



## POUR GRANDIR, IL FAUT MANGER DE LA SOUPE !

### ■ ENJEUX

En s'appuyant sur l'expression « mange ta soupe, tu vas grandir », on proposera un module développant des compétences langagières, des **compétences liées aux grandeurs et mesures** ainsi que des **comportements favorables à la santé**.

### ■ MOTS CLEFS

Alimentation ; éducation physique ; image du corps ; grandir.

### ■ PORTEURS DU PROJET, NIVEAUX ET DISCIPLINES CONCERNÉS

Les activités proposées peuvent être adaptées pour chaque niveau du cycle 1, de la petite section à la grande section.

Plus l'enfant est petit, plus la part réservée au développement des compétences langagières va être importante. L'enfant de petite section travaillera les grandeurs et les mesures dans l'opposition petit/grand ; plus petit/plus grand, et ne pourra comparer sa taille qu'avec des gabarits de tailles réelles (exemple : bande de papier, silhouette de la grandeur réelle de chaque enfant).

### ■ NOTIONS EN RÉFÉRENCE AUX PROGRAMMES ET AU SOCLE

#### Cycle 1

#### Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions

#### L'oral – Échanger et réfléchir avec les autres

Connaissances et compétences

- S'exprimer dans un langage syntaxiquement correct et précis. Reformuler pour se faire mieux comprendre.
- Pratiquer divers usages du langage oral : raconter, décrire, évoquer, expliquer, questionner, proposer des solutions, discuter un point de vue.

## Explorer le monde

### Explorer des formes, des grandeurs, des suites organisées

- Classer ou ranger des objets selon un critère de longueur.

### Questionner le monde du vivant, des objets et de la matière – Découvrir le monde vivant

- Acquérir les premiers savoirs et savoir-faire relatifs à une hygiène de vie saine dont les questions nutritionnelles qui peuvent être traitées à travers une éducation au goût.
- Construire la notion de croissance.

### Se repérer dans le temps et dans l'espace

- Ordonner une suite de photographies ou d'images, pour rendre compte d'une situation vécue en marquant de manière exacte succession et simultanéité.

## ■ DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

### Situation de découverte

À partir de l'album *Et si je mangeais ma soupe* écrit par Coralie Saudo et illustré par Mélanie Grandgirard : l'enfant de ce livre se demande ce qu'il se passerait s'il mangeait sa soupe. Probablement qu'il grandirait, grandirait, grandirait... puisqu'on lui répète sans cesse qu'il faut bien la manger pour grandir ! Et après ? Après il ne serait plus jamais obligé de manger de la soupe !... Mais... il serait obligé de baisser la tête pour passer les portes, il serait obligé d'aller au milieu de l'océan pour plonger sans se cogner... Alors ? Est-ce vraiment une bonne idée de manger sa soupe ?

La découverte de cet album va donner la possibilité de **s'interroger sur l'effet de la soupe sur la croissance** en menant parallèlement un module autour de **la notion de grandir** et un autre sur **la confection de la soupe**. Pour le module autour de la notion de grandir, la fondation la main à la pâte propose un dossier clé en main intitulé [«je... grandis»](#). Ci-dessous est détaillé le module sur la conception de la soupe.

### Corpus de mots à travailler

Il est nécessaire de le définir précisément en fonction du niveau des élèves : les noms des légumes, le matériel, les ustensiles, les verbes d'action, les adjectifs.

### Séance 1 : réalisation de la soupe de légumes (en grand groupe)

Objectif : comprendre un vocabulaire en situation d'action.

Le professeur conçoit une situation qui va lui permettre d'introduire le lexique ciblé. Il veille à la sécurité des très jeunes enfants en proposant un matériel adapté. Les enfants agissent (coupent, écrasent, moulinent, mélangent...). Le professeur accompagne



l'action en commentant, nommant, désignant, expliquant, décrivant. Les élèves sont alors en **situation de réception** (vocabulaire passif). Les **productions langagières** des élèves doivent être également encouragées en les interrogeant sur ce qu'ils font, en les invitant à verbaliser leurs actions, leurs sensations... La parole du professeur est modélisante et apporte les structures linguistiques qui font éventuellement défaut aux enfants. L'exploration sensorielle des différents éléments, qu'elle soit tactile, gustative, olfactive ou visuelle, permettra aux élèves de donner du sens à l'activité et de s'approprier plus facilement ce lexique spécifique en offrant un accès au vocabulaire par une entrée différente que la simple désignation d'un objet. Le professeur ou un autre adulte (ATSEM, parent...) prend des **photos** au cours de la séance, qui serviront par la suite, à réactiver le vocabulaire et à travailler le langage d'évocation. Les photos doivent rendre compte du matériel, des aliments et des actions effectuées.

## Séance 2 : séance de réactivation du vocabulaire en réception/ compréhension (en petits groupes)

Objectifs : utiliser le vocabulaire de la séance 1 dans une situation langagière de rappel (évocation) afin de maîtriser un champ lexical spécifique et de passer du vocabulaire passif au vocabulaire actif.

Le professeur présente les photos prises lors de la première séance. Les enfants les observent et les mettent en mots. La présentation successive de chaque photographie permet de **répéter** un à un les mots et les objets correspondants ainsi que de **décrire** les situations observées.

Le professeur questionne les élèves pour s'assurer de leur compréhension, leur faire répéter les mots correctement (vocabulaire actif), et les entraîner à l'**utilisation de tournures de phrases** comme « le couteau, c'est pour couper les carottes », « que faut-il prendre pour cuire les légumes ? ».

Pour les plus jeunes, il est possible de présenter à nouveau les ustensiles et les légumes utilisés lors de la réalisation de la soupe.

## Des exemples d'activités pour concevoir une phase de structuration, mobilisation en contexte, mémorisation

Trouver un critère de classification des photographies prises lors de la réalisation de la soupe (en petits groupes).

Jeu de loto (avec cartes représentant les aliments travaillés).

L'œil du lynx (retrouver l'image de l'aliment et le nommer sur un plateau de jeu rassemblant une grande quantité d'iconographies).

Jeu du marchand et de la marchande.

Jeu de kim (une image cachée parmi un corpus de dix images).

Jeu de memory.

Jeu de mime : mimer l'épluchage de légumes, la cuisson...

Jeu de reconnaissance tactile : placer un légume dans une boîte, l'enfant doit le reconnaître sans le voir, le nommer ou le décrire (dur, mou, piquant, lisse, doux...) pour le faire deviner aux autres.



Entraîner l'écoute et la discrimination auditive : **proposer oralement les mots** – botte – soupe – carotte – culotte –..., demander aux enfants de se lever ou de lever la main lorsqu'ils entendent le mot – carotte....

Entraîner à réinvestir les connaissances lexicales : proposer des **jeux de devinettes** (les photographies peuvent servir de référence et de validation finale), comme par exemple c'est un légume, il est rond, il est dur quand il est cru, il est mou quand il est cuit, il est (donner la couleur) c'est ? Les élèves donnent la réponse. Quand le jeu est bien connu, les élèves peuvent être tour à tour meneur de jeu en décrivant un objet ou aliment choisi parmi les photos.

Ouvrir sur des **textes de la littérature de jeunesse** pour aider à la mémorisation par la lecture d'histoires qui feront apparaître le vocabulaire ciblé, par exemple *La soupe au caillou* aux éditions Milan, *Le gros navet* aux éditions Bayard jeunesse, *La carotte géante* aux éditions l'école des loisirs...

L'activité suivante peut aussi être utilisée comme évaluation. En petit groupe, au cours de la lecture de l'album par le professeur, les élèves disposent devant eux les cartes, les photos qui leur ont été distribuées représentant des ustensiles, des aliments et des actions, au fur et à mesure qu'ils sont cités dans l'histoire. Les élèves **en associant les mots et les images** montreront qu'ils ont acquis le lexique. Le choix de la longueur du texte lu et du lexique demandé permet d'adapter la situation aux trois niveaux de la maternelle.

Les **comptines** et les **chansons** permettent également de fixer les acquis lexicaux par la répétition.

## Des exemples d'activités permettant l'expression

Les séances centrées sur les mesures de leur corps dans le module autour de la notion de grandir ou sur la dégustation de la soupe seront des moments privilégiés pour raconter, décrire, évoquer, expliquer, questionner, proposer des solutions, parler de ses goûts et sensations.

## ■ ÉVALUATION

Il est nécessaire de suivre les progrès des élèves en évaluant finement le capital lexical de chacun en amont du module et en les observant tout au long des phases décrites ci-dessus. La grille d'observation des productions langagières doit inclure lexique et syntaxe en émission et en réception.

Lors de la découverte d'un nouvel album mettant en jeu l'importance de manger pour grandir, le professeur pourra faire verbaliser aux élèves pourquoi il est si nécessaire de bien manger.

## ■ POUR ALLER PLUS LOIN

D'autres propositions pour l'album inducteur :

Marie Wabbes, *La soupe, ça fait grandir*, l'école des loisirs.

Jean Leroy, Ella Charbon, *La soupe aux frites*, l'école des loisirs.



## ■ POINTS DE VIGILANCE

**Avant toute activité de manipulation et de dégustation de denrées alimentaires, le professeur se procure les projets d'accueil individualisé (PAI) afin de connaître les éventuelles pathologies d'intolérances alimentaires ou d'allergies des élèves.**

Toute activité de manipulation de denrées alimentaires implique pour le professeur d'adopter les pratiques d'hygiène nécessaires.

La [circulaire n°2002-004](#) du 3 janvier 2002 intitulée « La sécurité des aliments : les bons gestes » est en ligne sur le site du ministère de l'Éducation nationale, de la Jeunesse et des Sports.

Voici en complément des recommandations officielles, quelques conseils inspirés par le guide pédagogique [« Atelier cuisine et alimentation durable »](#) :

### Choisir des matières premières de bonne qualité sanitaire

- Choisir les fruits et légumes exempts de pourriture.
- Décontaminer les aliments.
- Vérifier la date limite de consommation pour les produits frais (lait, yaourt...).
- Assurer de bonnes conditions de stockage après l'achat (froid si besoin, propreté).
- Mettre en œuvre de bonnes conditions de transport jusqu'à l'école (sac isotherme).
- Assurer le maintien de la chaîne du froid.

Dans le cadre de cueillette en milieu sauvage ou dans un jardin non professionnel, le risque d'[échinococcose](#) (parasites du foie amenés par des excréments de renards, chiens ou chats) est présent. On s'abstiendra de consommer les fruits ou légumes crus et on optera pour des préparations cuisinées, la cuisson détruisant les parasites.

### Nettoyage des surfaces de travail

Avant de commencer à travailler et entre chaque type d'opération, bien nettoyer les surfaces (tables, planches) :

- avec un produit détergent (qui enlève les graisses) puis avec un produit désinfectant (qui élimine les germes) ou avec un seul produit qui a les deux fonctions ;
- en choisissant des produits qui possèdent un agrément pour l'usage en collectivité et à contact alimentaire ;
- en respectant la notice d'utilisation (temps de mise en contact avec la surface et le dosage en particulier) ;
- les lingettes très fines remplacent les éponges considérées comme des nids à microbe du fait de leur épaisseur et du taux d'humidité.



## Pratiques des participants

Les personnes sont aussi porteuses de germes, en particulier sur les mains.

- Se laver les mains avec du savon avant de commencer l'atelier : mouiller et faire mousser, frotter entre les doigts, sous les ongles et jusqu'aux poignets avant de rincer sous un filet d'eau.
- Se laver les mains après le passage aux toilettes ou s'être mouché (ou mis les doigts dans le nez).
- Ne pas éternuer au-dessus des préparations.
- Se laver les mains entre la préparation de différentes familles de produits, pour éviter les contaminations croisées.

L'utilisation de tabliers propres permettra de protéger les vêtements et de contrôler le niveau de propreté; celle des charlottes ou calottes limitera l'arrivée des cheveux dans les préparations.

## Dégustation en cours de préparation

Quand on propose de goûter en cours de préparation, on ne retrempera pas la cuillère utilisée dans la préparation (ni les doigts). Pour régulièrement goûter, on peut utiliser une cuillère « mère » qui servira pour le prélèvement et reverser dans les cuillères utilisées pour goûter (chacun gardera sa cuillère de dégustation).

## Consommer les plats et spécialités préparés au plus près de leur élaboration

Dans un plat qui vient d'être préparé, même s'il y a quelques bactéries pathogènes, elles n'auront pas le temps de se développer si la consommation se fait peu après l'élaboration. En revanche, un plat chaud qui refroidit lentement pourra être sujet au redéveloppement de microorganismes. On veillera à le laisser refroidir dans une ambiance propre et à le consommer rapidement (peu après la préparation).

**Conserver les étiquettes** ou emballages des ingrédients utilisés quelques jours (pour faciliter les recherches en cas d'intoxication alimentaire).

