

## Fiche 2 : Quelles couleurs nous donnent envie de manger ?

*Tout au long de notre vie, nos sens agissent sur nos choix alimentaires. Des chercheurs tentent de définir comment. L'agro-alimentaire utilise leurs recherches pour attirer les consommateurs.*

<b>Niveau :</b> <table border="1"><tr><td><b>Cycle 1</b> ( 3 - 5 ans)</td><td><b>Cycle 2</b> ( 5 - 8 ans)</td></tr><tr><td><b>Cycle 3</b> ( 8 - 11 ans)</td><td></td></tr></table>	<b>Cycle 1</b> ( 3 - 5 ans)	<b>Cycle 2</b> ( 5 - 8 ans)	<b>Cycle 3</b> ( 8 - 11 ans)		<b>Résumé :</b> En goûtant quatre fromages blancs colorés, les enfants perçoivent l'importance de la vue et des couleurs dans leur alimentation.
<b>Cycle 1</b> ( 3 - 5 ans)	<b>Cycle 2</b> ( 5 - 8 ans)				
<b>Cycle 3</b> ( 8 - 11 ans)					
<b>Temps d'activité :</b> 1 heure	<b>Objectifs :</b> Découvrir et comprendre que la vue influence le goût				
<b>Activité précédente :</b>	<b>Activité suivante :</b> Fiche 3 : Jeu de reconnaissance d'Odeurs Fiche 4 : Les différentes saveurs				

### Matériel :

- 4 petits bols de fromage blanc par groupe d'enfants
- Colorants alimentaires de 3 couleurs différentes
- Petites cuillères

### Préparation :

avant que les élèves n'arrivent, préparer quatre bols de fromage blanc (multiplié par le nombre de groupes d'enfants si l'on divise la classe) en y incorporant la même quantité de sucre pour chacun et en colorant trois des quatre bols avec trois couleurs différentes.

### Déroulement :

Les enfants sont placés devant les quatre bols. Le groupe discute sur ce qu'il voit : « qu'est-ce que c'est ? » « Y'a-t-il des couleurs que vous préférez ? » « Cette couleur vous fait-elle penser à quelque chose ? »....

1<sup>ère</sup> étape : Chaque enfant choisit le bol qui lui semble le plus appétissant et celui qu'il n'a pas envie de manger. On comptabilise et les résultats sont annoncés à la classe. Une discussion peut s'engager sur la diversité des résultats.

2<sup>ème</sup> étape : chaque enfant goûte les 4 préparations et donne son avis. De la même façon, on peut comptabiliser de façon précise les préférences des enfants. On amène les enfants sur le terrain du goût en leur demandant s'ils ont perçus des goûts différents ou non.

3<sup>ème</sup> étape : on dévoile qu'en fait les 4 bols ont les mêmes ingrédients, seule la couleur change. On demande aux enfants ce qu'ils en pensent en essayant de leur faire prendre conscience que la couleur a changé leur choix d'aliment, mais aussi leur perception au niveau du goût. On peut orienter la conversation également sur l'impact des couleurs dans leur envie de bonbons ou sur leur refus des légumes.

### Prolongements de l'activité :

- Chercher des aliments de différentes couleurs et demander aux enfants de les classer en « j'aime », « j'aime pas »
- Concours d'assiette : mettre à disposition des enfants de nombreux aliments (fruits et légumes, pains, ...) et leur demander de composer une assiette en utilisant formes et couleurs.

### Ressources :

**Nos recettes pour la Planète** – Ariena

<http://crdp-dijon.fr/-L-alimentation-.html> (dossier thématique proposant de nombreuses activités)

**50 activités pour apprendre le goût à l'école** / Laurent Sicre – CRDP Midi-Pyrénées 1997

**Le goût et la cuisine : 10 expériences et 10 jeux à faire avec votre enfant** : 5-7 ans / Les Petits Débrouillards – Albin Michel Jeunesse

**Le goût et les 5 sens**. CNDP, 2002. (cédérom + 1 feuillet) : Activités d'apprentissage du goût à l'école primaire.

