



BRESSE du JURA

Séance n° 1

Activité 2 Que mangeons-nous ?

Objectif général :

Découvrir que les aliments peuvent être classés en grandes familles

Objectifs opérationnels :

- Classer des illustrations d'aliments dans la bonne famille.
- Faire la différence entre aliment non transformé et produit transformé.
- Retenir les 7 grandes familles d'aliments.

Durée : 30 min

Lieu : en classe ou dans la cour

Matériel : Les illustrations d'aliments

Consignes :

Cette activité nécessite une zone espacée et dégagée de manière à ce que les élèves aient la place de se regrouper. (Cour de récréation)

Il y a 44 cartes d'aliments donc l'animateur devra sélectionner au préalable le nombre de carte équivalent au nombre d'élèves de la classe en veillant à sélectionner au minimum deux ou trois aliments pour chacune des sept familles.

Déroulement :

- Distribuer à chaque élève une carte d'un aliment qu'il mettra autour de son cou de manière à ce que les autres puissent voir quel aliment il représente.
- Au top départ, les élèves doivent se regrouper en fonction de la famille d'aliment à laquelle ils pensent appartenir.
- Fixer un temps pour donner du rythme. Au signal sonore, ils ne doivent plus bouger. L'animateur peut jeter un premier coup d'œil et évaluer le classement. Indiquer le nombre d'erreur ou la qualité du classement.
- Leur proposer une minute pour se déplacer une nouvelle fois.
- Faire le tour de chaque groupe pour corriger en commun. Leur donner ensuite le nom des 7 familles d'aliment à l'état de matières premières : les fruits et légumes, les céréales et légumes secs, le lait et produits laitiers, les viandes, poissons et œufs, les sucres, les matières grasses, l'eau.
- Prendre le temps d'expliquer les spécificités de chaque famille ou groupe d'aliments. (voir document en annexe « Les 7 familles d'aliment »).