

Objectifs

- Découvrir la diversité et la variété des aliments.
- Classer des aliments selon leur provenance.
- Découvrir les transformations de la matière.

Mots clés

Aliment, végétal, animal, cuit, cru, transformation.

Activités préparatoires

- **Observer les menus de la cantine**
 - Repérer la composition des menus. Dans un premier temps les enfants regroupent les aliments sous les appellations *entrée, viande, légumes, fromage, dessert*.
 - Les faire réfléchir sur l'origine de ces aliments : *les betteraves ou le pâté sont des « entrées », mais ont-ils des points communs ?*
 - Faire distinguer les féculents des légumes verts. Faire appel à leurs expériences pour déterminer l'origine des aliments.
- **Classer des aliments**
 - Faire découper des photos d'aliments dans des prospectus de supermarchés. Demander aux enfants de les classer librement. L'objectif est de parvenir à des classements reprenant les critères suivants : provenance animale ou végétale, aliment brut ou transformé.

Remarque : certaines représentations sont tenaces chez les enfants, comme « l'arbre à pâtes », « la machine à fabriquer le riz »... Utiliser des encyclopédies pour enfants ou des livres spécialisés pour illustrer la provenance de ces aliments.

Qu'est-ce qu'on mange aujourd'hui ?

- Lire les menus. Faire commenter leur composition (équilibrée) et faire comparer ces menus aux menus habituels des enfants.
- Lire la consigne. Amorcer la réflexion sur le menu du lundi (insister sur le fait que le fromage est fabriqué à partir du lait d'un animal), puis laisser les enfants travailler seuls.

Retenir

Lire les phrases avec les enfants. Faire citer pour chaque cas de nombreux exemples. Aider chaque enfant à écrire les noms des aliments choisis ou les écrire au tableau et les faire recopier.

Aller plus loin

Ces deux exercices sont l'occasion d'aborder progressivement l'idée de transformation des aliments.

- **Consigne 1.** Introduire l'exercice en demandant aux enfants de définir le mot *crudités*. Faire déduire que certains aliments peuvent donc être mangés crus. Faire chercher le contraire de *cru*.
 - Lire la consigne de l'exercice en insistant sur le cas des aliments qui peuvent être consommés crus ou cuits (prendre un exemple). Faire traiter cet exercice par petits groupes de deux ou trois.
 - Lors de la correction collective, faire nommer certains des plats cuisinés obtenus à partir des aliments cuits.
- **Consigne 2.** Cet exercice permet d'insister sur la provenance animale des produits laitiers. Évoquer rapidement lors de la correction le processus de fabrication du beurre, du fromage, et des yaourts.

Informations : pour faire du fromage, on laisse reposer le lait dans un endroit tiède. Le sucre du lait se transforme alors en caillé. On sépare le caillé du petit lait, puis on le met dans un moule qu'on place dans une cave pendant une durée variable. Pour fabriquer du beurre, on recueille la crème du lait puis on la baratte jusqu'à provoquer une solidification. Les yaourts sont préparés à partir du lait auquel on ajoute des ferments lactiques acidifiants. On les laisse fermenter pendant 2 heures à une température modérée (45°C).