

Hygiène des aliments

Plan de séquence - Guide enseignant (GE2)



Age : 7-12 ans

- Reconnaitre des comportements favorables à sa santé ;
- Mettre en œuvre et apprécier quelques règles d'hygiène de vie : habitudes quotidiennes de propreté (dents, mains, corps).

Sciences et technologies :

- Citer quelques comportements alimentaires et règles d'hygiène favorables à la santé (qualité sanitaire des aliments, brossage des dents, etc)
- Rechercher et exploiter des informations sur l'alimentation pour identifier des comportements favorables à la santé
- Identifier les processus à l'origine de la production d'aliments par une étude documentaire ou une rencontre avec des professionnels
- Relier les processus de conservation des aliments et la limitation des risques sanitaires (salaison, conservation au froid, stérilisation, ...)

Objectifs :

- Savoir que des microbes dangereux peuvent se trouver sur les aliments et nous rendre malade ;
- Savoir que la réfrigération ne fait qu'interrompre la multiplication des microbes mais ne les détruit pas ;
- Savoir qu'une cuisson suffisante permet de détruire les microbes dangereux
- Aborder le concept de contamination croisée.

Abréviations

DTE : Document de travail élèves

DCE : Document complémentaire élèves

GE : Guide enseignant



Introduction

20 min, Classe entière

Matériel

Introduction pour l'enseignant : fiche GE1

Déroulement

1. Expliquer aux élèves que certains microbes aiment se développer dans des lieux chauds et humides, comme à l'intérieur du corps et que lorsqu'ils trouvent un lieu qui leur plaît, ils se multiplient ! Mais ils n'aiment pas les lieux trop chauds ni trop froids. Dans ce cours, les élèves étudieront comment les microbes entrent dans le corps à travers ce que nous mangeons !
2. Montrer aux élèves les images de la fiche DCE1 (imprimer la fiche sous forme de poster, distribuer une fiche par groupe d'élèves ou encore projeter la fiche au tableau) et leur demander quels sont les aliments qui sont le plus à risque d'être contaminés par des microbes dangereux (pathogènes).
 - Poulet cru et saucisses crues : le poulet et la viande crus peuvent contenir des bactéries du type *Salmonella*, *Escherichia Coli* ou *Campylobacter* qui peuvent provoquer des infections d'origine alimentaire chez l'homme.
 - Fruits et légumes : ils peuvent abriter des microbes pathogènes sur leur surface il faut donc les laver avant de les consommer ou de les cuisiner (même si on les épluche).
 - Le pain, les yaourts et le lait contiennent des microbes utiles (bactéries *Lactobacillus* dans le lait et les yaourts qui nous aident à digérer). Remarque : le lait peut contenir des microbes dangereux mais ils sont détruits lors de la pasteurisation.
3. Demander aux élèves s'ils savent ce qu'il faut faire pour éviter d'être contaminé par ces microbes pathogènes.

Il faut conserver les aliments à risque (viande/volaille/poisson etc.) au réfrigérateur (4°C maximum) afin de ralentir voire stopper la multiplication des microbes mais attention cela ne les tue pas. Pour pouvoir les tuer il faudra faire cuire suffisamment les aliments (70°C à cœur pour la viande/volaille/ poisson crus).

Activité principale

30 min, en petits groupes

Matériel

- Guides Enseignant GE3a
- Fiches élèves DCE2 et DTE1
- Dinette/photos plastifiées
- Cannelle/paillettes : Attention aux allergies (cannelle)

Déroulement

Dans cette activité les élèves vont devoir préparer un faux sandwich au poulet et vont pouvoir constater visuellement la notion de contamination croisée.

Extension

Dans cette activité d'extension (plus difficile) les élèves seront invités à compléter la recette avec des conseils d'hygiène comme se laver les mains avant de cuisiner grâce aux fiches élèves GE3b et DCE2.



Activités complémentaires

1. Erreurs dans la cuisine

20 min, individuelle

Matériel

Fiche DTE2a ou DTE2b noir et blanc, Correction : GE4

Déroulement

Dans cette activité les élèves vont devoir trouver les erreurs d'hygiène commises lors d'un cours de cuisine.

2. Rangement du frigo

20 min, individuelle

Matériel

Fiche élèves DCE3 ou DCE4. Correction et mise en place de l'activité : GE5

Déroulement

Dans cette activité les élèves vont devoir simuler le rangement d'un réfrigérateur en collant/plaçant différentes images représentant des aliments au bon emplacement

3. English vocabulary

20 min, classe entière

Matériel

Fiches DCE5 et DCE5 révision

Déroulement

Découper les cartes des fiches DCE5 et DCE5 révision (vous pouvez les plastifier). Utiliser ces cartes pour enseigner quelques termes anglais relatifs à l'hygiène des aliments puis utiliser les versions sans le nom pour réviser les termes appris avec vos élèves.

4. Comprendre les différentes dates de conservation

20 min, individuelle

Matériel

Fiches DCE6. Correction : GE6.

Déroulement

Dans cette activité il s'agit de comprendre à quoi correspondent les dates de conservation : DDM (date de durabilité minimale) et DLC (date limite de conservation).



Activités en autonomie

1. Mots croisés en anglais

10 min, individuelle

Matériel

Fiche DCE7

Déroulement

Dans cette activité les élèves vont devoir remplir une grille de mots croisés avec des mots en anglais (ceux vus dans l'activité English vocabulary DCE5).

2. Trouve l'intrus

10 min, individuelle

Matériel

Fiche DCE8

Déroulement

Dans cette activité les élèves vont devoir barrer l'intrus. En cas de difficulté il est possible de leur donner un indice : « cela concerne les dates ».

Réponses :

- Liste 1 le poisson car c'est le seul avec une DLC ;
- Liste 2 : la conserve car c'est la seule avec une DDM ;
- Liste 3 : la viande car c'est la seule avec une DLC.

3. Mots mêlés

10 min individuelle

Matériel

Fiche DCE9, correction : GE7

Déroulement

Dans cette activité les élèves vont devoir trouver une liste de mots relatifs à l'hygiène des aliments dans la grille.

4 Quiz

Matériel

Fiche DTE3 Correction : GE8

Déroulement

Un petit quiz de vérification des connaissances.



Conclusion

10 min, classe entière

Pour vérifier la bonne compréhension de la leçon vous pouvez demander aux élèves ce qu'ils peuvent faire pour éviter la dissémination des microbes lors de la préparation des repas et les infections d'origine alimentaire :

- Se laver les mains avant de cuisiner, après avoir touché des aliments crus (particulièrement de la viande/volaille ou du poisson) et avant de manger;
- Utiliser des planches à découper différentes pour la viande/volaille/poisson cru, les légumes, le pain, etc. (ou les laver soigneusement entre les différents types d'aliments) ;
- Utiliser des couteaux différents pour la viande/volaille/poisson crue et la viande/volaille/poisson cuit ou en nettoyant le couteau soigneusement avant de découper les aliments cuits ;
- Laver les fruits et les légumes avant de les consommer ou de les cuisiner (même si on les épluche) ;
- Respecter les dates limites de consommation (DLC).
- Attention pour lutter contre le gaspillage alimentaire il est important de bien faire la distinction entre DLC et DDM. Les aliments avec une DDM peuvent être consommés au-delà. Ils peuvent être moins bons mais ils ne sont pas dangereux pour la santé.