

# ÉVALUATION INITIALE



## DISCUTER DES ATTITUDES ALIMENTAIRES.



Ma couleur préférée .....

Mon arbre préféré.....

Mon animal domestique préféré .....



### 1 - Auto- test. À table tout le monde !

Pour chacune des propositions choisis ta réponse.

**A - Pour moi une fête sans repas n'est pas une vraie fête**

a. D'accord    b. Pas d'accord

**B - Je préfère manger :**

a. seul    b. en famille    c. avec mes amis  
d. en famille avec mes amis

**C - Je comprends les interdits alimentaires de certains groupes ou personnes :**    a. oui    b. non

**D - J'aime la cuisine d'autres pays :**

a. pas du tout    b. pas trop    c. assez    d. beaucoup



### 2 - À chacun son petit déjeuner !

Rends chaque petit déjeuner à son pays d'origine :

Australie, Chine, États-Unis, Espagne

gruau de riz	tasse de thé au lait	müesli	chocolat chaud
concombre mariné	vegemite	aux fruits secs	à la cannelle
omelette avec oignons	œuf brouillé	bol de lait	churros
	Bacon	nectar d'abricot	jus d'agrumes

**DISCUTER DES ATTITUDES ALIMENTAIRES**

**Entre nous** - Cette activité est d'abord l'occasion d'auto-évaluer de manière amusante ses attitudes vis-à-vis de l'acte alimentaire, sa curiosité et sa tolérance par rapport aux usages des autres. L'idée étant de développer la curiosité des élèves pour d'autres cultures alimentaires et de faire ressentir la dimension sociale des repas. Enfin, à travers l'analyse de la composition de petits-déjeuners du Monde, on évoquera l'importance de ce premier repas pour l'équilibre de la journée.



**Entrée dans l'activité santé**

Pieds nus ou en chaussettes, se tenir debout les pieds écartés largeur du bassin, les bras détendus le long du corps. Fermer les yeux. Se concentrer sur la plante des pieds. Sentir le sol, sentir les pieds en appui sur le sol. Déplacer le poids du corps un peu plus sur la jambe droite sans bouger les pieds. Sentir que le pied droit est davantage appuyé dans le sol que le pied gauche. Même chose avec la jambe gauche. Ouvrir les yeux. Se pencher en avant en écartant les bras comme pour faire l'avion. Bien sentir la jambe qui repose sur le sol. Tout en restant sur une jambe, bouger un bras, puis l'autre, puis les deux ensemble : de bas en haut sur les côtés, en tournant comme une hélice. Recommencer l'exercice sur l'autre jambe, puis en fermant les yeux ... mais c'est plus difficile.



**Évaluer la capacité des élèves à exprimer une préférence**

Accompagner les élèves dans la réalisation de la consigne.



**Évaluer les attitudes des élèves par rapport aux usages alimentaires**

**Auto-test. A table tout le monde.**

- Sous la conduite de l'enseignant, apporter les réponses aux questions de l'auto-test. Argumenter.
- Analyser et interpréter les réponses.
- Commenter les réponses collectivement de manière bienveillante.
- Faire ressortir l'aspect social de l'acte alimentaire, pour les réponses aux questions A et B
- Expliquer l'interdit alimentaire pour les questions C et D (ex : le porc pour certaines religions, les animaux en général dans d'autres etc..et chez nous ?).



**A chacun son petit déjeuner !**

- Découvrir librement les quatre petits déjeuners.
- Émettre des hypothèses quant à leur origine.
- Discuter la pertinence de l'équilibre alimentaire de chacun des petits déjeuners.

Un repas équilibré comporte un aliment protecteur (fruit, légume), un aliment énergétique (pain, saou, céréales...) et un aliment constructeur (jambon, œuf, lait...). Il est recommandé de limiter la consommation d'aliments très gras, très sucrés et/ou très salés.

**Rapport à soi**  
**Rapport aux autres**  
**Rapport à l'environnement**



**DOMAINES**  
**1 2 3 4 5**