

Histoire de... manger

Galia Tapiero, Marjorie Béal

Dossier pédagogique pour la fin du cycle 2 et le cycle 3

Contenu du dossier :

- Un tableau récapitulatif des différentes **compétences** travaillées.
- Une proposition de **déroulement**.
- Le **matériel nécessaire** à la mise en œuvre des séances.
- Une **évaluation**.



Enseignants, votre connaissance fine de votre classe vous permettra d'adapter au mieux les propositions qui vous sont faites dans ce dossier.



Dossier réalisé par

www.julienledoux.fr

Compétences travaillées :

Domaines	Compétences	Séances
Lecture et littérature	Lire, comprendre et interpréter un texte littéraire adapté à son âge et réagir à sa lecture. Lire et comprendre des textes et des documents pour apprendre dans les différentes disciplines.	Toutes les séances
Histoire/Géographie	Connaître les principaux événements ayant modifié l'alimentation humaine . Connaître l'origine de certains aliments. Comprendre les conséquences de l'agriculture intensive.	Séance 1 Séance 3 Séance 4
Enseignement moral et civique	Comprendre les facteurs influençant notre alimentation. Participer à un débat à visée philosophique : argumenter, problématiser, débattre.	Séance 1 Séances 1 et 6
Sciences	Faire du pain en suivant une recette. Comprendre l'équilibre alimentaire. Connaître les quatre saveurs.	Séance 2 Séances 2 et 4 Séance 2
Arts	Expérimenter, produire, créer. Réaliser une affiche sur le gaspillage alimentaire.	Séance 5 Séance 5
Mathématiques	Convertir des durées.	Séance 3

Proposition de déroulement



Séance 1 :

Émettre des hypothèses sur une œuvre littéraire.

Comprendre une histoire lue.

Comprendre les facteurs influençant notre alimentation.

Connaître les principaux événements ayant modifié l'alimentation humaine.

Séance 2 :

Émettre des hypothèses sur une œuvre littéraire.

Comprendre une histoire lue.

Faire du pain en suivant une recette.

Comprendre l'équilibre alimentaire.

Connaître les 4 saveurs.

Séance 1 :



- **Montrer la couverture aux élèves** et les laisser s'exprimer librement. Les inciter à **émettre des hypothèses concernant le contenu de l'ouvrage**. Noter ces dernières sur une affiche. Cela permettra de vérifier leur véracité au fur et à mesure de l'étude de l'œuvre.

- Puis, lire ou faire lire la **quatrième de couverture**.

- **Lecture :**

« *Manger, un besoin vital, comme respirer ou dormir* ».



- **Activité :**

Distribuer les **annexes 1 et 2**. Les élèves réfléchissent aux différents facteurs influençant l'alimentation humaine. Une discussion à visée philosophique pourra alors être organisée à partir de la question : *sommes-nous ce que nous mangeons ?*

- **Lecture :**

« *Se nourrir, une des activités principales au paléolithique* », « *Cuire les aliments grâce à la maîtrise du feu* » et « *Produire collectivement de quoi s'alimenter* ».

- **Activité :**

Distribuer l'**annexe 3** : les élèves reconstituent la frise chronologique des principaux événements ayant modifié l'alimentation humaine depuis la préhistoire.

Prévenir que la frise ne respecte pas les proportions de durées et qu'il s'agit seulement de rétablir la chronologie.

Séance 2 :



- **Rappel** de la séance précédente et **lecture** :

« *L'utilisation de la fermentation* » et « *Comment conserver les aliments ?* »

- **Activité :**

L'**annexe 4** est la recette du pain. Si possible, les élèves réaliseront la recette. En outre, ils seront invités à sentir (odorat) le processus de fermentation qui intervient durant les phases de repos de la pâte.

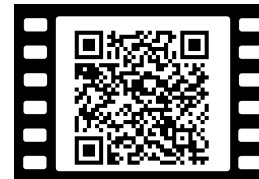


- **Lecture :**

« *Manger pour être en bonne santé* » et « *Manger, un signe de richesse...* »

- **Activité :**

Les **annexes 5 et 6** permettront de réfléchir à ce qu'on nomme l'équilibre alimentaire. Pour les plus grands, on pourra aller plus loin en proposant le visionnage de cette vidéo :



<https://www.lumni.fr/video/l-equilibre-entre-lipide-glucide-et-protide>

Concernant les différentes saveurs évoquées dans « *Manger, un signe de richesse...* », on pourra organiser une dégustation (un petit déjeuner par exemple) en demandant aux élèves de décrire leurs sensations lors de l'ingestion d'aliments acides, amers, sucrés, salés...



Proposition de déroulement

Séance 3 :

Lire et comprendre une histoire lue.
Connaître l'origine de certains aliments.
Convertir des durées.

Séance 4 :

Lire et comprendre une histoire lue.
Comprendre l'équilibre alimentaire (2).
Comprendre les conséquences de l'agriculture intensive.

Séance 3 :



- **Rappel puis lecture :**

« Des aliments voyageurs » et « De la douceur... »

- **Activité :**

L'**annexe 7** amènera les enfants à relever dans les passages lus le nom des aliments que nous consommons quotidiennement et à retrouver leur origine.

- **Lecture**

« Et la religion ? »



- **Activité :**

On pourra demander aux élèves de faire le lien avec les séances précédentes, en complétant la colonne « religion » de l'**annexe 2** ou en composant un repas équilibré nutritionnellement et adapté aux interdits et/ou préconisations religieuses.

- **Lecture :**

« À chacun sa manière de manger ».

- **Activité :**

L'**annexe 8** proposera aux élèves une activité durant laquelle ils devront convertir les durées de temps passé à table en fonction des pays en heures et minutes.

Séance 4 :



- **Rappel puis lecture :**

« Le pique-nique, si pratique » et « cuisiner, une activité humaine ».

Questionner :

À qui attribue-t-on l'invention du sandwich, en Angleterre ?

En quelle année le sandwich a-t-il été imaginé ?

Quelles sont les autres variantes du sandwich ailleurs dans le monde ?

Pourquoi dit-on que la cuisine gastronomique est un art ?

- **Lecture :**

« Trop ou pas assez ? »



- **Activité :**

Grâce à l'**annexe 9**, les élèves comprendront pourquoi notre alimentation actuelle n'est pas toujours adaptée à notre régime alimentaire originel et pourquoi il est préférable d'être vigilant concernant ce que nous ingérons.

- **Lecture :**

« Comment nourrir une population qui augmente sans détruire la planète ? » et
« Pourquoi pas des insectes et des araignées ? »

- **Activité :**

Distribution des **annexes 10 et 11**. Les élèves comprendront les conséquences de l'agriculture et de l'élevage intensifs sur l'environnement.



Proposition de déroulement

Séance 5 :

Lire et comprendre une histoire lue.
Réaliser une affiche sur le gaspillage.

Séance 6 :

Lire et comprendre une histoire lue.
Problématiser, argumenter, débattre.

Séance 5 :



- **Rappel puis lecture :**

« Lutter contre le gaspillage » et « Commercer équitablement ».



- **Activité :**

L'**annexe 12** guidera les élèves dans le but de réfléchir au gaspillage alimentaire puis réfléchir à l'élaboration d'une affiche.

Séance 6 :



- **Rappel puis lecture :**

« Quand la science et la technologie s'en mêlent » et « Se nourrir, c'est l'affaire de tous ».



- **Activité :**

Grâce à l'**annexe 13**, l'enseignant pourra organiser une discussion à visée philosophique avec ses élèves à partir du visionnage d'une vidéo présentant une imprimante à nourriture.



Dans *Manger, un besoin vital, comme respirer ou dormir*, il est écrit que la façon dont nous nous nourrissons dépend de plusieurs choses. Voici quatre d'entre elles.

Observez les quatre raisons, les explications et, ensemble, engagez une discussion autour de la question suivante :

Sommes-nous ce que nous mangeons ?

Convictions	Religion	Goût	Santé/allergies

Convictions : il s'agit des régimes alimentaires choisis comme le végétarisme ou le véganisme qui cherchent le bien-être animal et considèrent que les Hommes ne devraient pas « disposer » des animaux à leur convenance.

Religion : ce sont les interdits ou prescriptions alimentaires liés aux croyances religieuses.

Goût : ce qui fait que nous aimons/n'aimons pas un aliment.

Santé/allergies : quand un aliment menace notre santé.

Prénom :

Date :/...../.....



Pour chaque situation, écris des exemples que tu connais ou que les autres t'ont appris pendant la discussion.



Convictions (végétarisme,
véganisme)



Religion (musulman, juif,
catholique, hindouiste)



Goût



Santé/allergie

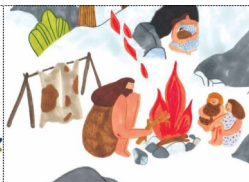
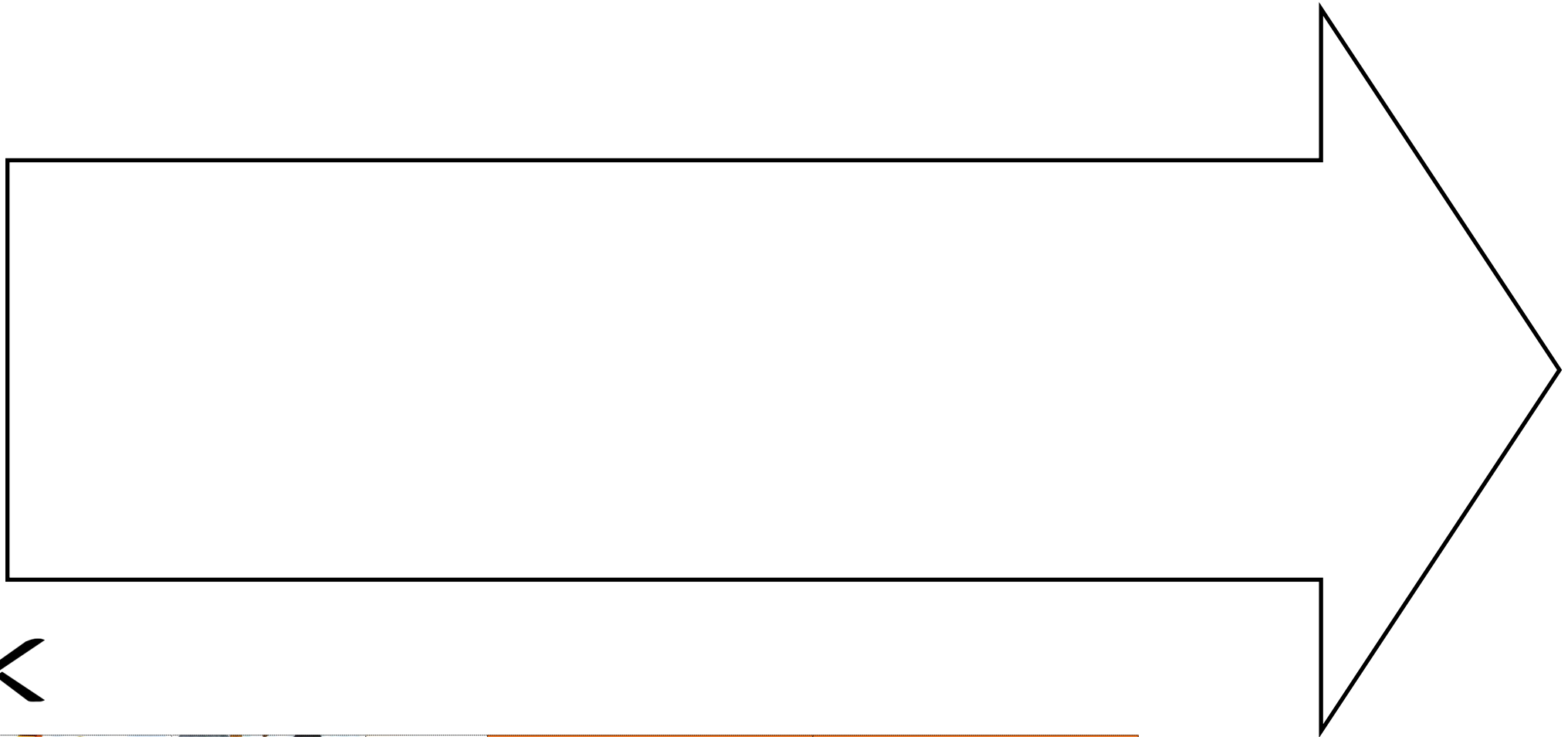
Annexe 3



Prénom :

Date :/...../.....

Découpe les étiquettes en bas de page et place-les sur la frise chronologique ci-dessous. À chaque fois, il faut regrouper une image, une étiquette indiquant une date et une autre décrivant la façon de se nourrir.



Naissance de l'agriculture.		Maîtrise du feu, cuisson de la viande	
Environ 400 000 avant Jésus-Christ		2,7 millions d'années avant Jésus-Christ	
Chasse et cueillette	Il y a environ 10 000 ans.		

Prénom :

Date :/...../.....



Lisez la recette du pain suivante et réalisez la recette. À quelle étape notre odorat est-il sensible au phénomène de fermentation décrit dans le livre ? Pour le savoir, sentez votre pain à différents moments de sa fabrication.

La recette du pain :

Ingrédients :



500 g de farine



1 sachet de levure de boulanger



2 cuillères à café de sel

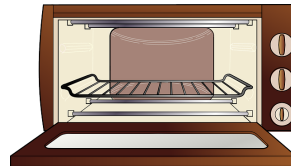


300 mL d'eau

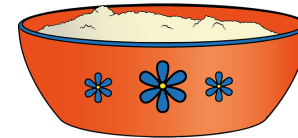
Ustensiles :



Un moule



Un four



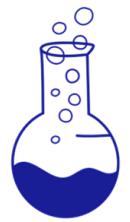
Un plat

Étapes :

- 1) Verser tous les ingrédients dans le plat et pétrir jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Il ne faut pas qu'elle colle et doit rester élastique. Si besoin, rajouter de l'eau ou de la farine pour lui donner la bonne texture. Une fois que la pâte est bonne, continuer à pétrir 5 minutes.
- 2) Recouvrir le plat d'un torchon propre et laisser reposer la pâte à température ambiante pendant 2 heures.
- 3) Mettre du papier sulfurisé dans le moule et transvaser la pâte dans le moule.
- 4) Laisser à nouveau reposer pendant 50 minutes. Peu avant la fin, préchauffer le four à 250°C.
- 5) Mettre le plat au four pendant 20 à 25 minutes.

Prénom

Date :/...../.....



Observe le document suivant et réponds aux questions :

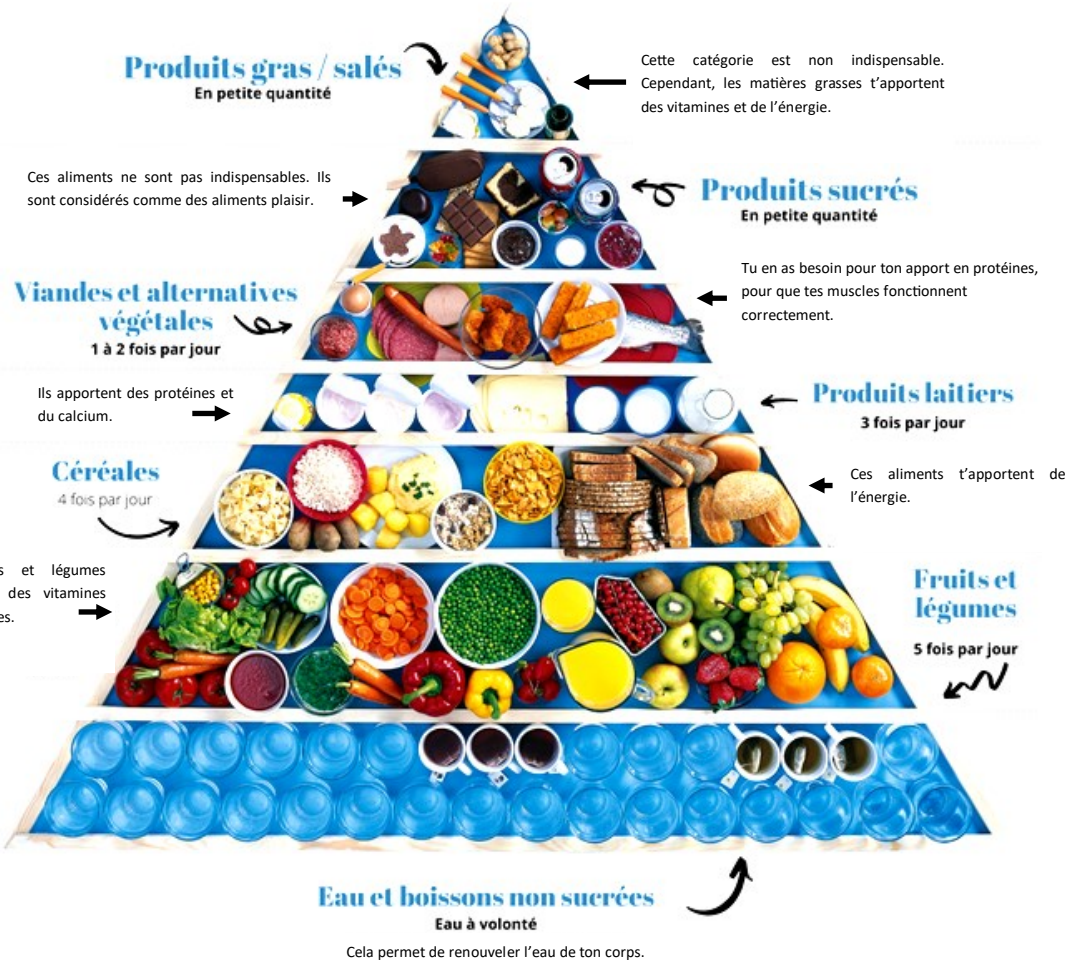


Illustration provenant de www.teteamodeler.ouest-France.fr

Quelles sont les 7 catégories d'aliments présentées sur le document ?

.....

.....

.....

Pourquoi ces catégories sont-elles présentées sous forme d'une pyramide ?

.....

.....

Quels sont les aliments que l'on peut consommer à chaque repas ?

.....

.....

Quels aliments doit-on consommer pour notre plaisir mais avec modération ?

.....

Annexe 6

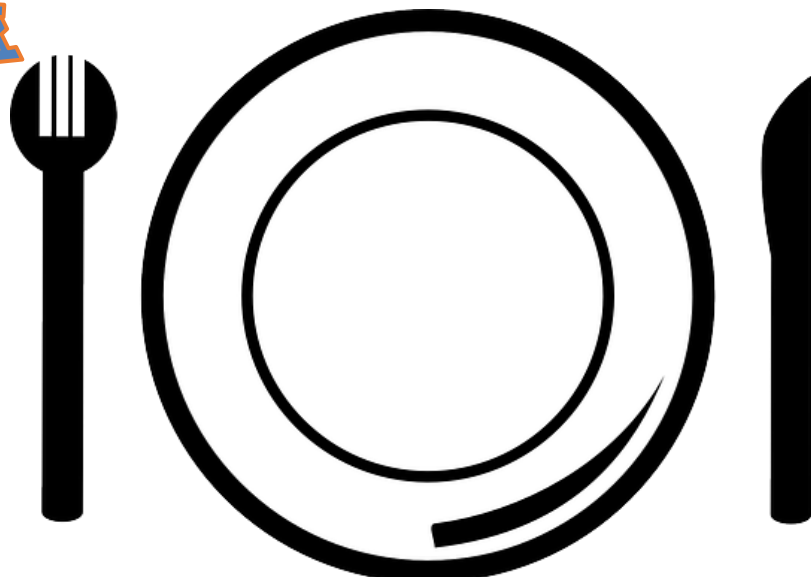
Prénom

Date :/...../.....

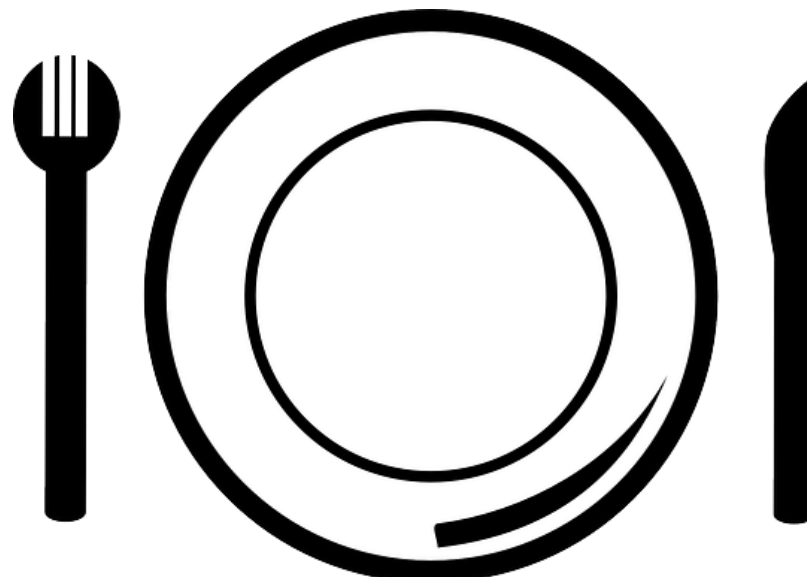


Dessine les aliments dans les assiettes en respectant l'équilibre alimentaire conseillé sur l'annexe 5.

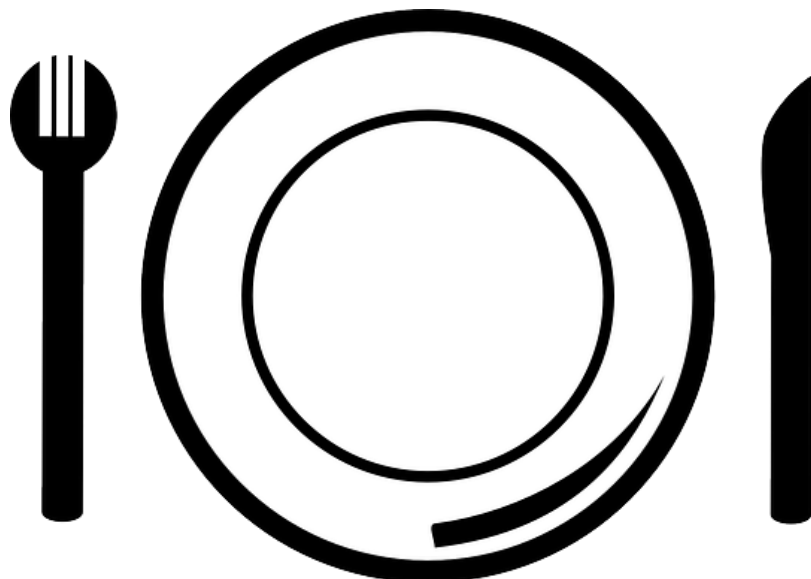
Écris le nom des aliments sous tes dessins.



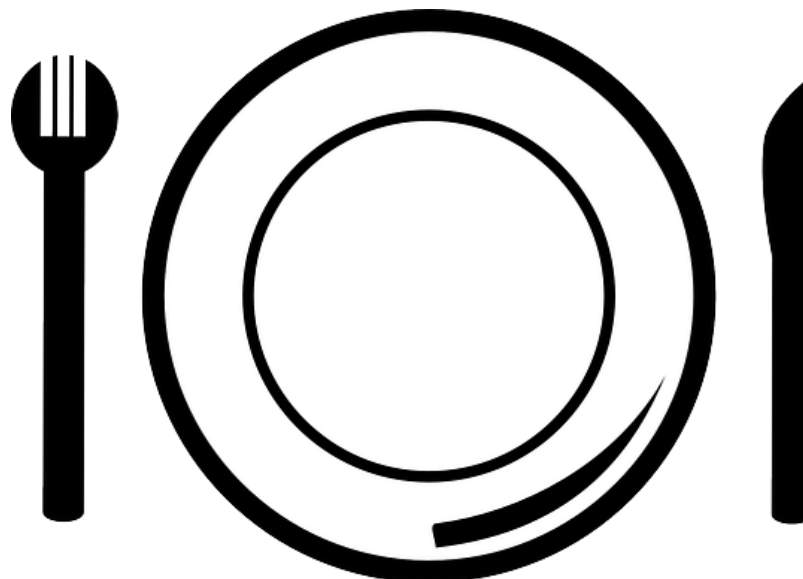
MATIN



DEJEUNER



GOÛTER



DINER

Prénom

Date :/...../.....



Tu viens de lire



et

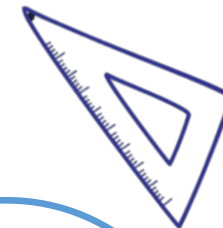


Complète maintenant le tableau ci-dessous pour recenser l'origine de certains aliments que nous mangeons et qui proviennent d'autres pays.
Écris également les autres informations dont on dispose grâce au livre.

ALIMENTS	ORIGINE	AUTRES INFORMATIONS

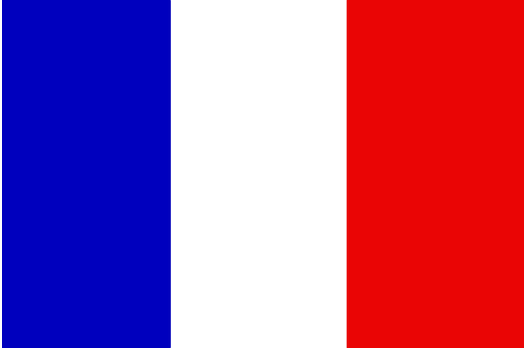

Prénom

Date :/...../.....



Tu viens de lire « À chacun sa manière de manger ».

Relève les temps moyens passés à table par jour, reporte-les en face du bon drapeau et convertis ces durées en heures et minutes.

Pays	Durée moyenne passée à table (en minutes)	Durée moyenne passée à table (en heures et minutes)
		
		

Prénom

Date :/...../.....

Suis ce « parcours pédagogique » pour comprendre pourquoi notre alimentation a changé et pourquoi il est préférable de faire attention à ce que nous mangeons.



<https://www.youtube.com/watch?v=czVAvuY8BkM>

Quels sont les effets positifs de l'agriculture ?

.....

Quels sont les effets négatifs ?

.....

Quel est le problème des aliments fabriqués dans les usines ?

.....

Pourquoi aimons-nous tant les aliments gras et sucrés ?

.....

Quelles peuvent être les conséquences sur la santé d'une alimentation trop sucrée ou trop grasse ?

.....

.....

.....



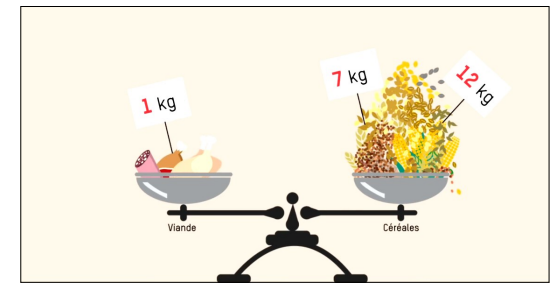
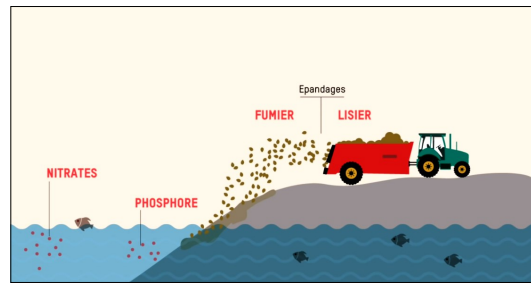
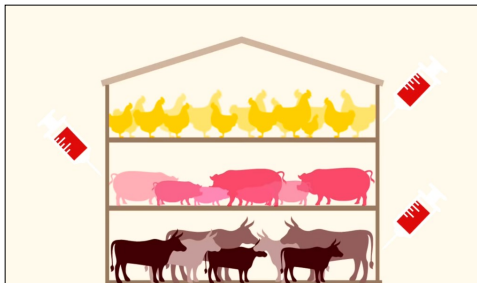
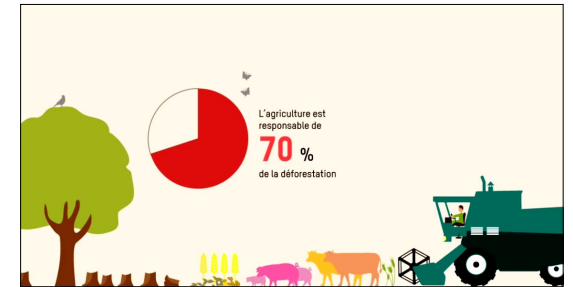
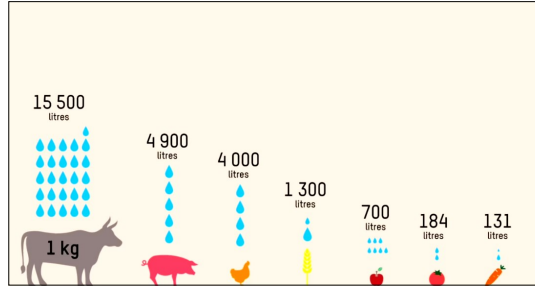
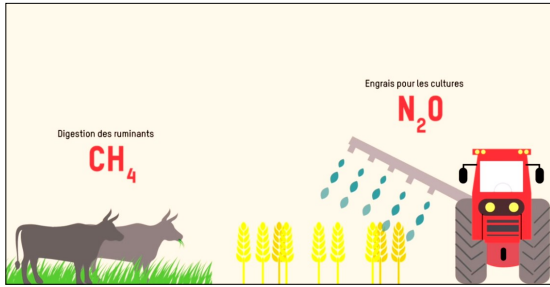
Annexe 10

Prénom

Date :/...../.....



Découpe les étiquettes (annexe 11) et place-les sous l'illustration (ou les illustrations) qu'elles décrivent. En faisant cela, tu découvriras les nombreux problèmes que pose notre consommation excessive de viande.



Annexe 17

Étiquettes à découper (matériel pour 3 élèves)



Les produits utilisés par l'agriculture pour faire pousser la nourriture destinée aux animaux se retrouvent dans la mer, provoquant des pollutions nocives pour les animaux marins.	Pour faire pousser la nourriture dont auront besoin les animaux pour vivre, il faut de la place. Pour cela, de nombreux arbres sont coupés.	L'élevage des animaux nécessite des quantités d'eau très importantes, bien plus que la culture des légumes.	L'utilisation de produits chimiques pour faire pousser les céréales et la digestion des animaux sont responsables de l'émission de gaz à effet de serre.
Souvent, les animaux ne vivent pas dans des conditions acceptables : ils sont entassés, ne voient pas la lumière du jour et on leur injecte des médicaments pour ne pas qu'ils tombent malades.	Pour obtenir un kilogramme de viande, il faut entre 7kg et 12kg de céréales. C'est pour cette raison que les quantités d'eau nécessaires sont très importantes.		
Les produits utilisés par l'agriculture pour faire pousser la nourriture destinée aux animaux se retrouvent dans la mer, provoquant des pollutions nocives pour les animaux marins.	Pour faire pousser la nourriture dont auront besoin les animaux pour vivre, il faut de la place. Pour cela, de nombreux arbres sont coupés.	L'élevage des animaux nécessite des quantités d'eau très importantes, bien plus que la culture des légumes.	L'utilisation de produits chimiques pour faire pousser les céréales et la digestion des animaux sont responsables de l'émission de gaz à effet de serre.
Souvent, les animaux ne vivent pas dans des conditions acceptables : ils sont entassés, ne voient pas la lumière du jour et on leur injecte des médicaments pour ne pas qu'ils tombent malades.	Pour obtenir un kilogramme de viande, il faut entre 7kg et 12kg de céréales. C'est pour cette raison que les quantités d'eau nécessaires sont très importantes.		
Les produits utilisés par l'agriculture pour faire pousser la nourriture destinée aux animaux se retrouvent dans la mer, provoquant des pollutions nocives pour les animaux marins.	Pour faire pousser la nourriture dont auront besoin les animaux pour vivre, il faut de la place. Pour cela, de nombreux arbres sont coupés.	L'élevage des animaux nécessite des quantités d'eau très importantes, bien plus que la culture des légumes.	L'utilisation de produits chimiques pour faire pousser les céréales et la digestion des animaux sont responsables de l'émission de gaz à effet de serre.
Souvent, les animaux ne vivent pas dans des conditions acceptables : ils sont entassés, ne voient pas la lumière du jour et on leur injecte des médicaments pour ne pas qu'ils tombent malades.	Pour obtenir un kilogramme de viande, il faut entre 7kg et 12kg de céréales. C'est pour cette raison que les quantités d'eau nécessaires sont très importantes.		

Prénom

Date :/...../.....



En groupes, cherchez des arguments en faveur de la réduction du gaspillage alimentaire (vous pouvez vous aider de votre livre). Ensuite, cherchez des solutions pour diminuer ce gaspillage. Enfin, réalisez une affiche que vous irez présenter aux plus petits et que vous accrocherez à la cantine.

Arguments : pourquoi diminuer le gaspillage ?

.....
.....
.....
.....
.....



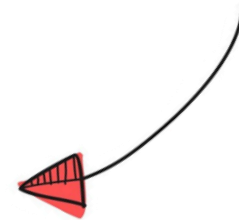
Solutions : comment diminuer le gaspillage à la cantine ?

.....
.....
.....
.....

Pour faire notre affiche :

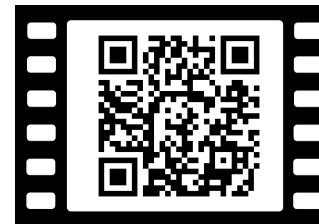
- Prendre une grande feuille (A3 au minimum).
- Réfléchir aux illustrations : il faudrait pouvoir comprendre le message juste grâce à elles. Mais, si besoin, on peut ajouter des légendes très courtes, écrites en gros, très lisibles.
- Réfléchir à la configuration sur l’affiche : les illustrations doivent utiliser toute la place de l’affiche.
- Donner un titre écrit en très gros, très lisible.

Remarque : certains groupes pourront réaliser une affiche à partir des arguments et d’autres à partir des solutions.



Après avoir montré la vidéo suivante à propos des imprimantes 3D alimentaires, organisez un temps de débat.

<https://www.youtube.com/watch?v=QInZYnWmilc>



Les questions soulevées par l'œuvre :

La liste des questions n'est pas exhaustive. En outre, l'ensemble des questions ci-dessous ne pourra pas être abordé en une seule séance.

D'après vous, est-ce que c'est bien de réfléchir à imprimer de la nourriture ? (Quels sont les aspects positifs et négatifs ?)

Est-ce qu'imprimer de la nourriture pourrait aider à résoudre les problèmes liés à l'agriculture découverts lors de la séance précédente ?

Sommes-nous ce que nous mangeons ?

Quand la technologie est-elle bénéfique pour l'être humain ? Quand ne l'est-elle pas ?

Quelques conseils, parce qu'on n'est pas tous philosophes...

La discussion à visée philosophique n'est pas une leçon de morale. Au contraire, elle consiste à essayer de traiter une question selon tous les points de vue possibles, toutes les perspectives. Voici quelques outils pour vous guider :



Argumenter : on demandera toujours aux enfants d'argumenter lorsqu'ils avancent une idée.



Donner des exemples : pour rendre concrète l'idée avancée, on demandera à l'enfant d'illustrer son propos.



Contre-argumenter : on incitera l'enfant à *penser contre lui-même* par exemple en disant : *et si quelqu'un qui n'était pas d'accord avec toi entrait dans la pièce, que dirait-il ?*



Synthétiser : on demandera aux enfants de résumer les idées évoquées jusque-là, de chercher des points communs entre plusieurs idées, de débusquer les paradoxes...



Imaginer un monde différent du nôtre : à chaque fois que ce sera possible, on présentera des situations hypothétiques pour les amener à réfléchir. À quoi ressemblerait le monde si nous n'avions pas de prénom.

Évaluation 7

Prénom :

Date :/...../.....

Compétences évaluées	Évaluation
Être capable de donner son avis sur un ouvrage étudié en argumentant. (exercice 1)	
Comprendre une histoire lue et étudiée. (exercice 2)	
Comprendre l'équilibre alimentaire (exercice 3)	
Comprendre les conséquences liées à l'agriculture et l'élevage intensifs (exercice 4)	

1) Donne ton avis sur l'œuvre en cochant l'une des cases ci-dessous puis justifie ton choix en écrivant une phrase ou deux :

J'ai aimé

J'ai moyennement aimé

Je n'ai pas aimé

.....

.....

.....

.....

Évaluation 2

2) Réponds aux questions suivantes en faisant des phrases :

Pourquoi ne mangeons-nous pas tous pas les mêmes aliments ? (donne au moins trois raisons)

.....

.....

De quoi les hommes préhistoriques se nourrissaient-ils ?

.....

.....

Notre régime alimentaire a-t-il changé au cours du temps ? Explique.

.....

.....

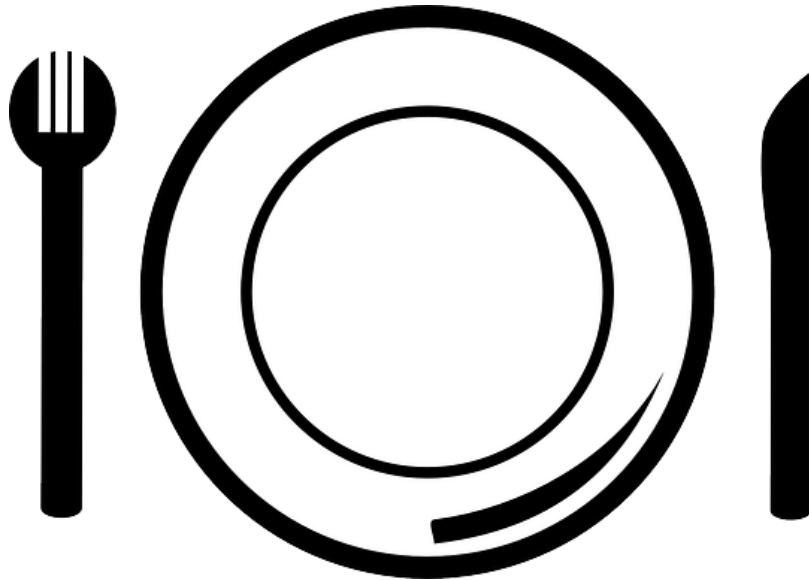
Cite deux aliments que nous consommons souvent et qui proviennent d'autres pays :

.....

.....

Évaluation 3

3) Dessine dans les assiettes (ou écris) le nom d'aliments pour composer un repas équilibré :



Quelles catégories d'aliments peuvent représenter un danger pour notre santé si nous les consommons en trop grande quantité ?

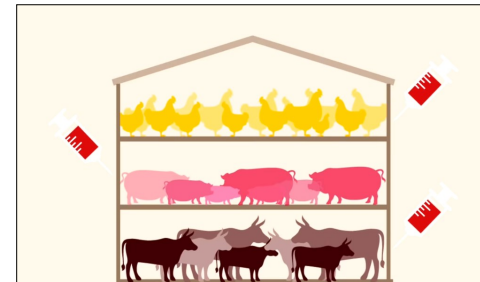
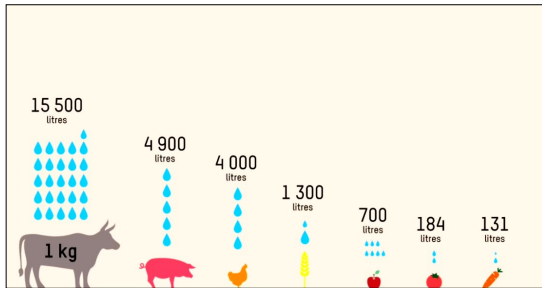
.....

.....

.....

.....

4) Décris les deux images suivantes en expliquant en quoi elles montrent que l'élevage intensif a des conséquences néfastes :



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....