

# INSPIRATIONS POUR SALLES DE CLASSE

## Cycle 2 & 3

Les indications relatives à la classe d'âge (cycle) sont données à titre indicatif et sont toujours en tenant compte de son propre groupe d'apprentissage et, le cas échéant, d'adaptation ou d'extension.

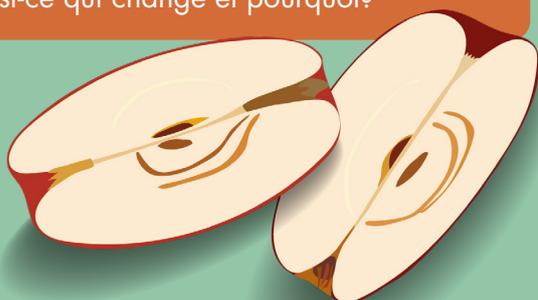
### Expérience de la pomme

La classe analyse l'effet de la vitamine C en tant qu'antioxydant.  
Par groupe:

- 1 pomme lavée
- 1 citron et 1 presse-agrumes
- Vitamine C en poudre
- Planche à découper, couteau, assiette

Inscrire sur trois feuilles «Pomme», «Pomme avec jus de citron» et «Pomme avec vitamine C». Sur une assiette, disposer du jus de citron et de la vitamine C en poudre sur deux morceaux de pomme et disposer un morceau de pomme sans rien y ajouter sur une assiette.

La classe formule des suppositions:  
Qu'advient-il des trois morceaux de pomme?  
Observer & discuter:  
Qu'est-ce qui change et pourquoi?



### Buffet de fruits

Chaque élève apporte son fruit ou son légume préféré.

- Essayer à l'aveugle en binôme
- Fruits et légumes dans le monde entier: D'où vient quoi?
- Comment chaque fruit / légume est-il cultivé? À quoi ressemble la plante?

### Les mentions en petits caractères

Les élèves comparent leurs habitudes d'achat (ou celles de leurs parents), ensemble en classe sous forme d'excursion ou de devoirs à domicile en binômes.

- Comment les fruits et légumes sont-ils emballés?
- Qu'est-ce qu'il y a sur l'emballage?
- Qu'est-ce qu'il y a sur l'étiquette à côté du rayon?
- Faites-vous vos courses au supermarché, à la ferme ou au marché?
- Quelles informations sont importantes pour vous (ou vos parents)? À quoi faites-vous attention?
- Qu'est-ce qui influence votre comportement d'achat?

## Culture maraîchère DIY\*

Les élèves explorent l'environnement scolaire, planifient et réalisent eux-mêmes leur propre culture maraîchère.

Liste de contrôle pour la/ les classe(s):

- Que souhaitez-vous faire, qui participe?
- À qui devez-vous demander la permission?
- Quel site convient-il pour un potager / une jardinière surélevée? Veillez au soleil, au sol, à l'accessibilité, au raccordement d'eau
- De quel matériel avez-vous besoin? Qui le paie? Établir un budget
- Quand semer, planter et récolter? Se référer au calendrier saisonnier et aux conseils de plantation
- Qu'aimeriez-vous semer / planter?

À la fin du projet: Récolte et cuisine en commun.

## Expérience: bien stocker les légumes

Des élèves étudient l'influence du stockage sur différents légumes.

- Choisir différentes variétés de légumes
- Formuler la question à tester
- Choisir différents types / lieux de stockage (température ambiante, avec des fruits, réfrigérateur, cave sombre sans lumière, etc.)
- Réaliser l'expérience et documenter
- Présenter les résultats à la classe

Connaissances générales: légumes suisses – conserver les légumes (gemuese.ch)

\*do it yourself

## Préparer soi-même des en-cas pour la pause

Les élèves discutent de leurs préférences en matière d'en-cas pour la pause et préparent correctement les fruits et légumes.

- Apporter et comparer des idées de recettes
- Qu'est-ce qui convient le mieux? (facile à préparer, sain, coloré, pratique, etc.)
- Préparer ensemble et savourer pendant la pause (ou inviter d'autres classes)

### **Idée de recette, escargots en wrap:**

Pour 4 portions

200 g de carottes

1 chou-rave moyen

Demi-bouquet de persil

200 g de fromage frais

Sel et poivre

4 wraps à tortilla du rayon articles de boulangerie

Laver les légumes et les fines herbes, les couper en petits morceaux et les mélanger au fromage frais. Répartir sur les tortillas et rouler serré. Couper en portions et servir. Bon appétit!

## Les fruits font bon ménage ensemble?

Une nectarine dure mûrit-elle? Les écolières et écoliers apprennent des conseils pour le stockage des fruits.

- Différencier la maturité de récolte, de consommation et la postmaturation
- Discussion: Comment aimez-vous vos fruits préférés: durs, croquants, farineux, mous?
- Créer un poster avec des conseils de stockage

Avec l'aide de votre enseignant, recherchez des informations sur la conservation des fruits.

