

Activités didactiques

Les aliments : apprenons à les reconnaître et à les déguster



Introduction

Vous trouverez ci-dessous trois idées d'activités pour apprendre à connaître, distinguer et apprécier les aliments. Utilisez votre créativité pour les adapter à votre situation (environnementale, sociale, culturelle) !

► Activité 1

D'où viennent nos aliments ?

En résumé

Cette activité aide les enfants à prendre conscience du fait que tous les aliments dont ils se nourrissent ont une origine. Un atelier gustatif et une carte permettent de leur faire comprendre que le goût et les autres propriétés organoleptiques de certains produits sont liés à leur territoire d'origine.

Destinataires

Enfants de 8 à 16 ans.

Objectifs

- Comprendre la signification du mot "territoire".
- Connaître les Sentinelles, les produits de l'Arche du Goût et les autres produits du pays.
- Apprendre à reconnaître les différences entre les produits de leur territoire par les sens (vue, toucher, odorat, goût).

Adultes impliqués

Enseignants.

Matériel utilisé

- Carte de géographie (l'enseignant peut la dessiner)
- Post-it (ou petites feuilles et scotch ou punaises)
- Quelques feutres
- Échantillons de produits locaux (si vous en avez à disposition, pourquoi pas des produits de l'Arche et des Sentinelles)

Déroulement de l'activité



Première étape : la recherche en famille

Dans les jours précédant l'activité, on propose aux enfants d'effectuer une recherche en famille pour identifier certains produits locaux et indiquer leur provenance.

Deuxième étape : le débat en classe

En classe, les enfants présentent leurs recherches. La discussion doit tourner autour de la définition de l'origine des aliments et donc celle de territoire.

Troisième étape : l'atelier gustatif

L'enseignante fait goûter aux enfants les produits des Sentinelles et de l'Arche du Goût, en les poussant à les identifier et les décrire en utilisant leurs sens.

Quatrième étape : localiser les territoires d'origine

L'enseignant explique aux enfants la signification et l'importance du territoire. L'enseignant continue en demandant aux enfants de situer sur la carte les produits identifiés lors de la recherche, à l'aide des post-it. L'enseignant résume pour les enfants les caractéristiques liant chaque produit à son territoire : il/elle raconte l'histoire du produit, illustre les caractéristiques physiques du lieu (géologie, climat, morphologie...), explique les techniques de production, l'aspect et le goût des produits. La carte peut être enrichie de dessins et accrochée dans la classe, comme un poster.

Variantes

Il est possible d'organiser des sorties dans les lieux d'origine des produits alimentaires identifiés, d'inviter un producteur ou un membre de la famille des élèves en classe pour illustrer l'histoire et les caractéristiques d'un produit.

Pour approfondir

Si vous souhaitez en savoir plus sur les activités, contactez Younes Zghari – Maroc (younes.zg@gmail.com) et John Kariuki Mwangi – Kenya (j.kariuki@slowfood.it)

► Activité 2

Un puzzle de fruits

En résumé

Cette activité aide les enfants à prendre conscience du fait que tous les aliments dont ils se nourrissent ont des caractéristiques sensorielles spécifiques, utiles pour les distinguer et les reconnaître.

Destinataires

Enfants de 4 à 13 ans, divisés en groupes de 3.

Objectifs

- Stimuler la concentration, l'observation et la coordination.
- Dégustation comparative et tactile.

Adultes impliqués

Enseignants, en classe ou en extérieur.

Matériel utilisé

Pour chaque groupe de 3 enfants :

- 3 fruits de couleurs ou de variétés différentes, par exemple 3 types de bananes ou 3 mangues de différentes couleurs
- Un plateau
- 3 coupelles

Déroulement de l'activité

Première étape : la division des fruits

L'enseignant coupe chaque fruit en 6 morceaux et les mélange sur le plateau. Répétez cette étape

pour chacun des groupes. Pendant ce temps, demandez aux enfants d'aller se laver les mains. Fournissez le matériel (plateau de fruits et coupelles) à chacun des groupes et donnez à chaque participant un morceau de différent type ou couleur.

Deuxième étape : recomposer le puzzle et déguster

Chaque membre du groupe devra :

- recomposer chaque fruit, en veillant à faire coïncider les morceaux avec précision ;
- goûter à son morceau et à celui de ses camarades de groupe (dégustation comparative) ;
- stimuler la verbalisation (comparaison et réflexion : par exemple, lequel des fruits est le plus sucré, le plus amer, le plus compact ou farineux, etc.).

Troisième étape : le débat

L'enseignant recueille les impressions des enfants et les invite à s'exprimer. Il/Elle porte l'attention sur les aspects de la biodiversité : les formes, les couleurs non uniformes, les saveurs, les différentes consistances...

Variantes

Il est possible d'organiser des sorties dans les vergers, d'inviter un producteur ou un membre de la famille des élèves en classe pour illustrer l'histoire et les caractéristiques d'un produit.

▶ Activité 3

Potager olfactif

En résumé

Cette activité aide les enfants à prendre conscience du fait que tous les aliments dont ils se nourrissent ont des caractéristiques sensorielles spécifiques, utiles pour les distinguer et les reconnaître.

Destinataires

Enfants de 5 ans, divisés en groupes pairs.

Objectifs

- Stimuler la perception olfactive.
- Travail de groupe.

Adultes impliqués

Enseignants, en classe.

Matériel nécessaire

Pour 24 enfants :

- Table ou plan d'appui
- 24 échantillons de 12 légumes et/ou fruits
- 24 contenants, perforés, identiques et non transparents (vous pouvez aussi réaliser de petits paquets en papier/tissus)
- Une feuille et un feutre
- 12 gobelets ou autres contenants sur lesquels on peut écrire ou poser des feuilles

Préparation

L'enseignant réalise sur une feuille une légende, par exemple :

A = \diamond

B = #

...

Il associe une plante à chaque lettre/symbole, par exemple :

A = \diamond = oignon

B = # = tomate

...

Pour chaque fruit ou légume, préparez trois échantillons :

- Mettez 1 échantillon dans l'un des contenants/paquets perforés et indiquez la lettre correspondante
- Mettez 1 échantillon dans l'un des contenants/paquets perforés et indiquez le symbole correspondant
- Mettez 1 échantillon dans l'un des gobelets et indiquez les lettre+ symbole+ nom du fruit/légume et posez-le sur la table. Les gobelets doivent ensuite être couverts par une feuille pour empêcher les enfants de les voir ou de les sentir.

Par exemple :

Préparez 3 échantillons avec l'oignon : l'un indiquera la lettre "A", l'autre le symbole " \diamond " et l'un des gobelets indiquera "A \diamond oignon".

Déroulement de l'activité

Première étape : la distribution des échantillons et l'identification des paires

Chaque enfant reçoit un paquet secret : en le reniflant, il doit trouver l'échantillon jumeau (indiquez aux enfants que ceux qui ont obtenu un paquet portant une lettre devront chercher un camarade ayant un symbole et inversement).



Deuxième étape :

l'identification sensorielle

Lorsque toutes les paires sont formées, l'enseignant invite les enfants autour de la table pour indiquer à quelle plante se rapportent les 2 échantillons et donne à chaque binôme le verre contenant la troisième partie correspondante.

Chaque binôme, en découvrant les verres, pourra en toucher le contenu et en mémoriser l'odeur, la forme, la sensation tactile (c'est encore mieux les yeux fermés).

Aide-nous à trouver d'autres photos !