

LA CONTINUITÉ PÉDAGOGIQUE Émissions éducatives

Date : Mardi 21 avril 2020

Niveau : Cycle 1

	<p>Titre : TOP CLASSE - PAD 3025 - Le sandwich - FR Durée : 7'01 Lien de la vidéo : https://bit.ly/3clHwxZ</p>	<p>Résumé : Apprendre à préparer un sandwich pauvre en sucre et en graisse, c'est aussi découvrir les propriétés nutritives d'aliments courants et l'hygiène alimentaire.</p>
	<p>Domaine : Explorer le monde Champ disciplinaire : Matière et objets</p>	<p>Proposition d'activités : réaliser la préparation du sandwich avec l'adulte en suivant les différentes étapes, faire verbaliser les actions réalisées en veillant à compléter les formulations de l'enfant/l'élève.</p>

Étapes	Contenus	Pistes d'exploitation possibles		
		STP/SP	SM	SG
Présentation de l'activité	A partir de la vidéo, découvrir la préparation d'un sandwich : lister les ustensiles et les ingrédients nécessaires à la réalisation de la recette. De quoi avons-nous besoin pour préparer un sandwich ?	Décrire les ustensiles : un couteau, une assiette, une planche à découper les ingrédients : du pain complet, de la salade, de la tomate, du jambon, du fromage et de la moutarde.	Préciser les ustensiles et les ingrédients : en précisant : des tranches de pain complet, du jambon, du fromage en tranche, des feuilles de salade, des rondelles de tomate et de la moutarde.	
Matériel pour l'exploitation de la vidéo	Prévoir des gants pour les mains, les ustensiles (un couteau, une assiette, une planche à découper) et les ingrédients (des tranches de pain complet, du jambon, du fromage en tranche, des feuilles de salade, des rondelles de tomate et de la moutarde). Pour la préparation du sandwich, insister sur l'hygiène des mains ou la nécessité de porter des gants, respecter les différentes étapes de la préparation. Faire acquérir du lexique <u>Verbes d'action</u> : étaler, couper, ajouter, prendre, appuyer, découper / <u>Adjectifs, adverbes</u> : fine, légèrement / <u>Notions spatio-temporelles</u> : sur, dessus, puis, à présent / <u>Noms communs</u> : tranche, moitié, couche, rondelles, reste.	prendre une tranche de pain complet, étaler une fine couche de moutarde dessus, coupe en deux une tranche de jambon, prends-en une moitié et pose-la sur la tranche de pain, ajoute une tranche de fromage et une autre tranche de pain, étale une fine couche de moutarde sur le dessus de la tranche de pain. Ajoute des rondelles de tomate, puis quelques feuilles de salade, prend une autre tranche de pain, étale une fine couche de moutarde puis retourne la tranche sur le reste du sandwich. Appuie légèrement pour que ton sandwich se tienne bien. Prends à présent le couteau, découpe ton sandwich en deux Proposer de goûter les ingrédients surtout la moutarde (en veillant aux allergies) pour développer le goût, les saveurs. Dire si c'est plutôt sucré ? salé ? aigre ? doux ? bon ? amer ? Répondre aux questions : quels sont les bienfaits du pain, de la tomate et du fromage ? Comprendre la fonction des ustensiles : le couteau (pour étaler et couper, ou peler des fruits et gratter les légumes). Apprendre que les aliments sont importants pour grandir et être en bonne santé. Activité possible à plusieurs : cherche et classe les aliments en fonction de ce qu'ils apportent à ton corps.		
Ce qu'il faut retenir :	Pour t'apporter tout ce dont ton corps a besoin : du pain complet pour l'énergie, du jambon et du fromage pour grandir, des légumes crus et leurs vitamines pour ta santé, sans graisse, ni sucre : le secret de l'équilibre alimentaire.			

Proposition de prolongements à faire en classe : Exploiter l'affiche des différents catégories d'aliments (cf : info santé) et classez-y les aliments ci-dessus.

- Composer un menu équilibré en se basant sur les menus de la cantine, réaliser des menus équilibrés à essayer à la maison ou à l'école selon le projet

