

# L'alimentation et la nutrition : la séquence

Déroulé, objectifs et écueils. Trois séances de 55 minutes.

Trois séances de 55 minutes, conformes au programme de sciences et technologie du cycle 3 (BO n° 25 du 22 juin 2023), colonne « fin de sixième ». La séquence comporte une manipulation obligatoire - le texte dit « réaliser une transformation alimentaire impliquant des micro-organismes ». Elle demande aussi une vigilance de ton : on identifie des comportements favorables à la santé à partir d'informations, on ne juge pas ce que les élèves mangent.

## Les attendus du programme

- Rechercher et exploiter des informations sur l'alimentation humaine pour identifier des comportements favorables à la santé (composition d'aliments, adéquation entre les apports et les besoins, etc.).
- Relier la diversité des aliments avec les cultures et les sociétés humaines, et leur mode de production.
- Relier les processus de conservation des aliments et la limitation des risques sanitaires (salaison, conservation au froid, stérilisation, etc.).
- Réaliser une transformation alimentaire impliquant des micro-organismes effectuant une fermentation et identifier certains paramètres d'influence.

## Vue d'ensemble

| Séance                                      | Durée  | Ce qu'on y fait                                                         |
|---------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------|
| Apports et besoins                          | 55 min | Lire une composition, comparer deux produits, relier aux besoins.       |
| Manger ici et ailleurs                      | 55 min | La diversité alimentaire, les cultures, les modes de production.        |
| Conserver et fermenter. Bilan et évaluation | 55 min | Les procédés de conservation, une fermentation réelle, puis évaluation. |

## Le détail des séances

## 1. Apports et besoins

**Objectif :** Relier apports alimentaires et besoins.

**Déroulé :** Travail sur des emballages réels apportés par la classe. Les élèves comparent deux produits voisins et relèvent les écarts. Puis étude de données sur la variation des besoins selon l'âge et l'activité : chacun situe ses propres besoins sans que personne n'ait à parler de ses repas. Trace écrite (parties 1 et 2).

**Matériel :** Emballages variés, un tableau de besoins par âge et activité.

## 2. Manger ici et ailleurs

**Objectif :** Expliquer la diversité alimentaire.

**Déroulé :** Trois repas de régions du monde différentes, en images. Les élèves relèvent ce qui diffère, puis cherchent pourquoi : climat, cultures locales, savoir-faire de conservation, mode de production. La diversité de la classe elle-même est une ressource, à condition que personne ne soit mis en avant sans l'avoir voulu. Trace écrite (partie 3).

**Matériel :** Images de repas de plusieurs régions du monde, une carte.

## 3. Conserver et fermenter. Bilan et évaluation

**Objectif :** Relier un procédé de conservation au risque qu'il limite.

**Déroulé :** Classement des procédés de conservation selon leur action sur les micro-organismes. Puis lancement d'une fermentation simple - yaourt ou pâte à pain - avec deux lots à températures différentes, pour isoler un paramètre. Le résultat se relève à la séance suivante. Trace écrite (parties 4 et 5), fiche, puis évaluation.

**Matériel :** Lait et ferment ou levure et farine, thermomètre, deux emplacements de températures différentes, la fiche et l'évaluation.

## Ce qui n'est pas au programme à ce niveau

Transformer la séance en prescription alimentaire. Le programme demande d'identifier des comportements favorables à la santé à partir d'informations, pas d'édicter des règles - et encore moins de commenter ce que mangent les élèves.

Oublier la dimension culturelle. Le texte l'exige : « relier la diversité des aliments avec les cultures et les sociétés humaines ». Une leçon qui ne parle que de nutriments est incomplète.

Présenter tous les micro-organismes comme nuisibles. La fermentation les utilise, et c'est précisément l'objet de la manipulation demandée.

Se contenter de lire la fermentation dans un document. Le verbe du programme est « réaliser ».

Faire varier plusieurs paramètres à la fois dans la manipulation. Pour identifier un paramètre d'influence, il faut n'en changer qu'un.

### La leçon du cahier devient un quiz

Une photo du cours, et l'application en tire fiches et questions.  
cameleo-studio.com

Tester gratuitement



Scannez ici