent le jeu à différents endroits de la maison (ou du jardin si vous jouez dehors). Tout le monde a encore les yeux bandés.

Au TOP départ, tous les joueurs enlèvent le foulard sur leurs yeux, repèrent une couleur au sol, et courent, pour aller le plus vite possible chercher un objet de cette couleur et le poser sur la feuille.

Une fois qu'un objet est sur une feuille, il faut faire pareil avec une autre feuille de couleur.

Le ou la gagnant(e) est le joueur qui a posé le plus d'objets sur les feuilles.

C'est aussi possible de proposer les mêmes feuilles de couleurs à chaque joueur, et celui ou celle qui réussit à poser les objets en premier sur toutes les feuilles est le vainqueur.

VARIANTES :

Il est possible, au lieu de mettre la couleur sur le papier, de l'écrire :

- en majuscule,
- en script,
- en anglais,
- ou encore avec une devinette. Au lieu d'écrire rouge, on pourrait écrire "la couleur du manteau du père Noël".

Il faut juste un peu d'imagination pour mixer le jeu et les apprentissages.



DES COULEURS EN MUSIQUE

Au pays des couleurs (sur la mélodie de : Sur le pont d'Avignon).

REFRAIN :

Au pays des couleurs, on y danse, on y danse
Au pays des couleurs, on y danse tous ensemble

Quand je dis rouge, personne ne bouge
Quand je dis bleu, tu fermes les yeux

Quand je dis orange, tu bouges tes hanches
Quand je dis vert, tu touches par terre

Quand je dis violet, tu passes le balai
Quand je dis gris, la chanson est finie...

Mais quand je dis mauve, **TOUT LE MONDE SE SAUVE!!!!**

Maintenant que tu maîtrises la chanson et que tu as compris les gestes, je te propose deux choses :

1/ Tu vas dessiner sur cette chanson en même temps que tu la chantes et que tu fais les gestes. C'est pour la coordination tu vas voir c'est très drôle. Donc pendant le refrain, tu dessines (ce que tu veux), en dansant. Et pendant les couplets, tu prends la couleur que tu chantes (par exemple le rouge) et ensuite tu fais le mouvement de la chanson. Tu dois être rapide. Alors évidemment, tu dois avoir les feutres ou les crayons des couleurs déjà posés sur la table pour que ce soit plus facile.

2/ Maintenant, un autre exercice de coordination : un joueur va chanter uniquement le refrain. Quand il le chante lentement, tu dessines avec du jaune. Quand il chante à une vitesse très rapide, tu prends du rouge, et quand la vitesse est moyenne, tu prends du bleu. Celui qui chante alterne entre ces 3 vitesses, il change quand il veut de rythme. Et toi, tu dois changer de couleur en fonction.