



Alimentation durable



kit d'animations pédagogiques - Cycle 2

Introduction



Dans le cadre de son programme Éducation, le WWF France sensibilise les individus, dès leur plus jeune âge, aux **problématiques environnementales** et à l'importance d'adopter des comportements vertueux visant à préserver la nature et le climat.

Partageant le constat d'une forte **distension du lien entre l'humain et la nature** ces dernières années, le WWF France a initié à la rentrée de septembre 2020, grâce à un financement de l'Agence Française de Développement (AFD), un projet d'installation de **potagers pédagogiques** au sein des établissements scolaires. Avec [l'École Jardinière](#), le [WWF France](#) encourage, facilite et œuvre à la généralisation de la pratique du potager pédagogique.

Dans la continuité de ce travail autour de la biodiversité comestible, le présent livret vise à **promouvoir une alimentation saine et durable** dès le CP et à porter l'attention des plus jeunes sur le lien entre comportements alimentaires individuels et dérèglements globaux.

Une partie de la solution se trouve dans nos assiettes !

Comment utiliser ce livret ?

Le livret propose pour chaque cycle (2, 3 et 4) une séquence de 6 séances.

Alimentées par une pédagogie active et participative, les séances s'appuient sur les représentations, les expériences et les

connaissances des élèves pour **construire collectivement du savoir** et alimenter les réflexions sur les enjeux liés à l'alimentation durable.

Chaque séance dure 45 minutes pour le cycle 2 et 1 heure pour les cycles 3 et 4. **Ces séances sont indépendantes bien que cohérentes entre elles**, elles peuvent donc être mises en œuvre séparément. Néanmoins, il est important de souligner la pertinence de réaliser l'ensemble des séances proposées par niveau afin d'avoir une vision globale de la thématique.

Chaque séance comprend un tableau **« Lien avec les programmes scolaires »** afin d'identifier les activités pouvant s'intégrer aux programmes des classes et matières concernées.

Les séances sont également accompagnées d'une rubrique **« Pour aller plus loin »** et de bulles définition et chiffres clés afin d'alimenter le fond documentaire essentiel pour animer les séances.

Chaque groupe ayant ses propres contraintes et caractéristiques, il est important d'**adapter les activités aux spécificités des groupes**, qu'elles soient matérielles, temporelles ou humaines. Ce livret pédagogique intègre et explique les activités proposées aux élèves afin de permettre aux enseignants de s'en imprégner et de les adapter à leur classe et à leurs besoins.

SOMMAIRE



Séance 0 **Manger, c'est utiliser ses sens**

Introduction à l'alimentation par une activité sur les 5 sens



Séance 1 **D'où vient ce que je mange ?**

Connaître l'origine des aliments (végétale, animale, minérale)



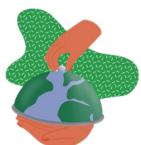
Séance 2 **Qu'est-ce que je mange ?**

Comprendre et connaître les catégories des aliments



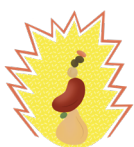
Séance 3 **A quoi sert ce que je mange ?**

Comprendre la notion d'équilibre alimentaire et la fonction des aliments pour l'organisme



Séance 4 **Quels aliments pour mieux protéger la planète ?**

Etre sensibilisé aux notions de production et de consommation durables



Séance 5 **Les supers pouvoirs des légumineuses**

Découvrir les légumineuses



Séance 6 **Quels gestes au quotidien pour protéger ma santé et la planète ?**

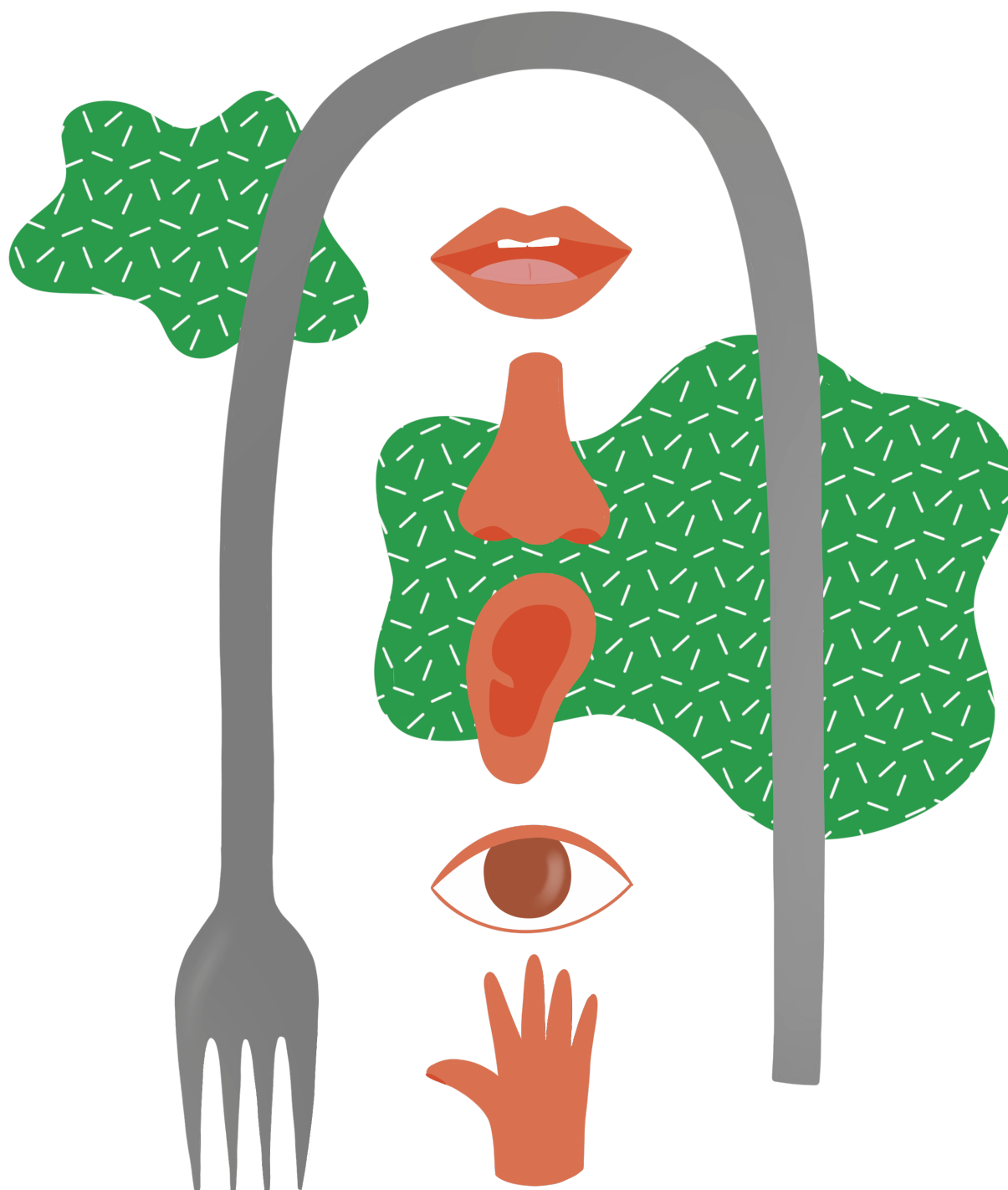
POUR ALLER PLUS LOIN

Dossier : «Notre consommation et son impact sur le monde des abeilles» (Kurioz)



SÉANCE 0

Manger, c'est utiliser ses sens





Séance 0

Manger, c'est utiliser ses sens

OBJECTIFS DE LA SÉANCE

- Découvrir les 5 sens
- Reconnaître des aliments en utilisant ses sens

Durée
45 min

Lien avec les Programmes d'enseignement du cycle 2

La séance proposée prend appui sur le programme d'enseignement du cycle 2 des apprentissages fondamentaux (Bulletin Officiel de l'Éducation nationale BO n° 31 du 30 juillet 2020). [La séance est inspirée d'une activité pédagogique du WWF Suisse.](#)

DOMAINE D'ENSEIGNEMENT	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE	COMPÉTENCES TRAVAILLÉES
Français Lire, dire, écrire	Pratiquer des langages	<ul style="list-style-type: none">- Communiquer en français, à l'oral et à l'écrit, en cultivant précision, syntaxe et richesse du vocabulaire.- Lire et comprendre des textes documentaires illustrés.- Extraire d'un texte ou d'une ressource documentaire une information qui répond à un besoin, une question.- Restituer les résultats des observations sous forme orale ou d'écrits variés (notes, listes, dessins, voire tableaux).
Questionner le monde	Pratiquer des démarches scientifiques	Pratiquer, avec l'aide des professeurs, quelques moments d'une démarche d'investigation : questionnement, observation, expérience, description, raisonnement, conclusion

MATÉRIEL

Il est recommandé d'utiliser des fruits et légumes locaux, de saison et de préférence labellisés. L'activité doit être pensée avec l'idée d'éviter au maximum le gaspillage alimentaire.

- Sens de l'odorat : 2 sachets (non transparents) avec 2 types de fruits/légumes coupés en 2 morceaux, de saison, locaux et particulièrement parfumés.
- Sens de l'ouïe : 2 verres/maracas non transparents contenant 2 types de graines (courges, pois...).
- Sens du toucher : 2 sachets (non transparents) contenant 2 types de fruits/légumes de saison
- Sens de la vue : 2 fruits ou légumes
- En option : sens du goût : 2 assiettes avec des petits morceaux ou une purée/compote de 2 types de fruits et légumes de saison et locaux.»
- 5 affichettes : odorat, goût, vue, toucher, ouïe.
- 2 nappes, 5-6 foulards, fourchettes.
- Fiche "reconnaître les fruits et légumes".



Nos recommandations

Pour l'ouïe, pensez aux légumineuses (pois chiches, lentilles, fèves...) qui pourront se conserver longtemps.

Pour le toucher, évitez les fruits ou légumes qui pourraient s'écraser. Privilégier ceux avec une peau épaisse ou une forme/texteure caractéristique.

Pour la vue, amusez-vous avec des fruits ou légumes qui se ressemblent (concombre et courgette / panais et carotte ...). Vous pouvez privilégier également des fruits ou légumes "moches".

Pour l'odorat, pensez aux écorces séchées comme l'orange ou à quelques feuilles d'herbes aromatiques.

DÉROULEMENT

ÉTAPE 1

Disposer sur 4 tables différentes les sachets avec l'affichette correspondante.

L'enseignant donne la consigne à chaque groupe : observer les sachets et compléter le tableau correspondant.

Sur une 5ème table plus éloignée, disposer l'affichette «gout» si vous souhaitez explorer ce sens également. Vous pouvez également proposer la dégustation à la toute fin.

ÉTAPE 2

Distributions des «fiches élèves» à remplir pour chaque groupe (p.7 et 8).

ÉTAPE 3

Les groupes se succèdent à chaque table et remplissent les fiches élèves. A la fin de toutes les rotations, l'enseignant organise une mise en commun globale. Si vous réalisez la table du goût, nous recommandons que l'enseignant reste présent sur cette table.

ÉTAPE 4

Une fois la rotation terminée, réunir les élèves autour de la dernière table, et débriefer leurs découvertes. Montrer les fruits et légumes en entier.

CE QUE JE RETIENS

Les humains disposent de 5 sens : le goût, l'odorat, le toucher, l'ouïe, la vue. Chaque sens peut entrer en jeu lorsque nous mangeons. Ils nous aident à reconnaître ce que nous mangeons et à choisir ce que nous voulons manger.



Prénom, classe : _____

Tableau 1


 L'ODORAT	Sachet 1	Sachet 2
Cette odeur me plaît ?		
Comment puis-je décrire cette odeur ? Piquante, parfumée, acide, forte, délicate...		
A quoi cette odeur me fait penser ?		
De quel fruit ou légume s'agit-il ?		

Tableau 2

 LA VUE	Sachet 1	Sachet 2
J'aime l'aspect ?		
Il a l'air appétissant ?		
De quel fruit ou légume s'agit-il ?		



Tableau 3


 LE TOUCHER	Sachet 1	Sachet 2
Comment puis-je décrire la surface que j'ai touchée (collante, tendre, dure, lisse, douce, granuleuse) ?		
Comment puis-je décrire la forme que j'ai touchée (arrondie, plate, pointue, grande, petite) ?		
De quel fruit ou légume s'agit-il ?		

Tableau 4



 L'OUÏE	Sachet 1	Sachet 2
Les graines qui produisent ce son sont-elles grandes, petites, rondes ?		
Les graines qui produisent ce son sont-elles nombreuses ?		
De quel fruit ou légume s'agit-il ?		

Tableau 5

 LE GOÛT	Sachet 1	Sachet 2
Ce goût me plaît ?		
Est-ce que ce goût est agréable ?		
Décris ton ressenti (sucré, ça pique, léger, mou, dur...)		