



LIVRET D'ACTIVITÉS

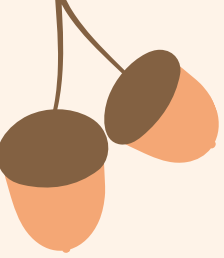


AUTOMNE 2024



Les P'tits Matelots

 Soyez capitaine de votre navire ! 



SOMMAIRE

RECETTES DE CUISINE

Soupe de châtaignes

Croque-automne

Cookies araignées



ACTIVITÉS MANUELLES

Collage d'automne

Feuilles d'automne artistiques

Pot à crayon terrifiant

COMPTINES

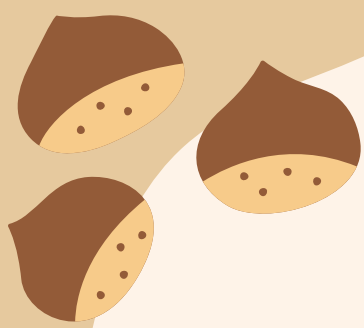
“Les marrons”

“Vent frais”

“La valse de l'automne”



COLORIAGES



SOUPE DE CHÂTAIGNES

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 250g de châtaignes
- 1 cube de bouillon de volaille
- 2 pommes de terre
- 2 vaches qui rît



1. Pour réaliser ce velouté de châtaignes, faites cuire les châtaignes à l'eau pendant 35 min dans une grande casserole. Ensuite, épluchez-les. Mettez de l'eau à chauffer avec le cube volaille.
2. Ajoutez ensuite les châtaignes et pommes de terre et laissez cuire durant 30 min dans le bouillon de volaille. Puis, mixez ensuite le velouté avec 2 vache qui rit si ce n'est pas assez épais.
3. Salez et poivrez ensuite versez aussitôt votre velouté dans des assiettes creuses et dégustez-le avec des croûtons de pain maison par exemple.



CROQUE-AUTOMNE



Ingrédients (pour 4 personnes)

- 1/2 courge butternut
- 125g de feta
- 8 tranches de pain de campagne
- 50g de beurre
- Du persil

1. Éplucher la courge butternut, retirer les graines puis la couper en dés.
2. Cuire la courge 20 minutes dans une grande casserole d'eau bouillante.
3. Réduire la courge en purée puis émietter la feta, mélanger.
4. Garnir 4 tranches de pain avec la purée de butternut à la feta puis refermer.
5. Faire fondre le beurre dans une poêle puis cuire les croques 5 minutes de chaque côté, ils doivent être bien dorés !

6. **Régalez-vous !**

Conseil : Vous pouvez remplacer la feta par du chèvre ou du roquefort !



COOKIES ARAIGNÉES



Ingrédients :

- 210g de farine de blé
- 1 c. à café de levure chimique
- 1 pincée de sel
- 55g de sucre de fleur de coco
- 1 oeuf
- 45g d'huile de noisettes
- 45g de lait
- 60g de pépites de chocolat noir
- Quelques noisettes entières
- Un peu de pâte d'amande blanche
- Un c. à café de chocolat en poudre



1. Dans un saladier, mélanger la farine, la levure chimique, le sel et le sucre de fleur de coco.
2. Ajouter l'œuf, l'huile de noisettes et le lait. Mélanger jusqu'à obtention d'une pâte homogène puis incorporer les pépites de chocolat. Mélanger de nouveau.
3. Préchauffer le four à 180°. Séparer la pâte en 7 puis former les cookies. Appuyer légèrement au centre avec le pouce pour pouvoir placer la noisette chocolatée après la cuisson.
4. Enfourner pendant 15 minutes. À la fin de la cuisson, laisser refroidir.
5. Faire fondre le chocolat et tremper les noisettes dans celui-ci. Placer une noisette au centre de chaque cookie et laisser figer.
6. Pendant ce temps, former 14 petites boules avec la pâte d'amande pour former les yeux des araignées.
7. Mélanger à la main le reste de la pâte d'amande avec le chocolat en poudre, modeler des boudins très fins et les couper en deux pour former les pattes des araignées.
8. Faire de toutes petites boules avec de la pâte chocolatée et les placer au centre de chaque œil.



COLLAGE D'AUTOMNE



Matériel :

- Bâton de colle
- Feuilles de papier épaisses
- Feutres, crayons
- Ciseaux
- Feuilles d'arbre



1. Ramassez les feuilles d'automne lors d'une agréable promenade en famille. Encouragez les enfants à observer les différentes formes et couleurs des feuilles qu'ils trouvent.
2. Dessinez un motif d'animal facile ou un personnage à customiser sur la feuille épaisse. Il peut s'agir de seulement de la tête de l'animal/du bonhomme ou le corps entier, avec des formes plutôt larges et rondes pour pouvoir le personnaliser facilement. Si vous préférez, vous pouvez également imprimer un modèle.
3. Coupez les tiges des feuilles d'automne pour les préparer à être collées.
4. Proposez le dessin à votre enfant et encouragez-le à le personnaliser selon ses envies. Il peut ainsi coller les feuilles d'automne où il le souhaite pour transformer le dessin de l'animal en une véritable œuvre d'art automnale.



FEUILLES D'AUTOMNE ARTISTIQUES



Matériel :

- Pastels gras
- Feuilles de papier épaisses
- Feuilles d'arbre

1. Posez une feuille blanche sur votre plan de travail. Posez du scotch sur les coins supérieurs de la feuille blanche pour qu'elle ne bouge pas lors de l'activité.
2. Disposez ensuite joliment les feuilles automnales par dessus.
3. Une fois disposées comme vous aimez, utiliser quelques morceaux de papier collant pour maintenir le tout bien fixe.
4. Enfin, placez une feuille blanche par dessus. Puis, il suffira simplement que l'enfant prenne le pastel de son choix et qu'il le fasse rouler sur la feuille pour dessiner l'empreinte de la feuille d'automne qu'il y a en dessous.

POT À CRAYON TERRIFIANT

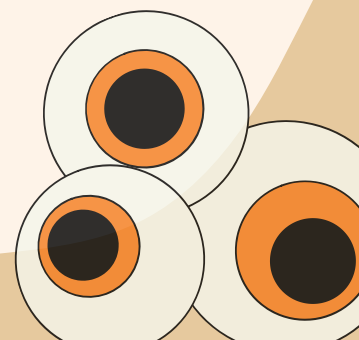


Matériel :

- Un bocal en verre
- Des yeux mobiles adhésifs
- De la peinture acrylique aérosol
- Un ruban de satin

1. Récupérer des pots en verre de différentes tailles.
2. Bien les laver et enlever les étiquettes et les résidus de colle.
3. Les mettre la tête en bas puis appliquer au moins 2 couches de peinture noire avec l'aérosol acrylique (à faire par un adulte, à l'abri du vent dans une pièce aérée).
4. Laisser sécher une journée.
5. Coller ensuite les gommettes yeux sur les pots de façon aléatoire en alternant les différentes tailles.
6. Une fois les yeux collés, nouer un ruban de satin sur la partie haute du pot puis le remplir de crayons, cotillons, bonbons...

Patience et minutie seront de mise pour obtenir ces rangements joliment monstrueux !



LES MARRONS

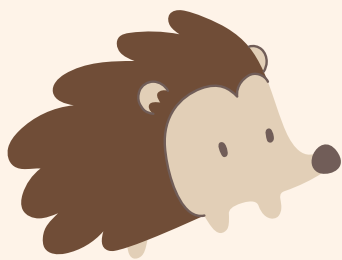
(A chanter avec un marron dans chaque main)

Ron, ron ron,
Deux marrons tout ronds.

Pic, pic, pic,
Deux marrons qui piquent.

Lisse, lisse, lisse,
Deux marrons tout lisses.

Marrons...



Hérissons...

Aïe, aïe, aïe !

Sophie Ireson





VENT FRAIS

(Comptine à répéter à l'infini)

Vent frais, vent du matin

*Vent qui souffle aux sommets
des grands pins*

Joie du vent qui souffle

Allons dans le grand

Vent frais, vent du matin...





LA VALSE DE L'AUTOMNE

C'est la valse de l'automne,
Entre les arbres, le vent fredonne.
Tourbillonnent, tourbillonnent,
Mille et une feuilles !

C'est la valse de l'automne,
Allons cueillir des pommes.
Remplissons vite le panier,
La pluie me mouille le nez.

L'automne fait son retour,
Les jours deviennent plus courts.
Allumons des citrouilles,
Et partons en vadrouille.

C'est la valse de l'automne,
Il fait plus froid et je frissonne.
Couvrons-nous, couvrons-nous,
Boutonne-moi jusqu'au cou.

C'est la valse de l'automne,
Entre les arbres, le vent fredonne.
C'est l'automne, c'est l'automne,
Viens jouer dans les feuilles.
Dans les feuilles de l'automne !
C'est l'automne, l'automne !

Philippe Flahaut







Autumn

