

**Axe** : Approche sensorielle

**CM 15** : Prendre conscience des sensations engendrées par divers aliments et boissons ...

**Composantes** :

1. ... en identifiant les cinq sens

2. ... en exerçant et en développant le goût au travers des cinq sens (le goût et les saveurs, les odeurs, les sons, les sensations tactiles, la vue)

Progression des apprentissages		Attentes fondamentales Au cours, mais au plus tard à la fin du cycle, l'élève...	Indications pédagogiques Ressources, indices, obstacles. Notes personnelles
1 <sup>re</sup> – 2 <sup>e</sup> années	3 <sup>e</sup> – 4 <sup>e</sup> années		
Identification des cinq sens et des organes à l'origine des perceptions ( <i>odorat : le nez ; goût : la bouche et le nez ; vue : les yeux ; toucher : la peau ; ouïe : les oreilles</i> )			Attention aux allergies alimentaires ! Veillez à vous tenir au courant pour les ateliers. Pratiquer ce type d'exercice le plus régulièrement possible Liens : <a href="#">MSN 17 -Corps humain</a> ; <a href="#">FG 12 – Santé et bien-être</a>
Différentiation des saveurs sucrées et salées	Différentiation et description des cinq saveurs de bases ( <i>sucrée ; salée ; acide ; amère et umami</i> )		Les récepteurs sensoriels sont codés par de nombreuses variantes de gènes, ce qui engendre de fortes variations de perceptions entre les individus. Chaque profil sensoriel est unique et chacun ressent des perceptions qui lui sont propres. Il est de ce fait important de respecter les perceptions et ressentis de chacun-e. Les récepteurs sensoriels peuvent se modifier à force de sollicitation ; les dégustations ont alors tout leur sens pour permettre de les développer et de faire apprécier des goûts différents après un certain temps Se familiariser avec des aliments peu connus permet la réduction des comportements de rejet ou de néophobie alimentaire L'umami correspond au glutamate de sodium (sauce soja, par exemple). Utiliser des aliments bruts : citron plutôt que cake au citron Privilégier des aliments en harmonie avec les principes traités dans <a href="#">CM 17 – Approche environnementale et durable</a>
Découverte de l'odeur de différents aliments ( <i>cacao, fromage, épices, ...</i> )	Reconnaissance et description des aliments par leur odeur		
Observation d'aliments de différentes formes et couleurs	Reconnaissance et description d'aliments de différentes formes et couleurs		Prendre des aliments aux textures diverses : kiwi, pêche, fromage, pâte à pain
Toucher de différentes textures d'aliments avec sa main et en bouche ( <i>peau de kiwi ou d'orange, une pomme crue ou en compote</i> )	Reconnaissance et description des sensations tactiles perçues avec sa main et en bouche en touchant ou en consommant des aliments divers ( <i>rugueux, poilu, mou, croquant, caoutchouteux</i> )		
Écoute des caractéristiques sonores des aliments lors de leur préparation et en bouche ( <i>croquer dans une pomme, explosion du grain de maïs pour faire du popcorn, ...</i> )	Reconnaissance et description des caractéristiques sonores des aliments ( <i>craque, crisse, explose, pétille, ...</i> )		
Expression de ses goûts et de ses dégoûts			Respecter les sensations de chacun-e sans jugement de valeur Liens : <a href="#">L1 16 – Fonctionnement de la langue</a> ; <a href="#">CM 16 – Éducation nutritionnelle</a> ; <a href="#">CT – Communication</a> ; <a href="#">FG 18 – Identité</a> ; <a href="#">FG 14-15 – Vivre ensemble et exercice de la démocratie</a>

Liens : [A 12 AC&M – Perception](#) ; [A 12 AV – Perception](#) ; [A 12 Mu – Perception](#) ; [CM 12 – Activités motrices et/ou d'expression](#) ; [CM 18 – Pratique culinaire](#) ; [CM 19 – Approche sociale et culturelle](#)

**Axe :** Approche nutritionnelle

**CM 16 :** Identifier ce que le corps requiert pour la croissance, le développement et la santé en général ...

**Composantes :**

1. ... en différenciant ses besoins de ses envies
2. ... en comprenant que chaque aliment a un rôle spécifique dans l'organisme

Progression des apprentissages		Attentes fondamentales	Indications pédagogiques
1 <sup>re</sup> – 2 <sup>e</sup> années	3 <sup>e</sup> – 4 <sup>e</sup> années		
Observation de ses besoins physiologiques : à quels moments de la journée la faim et la soif se font ressentir		Au cours, mais au plus tard à la fin du cycle, l'élève...	<i>Saisir toutes les opportunités de pratiquer ces activités dans la vie de la classe</i> Lien : <a href="#">MSN 18 – Diversité du vivant</a>
Sensibilisation au fait qu'une alimentation variée permet de couvrir tous les besoins de l'organisme			

**Liens :** [FG 12 – Santé et bien-être](#) ; [MSN 17 – Corps humain](#) ; [CM 11 – Condition physique et santé](#) ; [CM 12 – Activités motrices et/ou d'expression](#) ; [CM 15 – Éducation sensorielle](#)

**Axe** : Approche environnementale et durable

**CM 17** : Sensibiliser aux enjeux environnementaux en lien avec notre alimentation ...

**Composantes :**

1. ... en prenant conscience de la variété des aliments
2. ... en découvrant l'origine et la provenance des aliments de consommation courante
3. ... en participant à des actions favorisant la préservation de l'environnement et la durabilité

Progression des apprentissages		Attentes fondamentales Au cours, mais au plus tard à la fin du cycle, l'élève...	Indications pédagogiques Ressources, indices, obstacles. Notes personnelles
1 <sup>re</sup> – 2 <sup>e</sup> années	3 <sup>e</sup> – 4 <sup>e</sup> années		
Découverte d'une grande variété de produits alimentaires, en classe ainsi qu'en se rendant <i>au marché, au jardin potager, chez des spécialistes de la production alimentaire</i> ou en participant à des ateliers sensoriels et culinaires			<i>Profiter des possibilités de visites dans l'environnement local (maraîcher-ère-s, agriculteur-trice-s, apiculteur-trice-s, jardin scolaire, ...)</i> <b>Liens</b> : <a href="#">CM 15 – Éducation sensorielle</a> ; <a href="#">CM 16 – Éducation nutritionnelle</a> ; <a href="#">CM 19 – Approche sociale et culturelle</a>
	Sensibilisation sur l'origine géographique des aliments consommés régulièrement ( <i>cacao, pomme, banane, fromage, pâtes, ...</i> ) et compréhension de la saisonnalité des fruits et des légumes ( <i>calendrier des récoltes</i> )		<i>Forme possible d'activité : observation des cycles saisonniers au travers d'un jardin potager scolaire</i> <b>Liens</b> : <a href="#">MSN 16 – Phénomènes naturels et techniques</a> ; <a href="#">SHS 12 – Relation homme-temps</a>
Participation à des actions favorisant la préservation de l'environnement et la durabilité : <i>valorisation des gourdes et boîtes de récréation, réduction des emballages, tri des déchets, recyclage, réduction du gaspillage alimentaire lors d'activités de dégustation et de pratique culinaire</i>			<i>Donner l'occasion aux élèves de participer à des actions concrètes, par exemple dans leur cour d'école, en leur donnant l'opportunité de s'impliquer à toutes les étapes du projet</i> <i>Veiller à la cohérence en appliquant quelques-uns de ces principes dans le cadre de la vie scolaire</i> <b>Liens</b> : <a href="#">CT – Collaboration</a> ; <a href="#">CT – Démarche réflexive</a> ; <a href="#">FG 12 – Santé et bien-être</a> ; <a href="#">FG 13 – Choix et projets personnels</a> ; <a href="#">FG 14-15 – Vivre ensemble et exercice de la démocratie</a>  <b>Liens</b> : <a href="#">SHS 11 – Relation homme-espace</a> ; <a href="#">SHS 13 – Outils et méthodes de recherche</a> ; <a href="#">CM 18 – Pratique culinaire</a> ; <a href="#">FG 11 – MITIC</a> ; <a href="#">FG 16-17 – Interdépendances (sociales, économiques, environnementales)</a>

**Axe** : Pratique culinaire

**CM 18** : Participer à des ateliers culinaires ...

**Composantes** :

1. ... en respectant les règles d'hygiène et de sécurité
2. ... en découvrant et apprêtant des aliments et boissons
3. ... en développant sa créativité
4. ... en partageant des moments de dégustation

Progression des apprentissages		Attentes fondamentales	Indications pédagogiques
1 <sup>re</sup> – 2 <sup>e</sup> années	3 <sup>e</sup> – 4 <sup>e</sup> années	Au cours, mais au plus tard à la fin du cycle, l'élève...	Ressources, indices, obstacles. Notes personnelles
Application des règles d'hygiène ( <i>lavage des mains, port d'un tablier, attache des cheveux, nettoyage du plan de travail, des aliments, ...</i> ) et de sécurité ( <i>espace adapté entre chaque élève pour travailler et attention aux ustensiles tranchants, aux surfaces brûlantes, aux produits de nettoyage toxiques, ...</i> )			Appliquer systématiquement ces règles afin que l'élève les intègre Liens : <a href="#">MSN 17 – Corps humain</a> ; <a href="#">CM 11 – Condition physique et santé</a> ; <a href="#">FG 12 - Santé et bien-être</a>
Développement de gestes culinaires lors de la préparation et la réalisation de mets et boissons			Veiller à l'ergonomie ( <i>position de l'élève, emplacement, ...</i> ) Viser le développement de l'autonomie de l'élève Travailler de façon transversale, en privilégiant des ingrédients respectant les principes de <a href="#">CM 17 – Approche environnementale et durable</a> Veiller à minimiser et trier les déchets alimentaires lors des ateliers culinaires S'il y a possibilité, exploiter un jardin potager Liens : <a href="#">A 12 AC&amp;M – Perception</a> ; <a href="#">A 13 AC&amp;M – Acquisition de techniques</a> ; <a href="#">MSN 13 – Opérations</a> ; <a href="#">MSN 14 – Grandeurs et mesures</a> ; <a href="#">CM 15 – Éducation sensorielle</a> ; <a href="#">CM 19 – Approche sociale et culturelle</a> ; CT - Collaboration
Présentation créative de sa préparation ( <i>assiette de fruits, canapés, sandwiches, crêpes, ...</i> )			Liens : <a href="#">MSN 11 – Espace</a> ; <a href="#">A 11 AC&amp;M – Expression et représentation</a> ; CT – Pensée créatrice  Lien : <a href="#">FG 11 – MITIC</a>

En lien avec Langue – Français : **1<sup>re</sup> – 2<sup>e</sup> années** : Recourir aussi à des chansons et comptines facilitant ainsi l'acquisition du lexique. **3<sup>e</sup> – 4<sup>e</sup> années** : S'exprimer en français. Séquences didactiques pour l'oral et pour l'écrit : la recette de cuisine (3<sup>e</sup> – 4<sup>e</sup>) Liens : [L1 11-12 – Compréhension et production de l'écrit](#) ; [L1 16 -Fonctionnement de la langue](#) ; [A 11 Mu – Expression et représentation](#)

**Axe** : Approche sociale et culturelle

**CM 19** : Découvrir et partager diverses cultures alimentaires ...

**Composantes :**

1. ... en échangeant autour des modes d'alimentation
2. ... en présentant et en partageant des spécialités culinaires
3. ... en développant les notions de curiosité, de respect et de tolérance
4. ... en cultivant le plaisir du partage

Progression des apprentissages		Attentes fondamentales	Indications pédagogiques
1 <sup>re</sup> – 2 <sup>e</sup> années	3 <sup>e</sup> – 4 <sup>e</sup> années	Au cours, mais au plus tard à la fin du cycle, l'élève...	Ressources, indices, obstacles. Notes personnelles
Découverte de spécialités culinaires locales et internationales (visites de marchés, de spécialistes de la production alimentaire, de musées et lieux culturels en lien avec l'alimentation)			<p>Possibilité de faire des liens dans le domaine des langues L 17 - Approches interlinguistiques en observant des termes comme <i>pizza, curry, hamburger, etc.</i></p> <p>Préparer et exploiter en classe toute visite ou rencontre</p> <p>Liens : SHS 11 – Relation homme-espace ; A 14 AC&amp;M – Culture ; CM 17 – Approche environnementale et durable</p>
Valorisation de la diversité alimentaire en partageant des spécialités culinaires entre élèves ( <i>ateliers sensoriels et culinaires, fêtes, sorties, camps, ...</i> ) ou lors de projets en collaboration avec d'autres classes et/ou avec la famille ( <i>produits élaborés en classe et emportés à la maison, buffets canadiens, ateliers de dégustation, ...</i> )			<p>Favoriser les recettes en lien avec l'interculturalité lors des activités en pratique culinaire (en veillant à ne pas stigmatiser des élèves, ceux-ci pouvant souhaiter -ou non- mettre en avant leurs origines culturelles)</p> <p>Associer les parents et profiter des fêtes scolaires pour cuisiner et faire déguster</p> <p>Profiter des événements festifs pour faire développer des projets interdisciplinaires : un spectacle de musique sera opportun pour rédiger une invitation, peindre des affiches, cuisiner pour un buffet, ...</p> <p>Liens : L1 18 – Écriture et instruments de la communication ; A 12 AC&amp;M - Perception ; CM 15 – Éducation sensorielle</p> <p>Liens : CM 18 – Pratique culinaire ; CM 19 – Approche sociale et culturelle ; CT – Communication ; FG 11 – MITIC ; FG 18 – Identité ; FG 14-15 – Vivre ensemble et exercice de la démocratie ; FG 16-17 – Interdépendances (sociales, économiques, environnementales)</p>