



Objectifs spécifiques

- Différencier le sucré du salé et éventuellement acide et amer,
- Comprendre que chacun peut avoir des goûts différents, que le fait de goûter peut donner du plaisir ou être désagréable pour certains,
- Affiner le goût au cours de situations de nutrition,
- Distinguer saveur, parfum, température de produits alimentaires, boissons, fruits.
- Acquérir le vocabulaire : salé, sucré, acide, amer.

Matériel

Yaourt nature, pomme verte, rhubarbe, pissenlit, chicorée en salade, endive, pamplemousse, amande amère, orange, poire, noisette, chocolat, sucre, ananas, pomme, biscotte, guimauve type marshmallow, pâte à tartiner, biscuit, carotte, tomate, champignon, concombre, cornichon, chou-fleur, pomme de terre, oseille, citron, orange, passion, poire, noix de coco, litchi, banane ...

Activités de découverte/d'observation

Atelier de découverte guidé (pas d'activités en autonomie ou en atelier libre pour le goût) : activités spontanées (sentir, échanger autour des sensations), à la suite d'une observation lors d'une autre activité (cuisine, goûter...), lors de la semaine du goût, après la découverte d'un parfum, de lecture d'un album...

Explorer les différents saveurs pour acquérir le vocabulaire : salé, sucré, amer (pissenlit, chicorée en salade, endive, amande amère), acide (cornichon, yaourt nature, pomme verte, rhubarbe, oseille), insipide...

Explorer les différentes textures pour acquérir le vocabulaire : juteux (orange, poire), dur (noisette, chocolat, sucre), filandreux (ananas), croquant (pomme, biscotte), Mou (guimauve type marshmallow), pâteux (pâte à tartiner), sec (biscuit)...

Verbalisation autour des saveurs

Partage des expériences, des expérimentations spontanées, mise en mots des actions, des effets, des objets.

- Que peut-on faire avec sa bouche ? Parler, chanter, manger... et pourquoi pas goûter ?
- Est-ce que tout le monde aime les mêmes saveurs ?
- Qu'est-ce qui me permet de reconnaître les saveurs ?
- Est-ce que la langue est sensible partout aux mêmes saveurs ?
- Peut-on reconnaître un fruit les yeux fermés et le nez bouché ?
- Est-ce qu'on peut goûter à tout ?
- Pourquoi est-ce dangereux de goûter aux fruits dans la forêt ?
- Comment réaliser des solutions de la plus sucrée à la moins sucrée ?
- Comment classer des solutions avec du citron de la plus acide à la moins acide ?

Expressions : « Faire la fine bouche » c'est faire le difficile devant un plat.

« Avoir l'eau à la bouche » cela signifie saliver devant des aliments qui nous font envie.



Activités possibles

- **Kim gustatif** (le jeu du goût ou jeu de la dégustation) : on goûte des aliments à l'aveugle et on essaie de deviner de quoi il s'agit et d'y associer l'adjectif qui s'y attache. Placez sur la table quelques coupelles remplies de différents aliments (des aliments salés, sucrés, acides et amers). L'enfant qui a les yeux bandés doit deviner ce qu'il a dans la bouche et le nommer. Etablir la relation avec l'odeur des fruits et légumes.
- **Le jeu de reconnaissance des 4 saveurs** : trier et classer une collection d'aliments en fonction de leur saveur sucré, salé, acide, amer. Pour le sel et le sucre : goûter un morceau de sucre et un grain de sel puis différents aliments que l'on classe devant le sel ou le sucre. Pour l'acide et l'amer, goûter des aliments caractéristiques de ces saveurs et laisser les enfants s'exprimer (Acide : on fait la grimace, ça donne des frissons et ça pique ; Amer : pas très agréable dans la bouche). Puis tester quelques aliments et les classer selon amer ou acide.
- **Distinguer des saveurs en supprimant un ou plusieurs sens** : yeux bandés, nez bouché, sans toucher, utiliser des colorants alimentaires pour tromper la couleur.
- **Classer des solutions d'eau sucrée** dans l'ordre de sensations croissantes ou décroissantes du plus sucré au moins sucré (yaourt, sirop ...).
- **Distinguer des saveurs d'aliments dont l'aspect est proche** (farine, sucre, poudre, sucre glace, sel, poudre de noix de coco, poudre d'amande, levure...)
- **Classer des fruits de différentes maturités** (avocat, banane, tomate...).
- **Placer l'aliment** (du sel ou du sucre) **à l'intérieur de la bouche à différents endroits** (sur le palais, les lèvres, les dents, les joues, les gencives et enfin la langue pour comprendre que seule la langue permet de sentir les goûts.
- **Jeu des 7 familles** sur la nourriture.
- **Les dégustations ou hit-parade des aliments** : classement dans un tableau d'aliments apportés par les enfants : couleurs, consistance (dur, mou), saveur (sucré, salé, acide, amer), nature (fruit, légume), toucher extérieur : la peau (lisse, rugueux, piquant, doux, ...), toucher intérieur (croquant, juteux, filandreux), forme. Puis dégustation par les élèves et dire si on aime ou pas.
- **Réaliser une recette de cuisine** : une soupe (la soupe n'a pas le même goût que les légumes mangés un par un), un gâteau, une salade de fruits deux fois dans l'année, une en hiver (fruits d'hiver) une en été (fruits d'été), du pop corn, une compote de pommes.
- **Créer un livre de recette**
- **Faire des plantations** (haricots, radis...) pour comprendre que certaines choses pour être dégustées doivent d'abord pousser.

Pistes pour les Arts visuels

- Compositions de natures mortes à partir de découpages dans des magazines d'alimentation (Observation de *reproductions de natures mortes de Cézanne*),
- Sculptures par assemblages d'emballages alimentaires,
- Bas-reliefs : assiettes avec des éléments transformés pour évoquer la nourriture,
- Tableaux d'épices,
- Associer des éléments à la manière d'Arcimboldo.

Trace écrite

Réalisation d'affichages :

- les informations données par le goût et l'odorat (Le goût se dissocie mal de l'olfaction)
- les organes associés : la langue et le nez
- Quelles précautions prendre quand on sent quelque chose ?
- Comment prévenir des intoxications ?
- Il existe 4 saveurs : sucré, salé, acide, amer. C'est la langue qui permet de reconnaître les saveurs



Littérature de jeunesse : quelques albums, contes, documentaires...

- Méchante soupe*, Loulou et cie,
- Zigomar n'aime pas les légumes.
- Mademoiselle Princesse ne veut pas manger*
- Miam Beurk*, Gallimard jeunesse
- Les repas préférés de Petit ours brun*
- Petit ours brun a très faim*
- L'anniversaire de Monsieur Guillaume*, Anaïs Vaugelade
- Hans et Gretel*
- Gobetout le loup de M Stanley et D. Bedford
- Les deux maisons
- La grenouille à grande bouche
- Le mangeur de sons*
- Sous la couette*
- Le petit jardinier
- La petite cuisine des fées (contes et recettes)*, Ferber Christine et Model Philip
- Le géant de Zéralda*, Ungerer Tomi, *L'école des loisirs*
- La soupe au caillou*
- La soupe au potiron*, Cooper Hélène, *Kaléidoscope*
- Le déjeuner des loups*, Geoffroy de Pennart