

Vers une alimentation durable

Des produits agricoles au choix alimentaires des consommateurs

Durée 4 x 3h	Lieu Ecole (classe, cour) Possibilité de visite : fromagerie, boucherie, fabrication de yaourts	Public Cycle 2, Cycle 3
------------------------	---	-----------------------------------

Objectifs spécifiques

- comprendre les divers apports liés à notre alimentation,
- suivre des transformations et parcours de produits alimentaires,
- agir avec une consommation plus raisonnée.

1 / l'alimentation au quotidien

Manger est un acte quotidien qui répond à des besoins corporels mais les repas sont souvent associés à des notions de bien-être et de partage. Les habitudes alimentaires peuvent être différentes en fonction du rythme de vie, du contexte culturel ou des régimes alimentaires.

Objectifs	Contenus	Lien avec les programmes
Recueillir les représentations	photolangage	

2 / les besoins alimentaires

La nutrition répond avant tous à des besoins corporels. L'offre alimentaire diversifiée doit permettre d'avoir une alimentation équilibrée, sous condition de savoir estimer les apports nutritionnels.

Objectifs	Contenus	Lien avec les programmes
Classifier divers aliments	Analyse de menu équilibré	Sciences et technologie : le vivant, sa diversité et les fonctions qui le caractérisent
Suivre le parcours d'un aliment jusqu'à son usage corporel	Modèle de transit dans le système digestif	
Estimer l'apport nutritionnel des aliments	Poster des besoins nutritionnels Analyse de documents	Sciences et technologie : s'approprier des outils et des méthodes

Evaluation : compléter le schéma sur le transit des aliments jusqu'aux organes

3 / les transformations des aliments

La majorité des produits de notre alimentation sont transformés pour de meilleures qualités gustatives mais également pour les conserver et les rendre sains. L'action des micro-organismes est indispensable pour produire des yaourts ou du pain mais d'autres microbes peuvent nous contaminer s'ils ne sont pas contrôlés.

Objectifs	Contenus	Lien avec les programmes
Connaître des exemples de produits transformés de notre alimentation	Images de produits transformés	Sciences et technologie : le vivant, sa diversité et les fonctions qui le caractérisent
Comprendre comment les micro-organismes interviennent dans ses transformations.	Expérience de coagulation du lait Vidéo de transformation bactérienne d'aliments	
Mesurer les enjeux sanitaires liés aux produits alimentaires	Lecture d'emballages avec date de péremption	

4 / les filières locales en Lozère

La plupart des consommateurs sont éloignés des lieux de production alimentaire. Pour réduire cette distance, des filières d'approvisionnement en circuit court ou même en vente directe se sont développés sur le département. Ces démarches recréent également le lien qui unie producteur et consommateur.

Objectifs	Contenus	Lien avec les programmes
Situer des phases de distanciation par rapport aux ressources alimentaires	Frise chronologique et images	Géographie CM1 : consommer en France
Visualiser les trajets des aliments jusqu'aux assiettes	Vidéo Carte de filière en circuit court	
Prendre conscience des processus d'approvisionnement alimentaire	Rencontre avec un acteur de notre alimentation	

Evaluation : retracer le parcours d'aliments jusqu'au lieu de consommation

5 / des démarches d'alimentation durable

La pluparts des fruits et légumes sont disponibles de manière saisonnière sur les étals. D'autres produits sont plus facilement commercialisés s'ils ont satisfait à des labels de qualité. Aujourd'hui le choix du consommateur va même jusqu'à privilégier des aliments en vrac qui nécessitent moins d'emballage.

Objectifs	Contenus	Lien avec les programmes
Comprendre l'offre saisonnière de certains groupes d'aliments Décrypter des visuels commerciaux et informatifs S'ouvrir à des manières de consommer plus durable	Visuels d'un rayon fruits et légumes <i>Jeu des labels</i> Articles d'initiatives	Sciences et technologie : adopter un comportement éthique et responsable La planète Terre. Les êtres vivants dans leur environnement

6 / Place à l'action

Pour accompagner au changement des pratiques alimentaires, il faut estimer les habitudes qui peuvent facilement être modifiées. Des actes simples peuvent amener à agir pour le développement durable, ainsi que pour sa santé et son bien-être. Ainsi, par la pratique et l'échange, il est possible de devenir un consommateur plus éveillé.

Objectifs	Contenus	Lien avec les programmes
S'interroger sur sa manière de consommer Découvrir des pratiques durables liées à la consommation alimentaire Présenter des démarches de consommation responsable	Questionnaire <i>Jeu des achats malins</i> Recette de cuisine avec les restes <i>Activité anti-gaspillage</i> - exposé des élèves	Géographie CM1 : Consommer en France Enseignement moral et civique : l'engagement : agir individuellement et collectivement