

Parcours sensoriel

Résumé

Une animation pour connaître et utiliser ses 5 sens en découvrant le patrimoine alimentaire de la Méditerranée.

Niveau

Cycle 2 à
Collège

Durée

1 h 30 si 20 enfants
2 fois
1 h si plus de
20 enfants.

Thèmes

Alimentation
Cuisines du monde

Objectifs

- Connaître et utiliser ses 5 sens ;
- Éveiller la mémoire et le plaisir des sens ;
- Savoir s'exprimer sur son ressenti ;
- Découvrir le patrimoine alimentaire de la Méditerranée par une approche sensorielle ;
- Développer un sens coopératif au travers d'un jeu d'équipe.

Matériel

Le goût

4 bouteilles d'eau numérotées + sirops : anis 1, orgeat 2, citron 3, menthe blanche 4, gobelets (goûter au préalable pour vérification)

1 boîte de compote de pomme, cannelle en poudre, petites cuillères ou bâtonnets de dégustation, 3 fioles épices (cannelle, cardamome, thym).

Petits morceaux de pain bio (500 g.) à imbiber d'huile d'olive 1, de noix 2, de tournesol 3, bols numérotés.

L'odorat

Tableau de sachets d'épices

Fiole d'eau de rose 1, fiole d'eau de lavande 2, fiole d'eau de thym 3, fiole d'eau de fleurs d'oranger 4.

L'ouïe

Moulin à poivre, moulin à légumes, planche / couteau, pot à graines, mortier / pilon, saladier / cuillères, bouteille / bouchon

Récipients par couples, l'un opaque et l'autre non, contenant : du riz 1, du sucre 2, de la farine 3, des pois chiches 4, des herbes aromatiques 5.

Lecteur cd, compilation de musiques méditerranéennes.

Le toucher

Boîte « kim toucher » légumineuses (pois cassés 1, fèves 2, haricots blancs 3, lentilles corail 4, pois chiches 5, noisettes 6).

Sac fourre-tout contenant : cuir, coton hydrophile, tissu, laine, toile de jute

Boîte « kim toucher » pâtes

Matériel

La vue

Kit d'aliments factices : poivron, rameau d'olivier, aubergine, courgette, tomate, ail, thym, blé, fèves, lentilles, pois chiches, raisin + cartes questions.

20 cartes « produits bruts » + 20 cartes « produits transformés » contenues dans une boîte .

3 boîtes rectangulaires en plastique contenant du boulgour, de la polenta et des croquants aux amandes, 3 boules transparentes en plastique contenant du maïs, du riz et du blé.

Consommables

4 petites bouteilles d'eau

Sirops : anis, orgeat, citron, menthe blanche

Gobelets

1 boîte de compote de pomme

Cannelle en poudre

Petites cuillères ou bâtonnets de dégustation

Pain bio (500 g.)

Huiles : d'olive, de noix, de tournesol

Eau de lavande, eau de thym, eau de rose, eau de fleurs d'oranger

Déroulement

Séquence 1 : Questionnement

Quels sont nos différents sens ? Évocation de leur stimulation dans le fait de manger ou de cuisiner.

Quel sens utilisez-vous le plus quand vous mangez ?

Aujourd'hui, nous allons utiliser nos 5 sens pour découvrir des odeurs, des saveurs et bien d'autres choses encore de la méditerranée / est-ce que vous savez ce qu'est la méditerranée (mer, pays, plats typiques,...).

On va donc en savoir un peu plus sur les aliments qui composent la cuisine méditerranéenne.

Séquence 2 : Déroulement du parcours et des jeux

Le but : par groupe de 4 à 6 enfants les équipes ont pour objectif de réussir au moins une épreuve pour chaque sens et de valider de ce fait des compétences sensorielles.

Les consignes : au préalable, les équipes doivent bien comprendre qu'il ne s'agit pas d'une compétition des unes par rapport aux autres mais d'une coopération au sein même de l'équipe pour simplement parcourir les épreuves avec succès. Le temps n'a donc pas d'importance. Pour commencer, on prendra possession de la « feuille de route » et on déterminera l'ordre de jeu de chaque participant. Le soleil (le plateau de jeu) désigne le sens abordé à chaque tour et oriente les équipes dans leur parcours.

Les épreuves, détaillées ci-dessous, seront parcourues collectivement ou individuellement. Dans tous les cas c'est le représentant de l'équipe qui, pour le tour, est garant de la réponse.

Les espaces : 5 tables, représentant chacune 1 sens, regroupent une série de 3 jeux. Une table avec le soleil (le plateau de jeu) oriente les équipes dans leur parcours.

Pour conclure : Le jeu se termine quand l'équipe a pu valider au moins une épreuve par sens et récolter les 5 vignettes symbolisées.

Étapes par étapes

Le goût



Sauras-tu me retrouver ? (épreuve individuelle)

4 bouteilles d'eau numérotées + sirops : anis 1, orgeat 2, citron 3, menthe blanche 4, gobelets.
Goûter ces différents sirops et retrouver le goût de l'anis .

L'odeur et le goût (épreuve collective)

1 boîte de compote de pomme, cannelle en poudre, petites cuillères ou bâtonnets de dégustation, 3 fioles épices (cannelle, cardamome, thym).
Après avoir goûté le mélange compote / épice, reconnaître parmi les 3 fioles et grâce à l'odorat l'épice qui a pu être ajoutée.

Qui suis-je ? (épreuve collective)

Petits morceaux de pain bio (500 g.) à imbiber d'huile d'olive 1, d'huile de noix 2, d'huile de tournesol 3, bols numérotés.
Après dégustation nommer les différentes huiles présentées.
Pour les plus jeunes désigner le contenu du bol après avoir énoncé les différentes huiles présentes (olives, noix et tournesol).

L'odorat



Qui suis-je ? (épreuve collective)

Tableau de sachets d'épices.
Reconnaître les senteurs des sachets et les replacer sur le tableau, accorder une marge d'erreur de 4 sachets pour les plus grands et pour les plus jeunes reconnaître l'odeur de 5 sachets.

Où est passée la rose ? (épreuve collective)

Fiole d'eau de rose 1, fiole d'eau de lavande 2, fiole d'eau de thym 3, fiole d'eau de fleurs d'oranger 4.

Parmi ces différentes senteurs retrouver l'eau de rose.

Épices et arômes (épreuve individuelle)

Tableau de sachet d'épices.

Retrouver et classer : 3 sachets épices et 3 sachets de plantes aromatiques.



L'ouïe



La cuisine de sons (épreuve collective)

Moulin à poivre, moulin à légumes, planche /couteau, pot et graines, mortier / pilon, saladier / cuillères, bouteille / bouchon.

Après avoir observé 30 secondes les ustensiles sur la table, les enfants se retournent et doivent deviner (3 fois) quel ustensile est manipulé (variante : nommer une action).

Aliments sonores (épreuve individuelle)

Récipients par couples, l'un opaque et l'autre non, contenant : du riz 1, du sucre 2, de la farine 3, des pois chiches 4, des herbes aromatiques 5.

Reconstituer les couples en faisant « sonner » les boîtes blanches.

Musique de fêtes (épreuve collective)

Lecteur cd, compilation de musiques de méditerranée, carte de la méditerranée, carte note de Musique.

Retrouver le pays d'origine de la musique entendue et placer une note de musique sur ce pays.

Le toucher



La bonne pioche (épreuve collective)

Boite « kim toucher » légumineuses (pois cassés 1, fèves 2, haricots blancs 3, lentilles corail 4, pois chiches 5, noisettes 6).

Reconnaître les différentes légumineuses présentes dans ce kim, attention à l'intrus. Pour les plus jeunes, nommer l'ensemble des graines qu'ils trouveront.

La main dans le sac ! (épreuve individuelle)

Sac fourre- tout contenant : cuir, coton hydrophile, tissu, laine, toile de jute.

Retrouver et ressortir la laine.

Farandole de pâtes (épreuve collective)

Boite « kim toucher » pâtes.

R ressortir de chaque case la pâte représentée sur le dessus.



La vue



Qui suis-je ? (épreuve collective)

Kit d'aliments factices : poivron, rameau d'olivier, aubergine, courgette, tomate, ail, thym, blé, fèves, lentilles, pois chiches, raisin + cartes indices.

Retrouver et nommer l'aliment après lecture de la carte indice.

Memory filière (épreuve individuelle)

20 cartes « produits bruts » + 20 cartes « produits transformés » contenues dans une boîte.

Reconstituer des couples d'images : le produit brut + le même produit mais transformé (exemple : olive / huile d'olive).

Céréales et compagnie (épreuve collective)

3 boîtes rectangulaires en plastique contenant du boulgour, de la polenta et des croquants aux amandes, 3 boules transparentes en plastique contenant du maïs, du riz et du blé.

Reconnaître les céréales et retrouver le ou les produits dérivés, les associer.

Attention!! Il y a un piège.



En savoir plus

Livres

Le goût chez l'enfant : l'apprentissage en famille, Puisais, Jacques, Flammarion , 1999.

Le goût s'éduque. La méthode Puisais repose sur une pédagogie du goût, développée au sein des ateliers du goût et de l'Institut du goût au Futuroscope de Poitiers. L'ouvrage propose dix séances d'exploration des mécanismes du goût à pratiquer en famille. Tous les sens sont sollicités pour une approche scientifique, ethnologique et physiologique des arts du goût, avec des conseils sous forme de mots-clés.

Le goût et l'odorat, Association nationale des petits Débrouillards, Albin Michel , 2001.

Cet extrait de l'encyclopédie pratique des petits débrouillards présente des expériences classées par niveau de complexité, accompagnées d'explications scientifiques permettant d'en comprendre les mécanismes. Un rapide historique des modes de conservation et des additifs alimentaires complète les exercices permettant d'appréhender les odeurs et les saveurs par le nez, la langue et la salive. C'est une base d'initiation aux arts du goût, à la culture scientifique et technique.

L'odorat et la nature, P. Desjours et C. Dillenseger, Association nationale des petits Débrouillards, Albin Michel, 2000.

Le goût et la cuisine, Association nationale des petits Débrouillards, Albin Michel , 2000.

Présentation de 10 expériences autour du goût pour les enfants de 5-7 ans. Une petite scène de la vie quotidienne introduit une expérience facile à réaliser, puis le phénomène observé est expliqué. Un jeu d'observation ou d'associations conclut chaque séquence.

En savoir plus sur l'association des Petits Débrouillards
<http://www.lespetitsdebrouillards-idf.org/>

50 activités pour apprendre le goût à l'école, CRDP de Midi-Pyrénées, 2002

Activités simples proposées par un professionnel de la restauration pour affiner, chez l'enfant, la curiosité gustative, développer la socialisation, apprendre à traiter l'information et à enrichir le vocabulaire. Une démarche pédagogique et interculturelle qui s'inscrit dans une complémentarité des cinq sens.

Le goût et les 5 sens, CdRom, CNDP, 2002, Odile Jacob, 2002.

Sous forme de fiches et de vidéos montrant des séances d'activité avec les élèves. Les enseignants du premier degré trouveront de quoi mettre en œuvre des classes de goût, afin de développer chez les enfants la connaissance des saveurs et des grandes familles d'aliments.



F i c h e a n i m a t i o n
Parcours sensoriel

Sites

Séminaire "Arts du goût" organisé par le Pôle "Arts du goût" en mars 2003 au Crdp Poitou-Charentes.

Comptes rendus des ateliers et des interventions
<http://www.crdp-poitiers.cndp.fr/gout/semin.htm>

Des goûts et des couleurs, site éducatif réalisé par France 5 et le Ministère de l'Agriculture à l'occasion de la Semaine du Goût 2003.

Jeux interactifs, outils pédagogiques pour les enseignants, ...
<http://www.agriculture.gouv.fr/legout/france5/>

