

Fiche 2 : Quelles couleurs nous donnent envie de manger ?

Tout au long de notre vie, nos sens guident nos choix alimentaires. Des chercheurs tentent de définir de quelle façon l'agro-alimentaire utilise leurs recherches pour attirer les consommateurs.

Niveau :		Résumé : En goûtant 4 fromages blancs colorés, les enfants sont amenés à percevoir l'importance de la vue et des couleurs dans leur alimentation.
Cycle 1 (3-5 ans)	Cycle 2 (5-8 ans)	
Cycle 3 (8-11 ans)		
Temps d'activité : 1 heure		Objectifs : Découvrir et comprendre que la vue influence le goût et nos préférences alimentaires.
Activité précédente :		Activité suivante : 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 4 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 3 des 4 bols avec 3 couleurs différentes.

Déroulement :

Les enfants sont placés devant les 4 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 ? »...

Etape 1 : 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 ensuite s'engager sur la diversité des résultats.

Etape 2 : 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 oui ou non perçus des goûts différents.

Etape 3 : 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 également orienter la discussion sur l'effet des couleurs dans leur envie de bonbons ou sur leur refus des légumes, et élargir ensuite à l'effet des formes, des textures dans nos préférences alimentaires.

Prolongements de l'activité :

- Chercher des aliments de différentes couleurs et demander aux enfants de les classer en « j'aime », « je n'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.ac-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.