



Composition à la Arcimboldo, en lien avec les Arts Visuels

- en prenant conscience que la perception dépend du système sensoriel de chacun
- en mettant en action tous les sens pour se familiariser avec les aliments et pour affiner puis approfondir ses perceptions
- en explorant la diversité du vivant par l'observation des arbres, leur cycle de vie, leur utilité, leur utilisation
- en étant sensibilisé au fait que ses goûts et dégoûts peuvent s'expliquer

■ les Sciences Humaines et Sociales

- en prenant conscience de son appartenance culturelle, par la découverte d'aliments liés à des événements particuliers comme des fêtes, des pays, des coutumes, des régions, ainsi que par la découverte d'interactions entre les préférences alimentaires et les habitudes culturelles
- en activant son attention sensorielle, notamment lors de dégustations ou de repas ce qui permet d'être attentif au contenu de son assiette
- en découvrant un produit local, de saison, d'origine animale et végétale, brut ou transformé, maison ou du commerce et en introduisant la notion de label

- en identifiant les relations existant entre les activités humaines et l'organisation de l'espace tout en questionnant les besoins des sociétés
- en établissant des comparaisons entre le Moyen-Age et le monde d'aujourd'hui sur les techniques d'approvisionnement, de pêche, de chasse, sur les régimes alimentaires
- en réalisant et partageant un repas

Ainsi les objectifs d'éducation nutritionnelle du PER, énoncés comme tels pour le cycle 1:

- Détecter le caractère sensitif des aliments et utiliser un vocabulaire spécifique (CM15)
 - Percevoir l'importance de l'alimentation (CM16)
- Et comme tels pour le cycle 2:
- Identifier les besoins nutritionnels de l'organisme (CM25)
 - Identifier les notions de base d'une alimentation équilibrée (CM26)

sont donc développés non pas en termes de connaissances mais en termes de compétences, grâce à cette approche pluridisciplinaire. L'élève quitte l'école primaire avec une attitude de mangeur serein². Cette approche de l'alimentation plutôt hédonique que nutritionnelle lui permet de construire petit à petit une alimentation à son goût. Il aborde le monde alimentaire avec ses sensations, ses préférences, ses habitudes tout en découvrant les groupes alimentaires et leurs fonctions ainsi qu'une alimentation équilibrée. Ainsi au terme du cycle 2, l'élève devrait être capable de:

- Utiliser ses sens – vue, odorat, toucher, goût, ouïe – pour enrichir son vocabulaire de dégustateur et exprimer son ressenti
- Percevoir les différences de consommation entre élèves, entre pays, entre cultures
- Examiner l'origine des aliments et les différents modes de préparation et de transformation des produits

- Classer les aliments selon leurs fonctions alimentaires – pour répondre aux besoins physiologiques, psychologiques et émotionnels
- Définir des équivalences au sein d'un même groupe d'aliments
- Reconnaître ce que les aliments apportent comme valeur nutritionnelle dans le corps.

Arrivé au Cycle d'Orientement, dans un corps de préado ou d'ado, l'élève aura intégré une attitude de dégustateur tout en ayant élargi ses connaissances en éducation nutritionnelle et alimentaire. Dans cette période où l'alimentation contribue fortement aux rites de passage pour se détacher du monde de l'enfance mais aussi pour se distinguer de l'alimentation des adultes, les séquences Senso5 proposées en 9CO valorisent son autonomie et son affirmation de soi.

Ainsi, les 4 séquences pour le cycle 3 – 9CO pour l'instant – ont été conçues pour poursuivre ce qui a été mis en place en primaire tout en tenant compte du développement du jeune et en répondant à l'objectif du PER:

- CM 35 – Distinguer les particularités des nutriments et étudier leurs rôles dans l'alimentation en aiguisant sa connaissance sensorielle. Amené à penser sa pratique alimentaire et à comprendre celle des autres tout en poursuivant la construction de ses repères, l'élève devient acteur de ses choix:
- L'activité «Penser ce que manger veut dire» permet à l'élève, grâce à la méthode de travail photolangage®, de s'exprimer sur sa pratique et sa consommation alimentaire. L'enseignant de son côté peut situer les connaissances de l'élève et établir un état des lieux – brainstorming et/ou mind map alimentaire – tout en l'aidant à identifier les éléments les plus structurants de son rapport à l'alimentation.
- L'activité «Du bon usage des sens» lui permet d'enrichir son

vocabulaire de dégustateur en recherchant des descriptifs pour qualifier des aliments, des recettes, des mets, des plats et pour quitter cette logique du juste et du faux. Cette analyse peut se dérouler de manière individuelle mais aussi en groupe pour définir un vocabulaire neutre et commun à un aliment, un mets, un plat. Tout au long du cycle 3, l'élève pourra conscientiser ses perceptions et les mettre en mots afin de justifier ses goûts ou ses dégoûts, donner une opinion et en débattre avec ses pairs.

- L'activité «Rendre à son goût» développe sa créativité et son autonomie en le faisant naviguer entre la tradition culinaire familiale et identitaire et le besoin d'innover et de s'ouvrir à l'autre grâce aux échanges et à l'introduction de nouveaux produits, de nouvelles associations d'aliments. Il pourra justifier son choix en consolidant son «registre» de dégustateur. La cuisine étant au carrefour du sensoriel, du symbolique et du social, il pourra apprendre et partager des gestes culinaires tout en rendant une recette à son goût en l'intégrant à son histoire et/ou sa culture alimentaire.

- L'activité «Manger ensemble – partager» le conduit à forger sa propre opinion et à la confronter aux autres dans le respect des différences. Le partage avec ses pairs peut faire émerger aussi des souvenirs liés au repas proposé. Cet exercice s'insère dans une démarche réflexive sur sa pratique et sa consommation alimentaire avec une prise de conscience des déterminants économiques, environne-

mentaux et sociaux qui influencent la réalisation d'une recette.

Ces activités du cycle 3 – 9CO – ainsi que toutes celles des cycles 1 et 2 se trouvent sur le site www.senso5.ch. Vous pouvez les télécharger ou commander les documents papier à la CECAME (Centrale des moyens d'enseignement) www.cecame.ch. Cette dernière fournit aussi tout matériel spécial propre à certaines activités – odeurs, saveurs, masques, etc.

Les animatrices d'éducation nutritionnelle, Doris Buchard et Rachel Bircher May, se tiennent aussi à disposition pour tout complément d'informations, pour des interventions ciblées ou des formations aux activités proposées. Vous pouvez les contacter aux adresses suivantes:

- Doris Buchard: doris.buchard@hepvs.ch - 079 845 86 93

- Rachel Bircher May: rachel.bircher-may@hepvs.ch - 079 481 72 12

Le concept d'une soirée pédagogique, telle qu'elle s'est déroulée pour les enseignants des écoles du Val d'Hérens et qui a été relaté dans l'édition de novembre de *Résonances*, peut tout à fait être mis en place au sein d'autres établissements.

Doris Buchard ●

Rachel Bircher May ●

Notes

¹ Dans le sens qu'il est le moyen officiel du Valais pour l'éducation nutritionnelle (PER) en primaire et qu'il a été créé par des Valaisans.

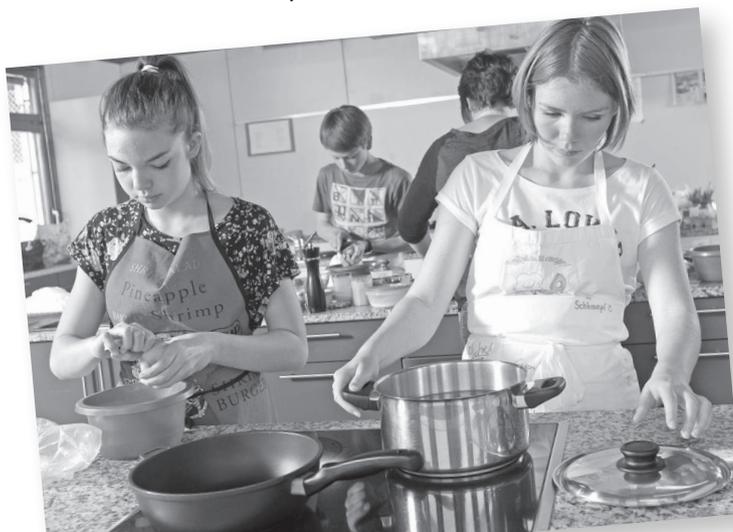
² Un comportement alimentaire serein, fiches techniques www.senso5.ch, extranet

Echo de la rédactrice

Menu allégé

Comment ne pas entendre les cris d'alarme lancés par certains enseignants des divers degrés de la scolarité obligatoire, à propos de la lourdeur des programmes, de l'excès des exigences dans chacune des matières et de la surabondance disciplinaire? Pourrait-on faire moins et mieux? Serait-il possible de repenser le menu en se plaçant du côté du dégustateur en herbe et non de celui du chef cuisinier en quête d'étoiles? Certainement, mais le débat scolaire ne suffira pas à la résolution du problème. Car la société amène son lot d'attentes sur les connaissances et compétences que doit avoir un élève au sortir de l'école obligatoire. Dès que quelqu'un fait une proposition de recentrage sur les fondamentaux ou de tissage interdisciplinaire, d'autres rappellent toutes les matières à laisser sur la carte, voire à ajouter? Le mille-feuille devient ainsi de plus en plus indigeste, à force de multiplier les couches, sans en retrancher aucune. La question prioritaire serait de déterminer qui a le pouvoir de modifier la liste des ingrédients, sans perdre le goût du savoir hérité du passé et en intégrant de nouvelles saveurs? En regardant tant à l'échelle locale que globale, force est de constater qu'au vu de la complexité de la tâche, personne n'a pour l'instant la recette miracle. Votre revue se doit de faire écho à vos préoccupations, en croisant les points de vue, pour nourrir la réflexion, sans forcément avoir de solutions. Ce sujet sera donc modestement débattu en 2017.

Nadia Revaz



Activité «Rendre à son goût» au Cycle 3