

Le rôle des 5 sens dans la découverte des aliments

Correspondance avec les pages 2 et 3 du livret enseignant

Objectifs pédagogiques

Savoir utiliser ses 5 sens pour découvrir les aliments

Lien programme scolaire : le corps de l'enfant, les 5 sens

Cycle 2 : acquisition de vocabulaire, construction de la personnalité

Cycle 3 : rapporter les expériences pour projeter son activité dans l'avenir, appréhender les nuances entre des mots de sens proche

Durée : 60 min = 10 min par sens puis session synthèse 10 min

Proposer aux élèves une dégustation de différents aliments, en n'utilisant qu'un seul sens à la fois. Leur demander de décrire ce qu'ils ressentent et d'interpréter les informations que leur renvoient leurs sens. Organiser la classe en sous-groupes, donner les mêmes expériences à chaque groupe et réunir les résultats d'observation des groupes l'un après l'autre, en changeant le groupe qui prend la parole le premier pour faire part à la classe de ses découvertes avec l'un des sens.

À préparer pour observation :

Pour la vue : des verres transparents contenant une boisson au chocolat et leur demander d'observer attentivement

- Un verre avec une boisson chaude, observer la vapeur s'en dégageant
- Un verre sortant du réfrigérateur, observer la condensation se produisant sur les parois et conclure
- Un verre très chargé en chocolat, observer la couleur plus foncée
- Un verre à la préparation allongée d'huile, observer les gouttes qui ne se mélangent pas

Vocabulaire associé : liquide, mélange, vapeur, buée, chaleur, condensation, fraîcheur, gras

Pour l'ouïe : bander les yeux des élèves et leur demander d'écouter attentivement différents sons, sans indiquer ce qui est pratiqué

- Un couteau qui tranche une pomme, quelqu'un qui croque dans une pomme
- Un pilon qui écrase une biscotte
- Un couteau qui tranche du pain un peu rassis
- Une boisson versée dans un verre
- Un pilon qui tape sur une tablette de chocolat

Vocabulaire associé : craquant, croustillant, liquide, dur, solide, sec

Pour l'odorat : bander les yeux et leur demander de sentir des gobelets dans lesquels auront été disposés

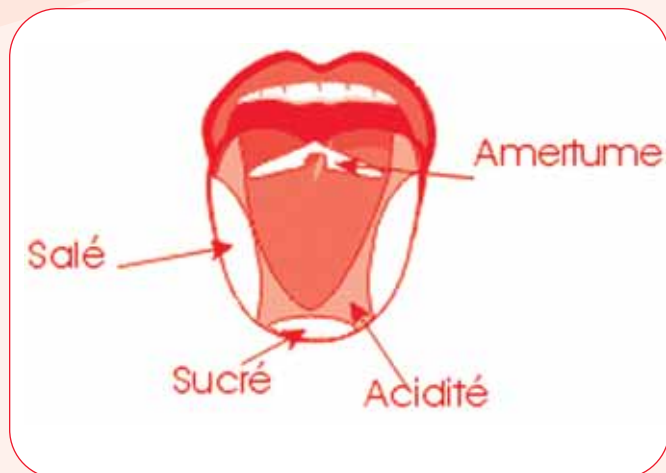
- Une épice (clou de girofle, vanille, cannelle, poivre)
- Une herbe aromatique froissée ou hachée (menthe, thym, basilic)
- Un fruit écrasé (orange, banane, fruit de saison)
- Un fromage bien avancé ou à pleine maturité
- Un gâteau émietté (Madeleine ou quatre-quarts)
- Du café

Pour le toucher : rassembler toutes sortes de fruits et légumes, les faire décrire aux élèves aux yeux toujours bandés avant de les désigner

Vocabulaire associé : lisse, rugueux, granuleux, piquant, duveteux, irrégulier, long, rond, fin, allongé, mou, dur

Pour le goût :

- Boissons : des gobelets remplis de lait, grenadine à l'eau, jus de fruit, eau, soda
- Aliments : fruits frais, légumes crus, fromage, produits laitiers, céréales prêtes à consommer.



Compliciter les combinaisons pour le cycle 3, en trempant par exemple un morceau de pomme dans du miel puis des céréales.

Vocabulaire : sucré, salé, acide, amer, froid, chaud

Faire décrire plus précisément les sensations associées à l'acidité (ça fait venir la salive), à l'amer (ça creuse la langue) et présenter le rôle des différentes parties de la langue dans la reconnaissance des saveurs.

Écrire tous les mots de vocabulaire utilisé sur des petits papiers, les mélanger pour les tirer au sort et demander à chaque tirage à la classe à quel sens peut être associé ce mot.

Toute la découverte des sens peut également être faite avec différents types de céréales pour le petit déjeuner, en choisissant des céréales de formes et de goûts différents. Avec pour finir une dégustation à sec, puis une dégustation avec du lait, en prenant le temps d'écouter le bruit que font les céréales au contact du lait (crépiter, pétiller) et de faire le constat de leur changement de consistance lorsqu'on les laisse plus longtemps dans le lait. Observer aussi la modification du lait : couleur et saveur.

Approfondissement cycle 3

Dupliquer les mots en autant d'exemplaires que de sous-groupes formés. Remettre à chaque sous-groupe l'ensemble des mots et leur demander de les associer à chacun des 5 sens. Et ouvrir la discussion sur ceux qui peuvent être associés à plusieurs sens.

Faire récapituler à chaque enfant les découvertes qu'il a préférées pour chaque sens et lui demander de construire sa dégustation idéale.

Vocabulaire associé à l'exercice des sens :

- humer, sentir, flairer, renifler, parfumer, empuantir, empester
- frôler, palper, presser, tripoter, prendre, effleurer, caresser, pétrir, manier, tâtonner
- regarder, examiner, scruter, détailler, analyser
- écouter, entendre, tendre l'oreille, analyser, décomposer,
- goûter, savourer, tester, essayer, déguster, se délecter, avaler, engloutir, saliver, déglutir

Demander aux élèves de lister ces verbes associés aux 5 sens et de construire un texte court avec, pour décrire la découverte d'un aliment inconnu.