



# Aperçu des séquences de cours «Du grain au pain» (degré primaire I)

1/2

Thema	Nr.	De quoi s'agit-il?/Objectifs	Activités de l'enseignant	Activités des élèves	Forme sociale	Matériel	Durée estimée
<b>Unités d'introduction</b>							
Contes	A1	Le pain dans les contes. Découvrir dans les grandes lignes quel est le rôle du pain dans la société. Reconnaître des extraits de contes.	Donner le travail à faire, évent. lire les extraits de contes.	Écouter ou lire des extraits de différents contes qui évoquent le pain et deviner de quels contes il s'agit.	Travail individuel / classe entière	Fiche de travail A1	30'
Coutumes en rapport avec le pain	A2	Les élèves découvrent des coutumes et des expressions en rapport avec le pain.	Donner le travail à faire. Reparer des expressions avec la classe entière.	Lire les textes sur les coutumes et se les lire mutuellement. Compléter les expressions.	Travail de groupe / travail individuel / classe entière	Textes Fiche de travail A2	45'
Processus d'élaboration / vue d'ensemble	A3	Découvrir le processus d'élaboration du pain. Avoir une vue d'ensemble.	Préparer les photos, introduire la discussion avec la classe, donner des impulsions.	Découvrir ensemble les étapes nécessaires à l'élaboration d'un pain fini.	Classe entière	Photos du processus d'élaboration	30'
<b>Corps de l'enseignement</b>							
Les variétés de céréales	B1	Les élèves acquièrent un aperçu de la diversité des céréales. Ils savent différencier et nommer correctement les grains et les épis des principales variétés.	Disposer les grains, les farines et les pains de façon judicieuse dans la classe. Expliquer les tableaux et évent. montrer des photos d'épis.	Examiner les types de grains, les décrire, les classer et les nommer.	Travail individuel / par deux	Fiche de travail B1 Variétés de céréales, pains et farines Colle	45'
L'utilisation des céréales	B2	Les élèves ont un aperçu des types d'aliments qui contiennent des céréales. Ils apprennent en outre qu'ils peuvent lire la liste des ingrédients sur les emballages des produits.	Guider la classe, constituer des groupes, donner le travail à faire.	Examiner des emballages, réaliser une affiche, classer des mots.	Classe entière / travail individuel / travail de groupe	Matériel pour les affiches Emballages Fiche de travail B2	45-90'
Contexte historique	B3	Les élèves apprennent comment l'artisanat boulanger a évolué au fil du temps.	Distribuer les fiches et donner le travail à faire ou lire le texte.	Lire le texte et/ou associer les photos aux paragraphes.	Travail individuel / classe entière	Fiche de travail B3	20-30'
Du grain au pain	B4	Les élèves comprennent que la farine qui provient du paquet est issue de grains de céréales qui ont été moulus.	Donner le travail à faire, préparer le matériel et aider.	Moudre sa propre farine. Évent. cuire du pain.	Travail par deux / travail de groupe	Fiche de travail B4	30-45'
	B5	Les élèves apprennent les différentes étapes et les quatre ingrédients de base de la fabrication du pain.	Préparer le texte et les fiches de travail. Corriger ou préparer les solutions.	Lire le texte, découper les images, les mettre dans le bon ordre chronologique et les coller.	Travail individuel / par deux	Fiche de travail B5	20'



## Aperçu des séquences de cours «Du grain au pain» (degré primaire I)

2/2

Métiers	B6	Découvrir les 3 métiers d'agriculteur/agricultrice, de meunier/meunière et de boulanger/boulangère.	Guider la classe, donner le travail à faire.	Visionner éven. de petits films sur les métiers, réaliser un dessin de groupe sur un métier, associer des termes entre eux.	Travail de groupe / travail individuel	Grandes feuilles Matériel d'information Fiche de travail B6	40'
Le pain dans l'alimentation	B7	Les élèves apprennent qu'il y a différentes possibilités d'utiliser du pain Les élèves s'exercent à consulter un répertoire classé par ordre alphabétique.	Guider la classe, donner le travail à faire.	Citer des repas comportant du pain, trouver d'autres recettes dans des livres de cuisine.	Classe entière / travail individuel	Fiche de travail B7 Livres de recettes	20'
Réutilisation	B8	La réutilisation du vieux pain est abordée de manière ciblée.	Préparer les fiches de travail et discuter de chaque passage.	Compléter les fiches de travail et participer activement à la discussion.	Travail par deux / classe entière	Fiche de travail B8	20'

### Informations complémentaires/variantes

Contact	Verein Schweizer Brot Belpstrasse 26 Case postale 3001 Berne 031 385 72 79 <a href="mailto:info@schweizerbrot.ch">info@schweizerbrot.ch</a>
Livres	- Frères Grimm (2011): entre autres <i>Hansel et Gretel</i> . Larousse. (ISBN 2035846366) - Frères Grimm (1976): entre autres <i>Le loup et les sept chevreux</i> . Folio Classique. (ISBN 2070368408)
Excursions	Visiter une boulangerie et/ou une meunerie avec la classe. Visiter la Maison du blé et du pain à Echallens <a href="http://www.maison-ble-pain.com">www.maison-ble-pain.com</a>
Notes personnelles	

# Le pain et la culture

Informations aux enseignants



1/1

## Informations de fond: le pain et la culture

Les hommes mangent du pain depuis une époque étonnamment lointaine.

Nous savons que toutes les variétés actuelles de céréales ont un jour été des graminées dont les grains ou les semences ont nourri les plus anciennes civilisations. Autour des habitats de ces chasseurs-cueilleurs primitifs, les semences perdues germaient et trouvaient des conditions plus favorables que dans les régions sauvages arides. L'homme a commencé à prendre soin de ces plantes, s'est saisi d'un bâton pour retourner la terre et est ainsi devenu un cultivateur sédentaire. Cette période remonte à l'an 11 500 av. J.-C., au néolithique.

Des découvertes archéologiques situent l'origine des céréales au Proche-Orient, plus particulièrement dans les régions limitrophes de l'Irak actuel (Mésopotamie). Dans cette région, on sème et on récolte des céréales depuis l'an 10 000 av. J.-C. environ.

À l'époque, les céréales arrivées à maturité étaient concassées sur des meules en pierre puis cuites avec de l'eau pour donner une bouillie qui servait de repas. C'est également à ce moment-là qu'on a commencé à développer l'art de cuire du pain, d'abord sous la cendre ou dans un moule creusé dans une plaque de foyer, puis dans des fours construits à cet effet. Les chercheurs estiment que l'artisanat boulanger s'est développé entre l'an 6000 et l'an 5000 av. J.-C. dans plusieurs régions de l'Asie Mineure, comme le confirme la découverte de fours à pain dans ces régions.

Les premiers pains étaient des galettes plates cuites sans levure ni levain. Le levain a été découvert fortuitement en Égypte, lorsqu'un morceau de pâte fermenté a été utilisé dans la fabrication de galettes. Loin d'être gâché, le produit s'en est trouvé aéré et donc beaucoup plus facile à mâcher et particulièrement goûteux.

Le pain et les céréales sont présents dans le monde entier sous les formes les plus diverses.

Plus de la moitié de la population mondiale, principalement en Afrique et en Asie, ne consomme pas les céréales sous forme de pain, mais de bouillies. Lorsque les céréales sont mangées sous forme de pain, celui-ci diffère en fonction du pays. De l'Afrique du Nord au Pakistan en passant par le Moyen-Orient, le pain plat à la farine de blé sans levain reste le principal aliment. Au Mexique, la tortilla, une galette de maïs qui accompagne tous les repas, constitue l'aliment de base pour de nombreux agriculteurs. En Afghanistan, en Inde et au Tibet, on consomme différents types de galettes qui ne sont pas cuites au four, mais frites dans un bain de graisse. Dans de nombreux pays d'Europe et d'ailleurs, la galette d'origine a donné naissance au pain de blé et de seigle au levain, levé à la levure depuis le XIX<sup>e</sup> siècle.

Aujourd'hui, le pain fait partie des nombreuses denrées alimentaires bon marché et toujours disponibles. Il y a quelques décennies encore, il jouissait pourtant d'un autre statut: c'était un aliment profondément respecté. Le pain était un symbole de vitalité car il était l'aliment par excellence. Notre culture conserve de nombreuses traces de cette conception.

En effet, de nombreuses coutumes sont liées aux récoltes et au pain. On pense par exemple à la fête des récoltes, au pain et au sel comme cadeaux symboliques lors d'un emménagement dans une nouvelle habitation ou aux pains spéciaux confectionnés les jours de fête (les bonshommes en pâte, la couronne des rois, le pain cuit pour un baptême). Dans la religion chrétienne, le pain a également valeur de symbole, par exemple dans le rituel de la Cène de l'Église réformée ou dans divers textes de la Bible. L'importance du pain a également eu une incidence sur le langage. Différentes expressions qui ont toujours cours à l'heure actuelle témoignent de l'importance majeure du pain.

Enfin, les contes font eux aussi partie de notre patrimoine culturel. Comme le pain et les céréales, les contes existent depuis la nuit des temps. Étant donné que le pain était un aliment de base de première importance jadis, son évocation dans de nombreux contes n'a rien de surprenant.

Depuis que les hommes cultivent des céréales, le pain a toujours été un aliment de base essentiel et a donc joué un rôle majeur, puisqu'il garantissait la survie. Aujourd'hui encore, le pain est un aliment naturel, traditionnel et doté d'un ancrage régional. Il fait partie de la culture alimentaire suisse et d'une alimentation équilibrée.

Deux des trois unités d'enseignement qui servent d'introduction abordent ce thème, afin d'expliquer l'importance culturelle du pain aux élèves. Dans la première, les élèves sont confrontés à des extraits de divers contes qui évoquent le pain. Dans la seconde, ils découvrent différentes coutumes et expressions en rapport avec ce dernier.

# A1: Le pain dans les contes

Informations aux enseignants



1/5

<b>Tâche</b>	Les extraits des contes peuvent être lus soit par les élèves eux-mêmes, soit par l'enseignant. Les élèves doivent deviner de quel conte il s'agit. Ensuite, l'enseignant peut demander aux élèves pourquoi le pain est évoqué dans un si grand nombre de contes. Les élèves doivent réfléchir à la question dans le cadre d'une discussion avec la classe entière. L'enseignant peut donner quelques pistes de réflexion. Vu l'ancienneté des contes, les élèves peuvent déduire que le pain existe aussi depuis très longtemps déjà (en réalité plus de 5000 ans). Étant donné que le pain a toujours été un aliment de base important pour l'homme, il est évoqué dans les histoires de manière récurrente (voir unité d'enseignement 00_Informations aux enseignants).
<b>Objectif</b>	Découvrir dans les grandes lignes quel est le rôle du pain dans la société. Reconnaître des extraits de contes.
<b>Matériel</b>	- Fiche de travail
<b>Forme sociale</b>	Travail individuel Classe entière
<b>Durée</b>	30 minutes

Informations supplémentaires:

- L'enseignant peut simplifier la tâche en révélant aux élèves de quels contes les extraits proviennent. Il leur suffit alors d'attribuer les extraits au bon conte.

**Source des extraits de contes:**

Citation	Source
1	<a href="http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/hansel_et_gretel">http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/hansel_et_gretel</a>
2	<a href="http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/le_valeureux_petit_tailleur">http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/le_valeureux_petit_tailleur</a>
3	<a href="http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/dame_hiver_dame_holle">http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/dame_hiver_dame_holle</a>
4	<a href="http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/blanche-neige">http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/blanche-neige</a>
5	<a href="http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/jean_le_chanceux">http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/jean_le_chanceux</a>
6	<a href="http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/les_ducats_tombes_du_ciel">http://www.grimmstories.com/fr/grimm_contes/les_ducats_tombes_du_ciel</a>

Les citations ont parfois été légèrement modifiées ou abrégées.

# A1: Le pain dans les contes

Fiche de travail



2/5

**Devoir:** Lis les textes. Devines-tu de quels contes ils proviennent?  
Vois-tu ce que tous ces contes ont en commun?

1. Attends que la lune se lève, et nous verrons les miettes de pain que j'ai jetées; elles nous montreront le chemin de la maison. Quand la lune se leva, ils se mirent en route. Mais de miettes, point. Les mille oiseaux des champs et des bois les avaient mangées. Les enfants marchèrent toute la nuit et le jour suivant, sans trouver à sortir de la forêt.

Conte: \_\_\_\_\_

2. Et prenant le pain dans l'armoire, il coupa une longue tartine pour étendre sa crème dessus. «Voilà qui n'aura pas mauvais goût, pensa-t-il, mais, avant de l'entamer, il faut que j'achève cette veste.» Il posa sa tartine à côté de lui et se remit à coudre, et dans sa joie, il faisait des points de plus en plus grands. Cependant, l'odeur de la crème attirait les mouches qui couvraient le mur et elles vinrent en foule se poser dessus. Ne parvenant pas à chasser les mouches, le tailleur saisit un lambeau de drap et frappa dessus sans pitié. Ce grand coup porté, il compta les morts; il n'y en avait pas moins de sept, qui gisaient les pattes étendues.

Conte: \_\_\_\_\_

# A1: Le pain dans les contes

Fiche de travail



3/5

3. La fillette retourna près du puits, se tortura en se demandant comment faire, et pour finir, elle sauta dans le puits pour récupérer la quenouille. En tombant, elle s'évanouit; et lorsqu'elle se réveilla, elle était dans une belle prairie, sous le brillant soleil, et il y avait autour d'elle des milliers et des milliers de fleurs. Elle s'avança dans cette prairie et arriva devant un four à pain où cuisait la fournée, et voilà que les pains, de l'intérieur, se mirent à appeler: « Retire-moi, retire-moi, sinon je vais brûler, je suis déjà bien cuit et plus que cuit! » Elle y alla, saisit la longue pelle de four et sortit un à un tous les pains jusqu'au dernier.

Conte: \_\_\_\_\_

4. La fillette aperçut alors une petite maisonnette et y pénétra pour s'y reposer. Dans la maisonnette, tout était minuscule, gracieux et propre. On y voyait une petite table couverte d'une nappe blanche, avec sept petites assiettes et sept petites cuillères, sept petites fourchettes et sept petits couteaux, et aussi sept petits gobelets. Contre le mur, il y avait sept petits lits alignés les uns à côté des autres et recouverts de draps tout blancs. La fillette avait si faim et si soif qu'elle prit dans chaque assiette un peu de légumes et de pain et but une goutte de vin dans chaque gobelet.

Conte: \_\_\_\_\_

# A1: Le pain dans les contes

Fiche de travail



4/5

5. Jean dit: «Que ne donnerais-je pas pour posséder une pareille vache!» «Eh bien», dit le paysan, «puisque cela vous fait tant de plaisir, prenez ma vache pour votre cheval.» Jean était au comble de la joie. Le paysan monta à cheval et s'éloigna rapidement.

Jean chassait tranquillement sa vache devant lui, en songeant à l'excellent marché qu'il venait de faire. «Un morceau de pain seulement et je ne manquerai de rien, car j'aurai toujours du beurre et du fromage à mettre dessus. Si j'ai soif, je traie ma vache et je bois du lait. Que peut-on désirer de plus?».

Conte: \_\_\_\_\_

6. Il était une fois une petite fille dont le père et la mère étaient morts. Elle était si pauvre qu'elle n'avait ni chambre ni lit pour se coucher; elle ne possédait que les vêtements qu'elle avait sur le corps, et un petit morceau de pain qu'une âme charitable lui avait donné; mais elle était bonne et pieuse. Comme elle était abandonnée de tout le monde, elle se mit en route à la garde du bon Dieu.

Sur son chemin, elle rencontra un pauvre homme qui lui dit: «Hélas! J'ai si grand' faim! Donne-moi un peu à manger.» Elle lui présenta son morceau de pain tout entier en lui disant: «Dieu te vienne en aide!» et continua de marcher.

Conte: \_\_\_\_\_

# A1: Le pain dans les contes

*Solution*



5/5

**Solution:** Deviner de quel conte il s'agit

1. Hansel et Gretel
2. Le vaillant petit tailleur
3. Dame Hiver
4. Blanche-Neige
5. Jean le chanceux
6. Les ducats tombés du ciel

## A2: Coutumes en rapport avec le pain

Informations aux enseignants



1/6

<b>Tâche</b>	<p>Les élèves sont répartis en groupes. Dans chaque groupe, ils lisent un texte sur la naissance d'une coutume en s'exerçant à le lire avec fluidité. Ensuite, l'enseignant forme des groupes de trois en veillant à réunir toujours trois enfants de groupes différents. Chacun à leur tour, ils lisent leur texte aux autres. Ensuite, la classe entière discute des coutumes et de leur signification. Les élèves peuvent également raconter comment ils célèbrent ces fêtes, le cas échéant.</p> <p>Pour compléter l'exercice, l'enseignant peut leur demander de remplir la fiche de travail «Compléter les expressions» et de discuter de la signification de ces expressions. L'objectif de cette fiche de travail est également de faire comprendre aux élèves à quel point le pain est lié à la culture, en l'occurrence pour ce qui touche au langage (pour le lien entre le pain et la culture, voir aussi l'unité d'enseignement 00_ Informations aux enseignants).</p>
<b>Objectif</b>	Les élèves découvrent des coutumes en rapport avec le pain.
<b>Matériel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Texte</li> <li>- Fiche de travail</li> </ul>
<b>Forme sociale</b>	Travail de groupe, travail individuel, classe entière
<b>Durée</b>	45 minutes

- On peut compliquer l'exercice en demandant aux élèves non pas de lire le texte à voix haute, mais de raconter aux autres ce qu'ils ont lu. Le cas échéant, dans le premier groupe, ils s'exercent à raconter le texte plutôt qu'à le lire.

Informations  
supplémentaires:

Photos:

Lapin en pâte: <http://zeitlos-brot.de/?p=2772>

Bonhomme en pâte: <http://tipp.bettybossi.ch/fr/2014/11/20/bonhomme-en-pte/>

## A2: Coutumes en rapport avec le pain

Fiche de travail



2/6

### La naissance d'une coutume

#### Pâques

En fait, personne ne sait exactement pourquoi c'est précisément le lapin de Pâques qui colore et cache les œufs. Pourquoi n'est-ce pas une poule de Pâques? Car c'est bien la poule qui pond des œufs. Certains disent que c'est parce que le lapin est plus rapide et plus agile que la poule. Une autre histoire raconte qu'un jour, un boulanger voulut cuire un agneau de Pâques. Dans le four, le pain se déforma toutefois à tel point qu'il finit par ressembler à un lapin. Quoi qu'il en soit, au fil du temps, de plus en plus de personnes se sont mises à célébrer Pâques en colorant et en cachant des œufs. D'autres spécialités sont également typiques des fêtes de Pâques comme les œufs en sucre, les lapins en chocolat et les lapins en pâte à tresse.



## A2: Coutumes en rapport avec le pain

Fiche de travail



3/6

### La naissance d'une coutume

#### Le bonhomme en pâte

De nombreux noms existent pour désigner ce pain spécialement confectionné les jours de fête. Dans certains endroits de Suisse, il s'appelle Grittibänz; dans d'autres régions ou pays, il porte le nom de bonhomme de Saint-Nicolas, de Jean Bonhomme, de Mannala ou de Cougnou... La coutume qui consiste à réaliser des figures avec de la pâte levée sucrée est très ancienne et remonte au Moyen Âge.

Le bonhomme en pâte représente un évêque. C'est un homme d'Église que l'on peut croiser aujourd'hui encore dans certains cortèges de la Saint-Nicolas. Le jour de la Saint-Nicolas, on célèbre en fait l'évêque Saint Nicolas qui vécut jadis. On raconte qu'il a aidé de nombreuses personnes.



## A2: Coutumes en rapport avec le pain

Fiche de travail



4/6

### La naissance d'une coutume

#### La couronne des rois

Dans ce pain se trouve généralement une petite figurine en plastique représentant un roi. Celui qui trouve la figurine dans son morceau est sacré roi pour la journée. Ce type de couronne des rois existe dans de nombreux pays. Parfois, on n'y cache rien du tout ou on y glisse une fève, une figurine en porcelaine, une amande ou une pièce de monnaie.

À l'origine, l'Épiphanie était une fête de village au cours de laquelle on célébrait le dieu romain Saturne. Lors de cette fête, il y avait de la nourriture à profusion pour tout le monde, pauvres y compris.

Un jeu était aussi organisé et le gagnant était sacré roi.

Cette coutume a évolué au fil du temps et depuis le Moyen Âge, on ne fête plus Saturne, mais les trois Rois mages de l'histoire de Noël. Ils sont en effet les premiers à s'être agenouillés devant Jésus après sa naissance.



## A2: Coutumes en rapport avec le pain

Fiche de travail



### Sprichworte vervollständigen

**Devoir:**

1. Ajoute le mot manquant dans les expressions.
2. Connais-tu d'autres expressions en rapport avec le pain? Écris-les dans les lignes vides.

Séparer le \_\_\_\_\_ de l'ivraie.

Mettre la main à la \_\_\_\_\_.

Cela se vend comme des petits \_\_\_\_\_.

Ne pas perdre une \_\_\_\_\_ de quelque chose.

Vivre comme un coq en \_\_\_\_\_.

---

---

---

## A2: Coutumes en rapport avec le pain

*Solution*



6/6

**Solution:** Compléter les expressions.

Séparer le **grain** de l'ivraie.

Mettre la main à la **pâte**.

Cela se vend comme des petits **pains**.

Ne pas perdre une **miette** de quelque chose.

Vivre comme un coq en **pâte**.

# A3: Le processus d'élaboration du pain

Informations aux enseignants



1/1

<b>Tâche</b>	L'enseignant montre une photo d'un pain et demande aux élèves quelles sont toutes les étapes qui précèdent l'achat du pain fini en magasin. Les élèves énumèrent les étapes du processus d'élaboration qui leur viennent à l'esprit et l'enseignant expose les photos correspondantes au tableau. Quand toutes les étapes ont été trouvées, elles sont placées dans le bon ordre chronologique.
<b>Objectif</b>	Les élèves connaissent le processus d'élaboration du pain.
<b>Matériel</b>	- Photos du processus d'élaboration (par ex. issues du poster pédagogique en lien ci-dessous)
<b>Forme sociale</b>	Classe entière
<b>Durée</b>	30 minutes

- Des posters et brochures pédagogiques sont disponibles ici:
  - [https://www.lid.ch/fileadmin/lid/Schulen/Lehrmittel/20381\\_Schulposter\\_Getreideland-Schweiz.pdf](https://www.lid.ch/fileadmin/lid/Schulen/Lehrmittel/20381_Schulposter_Getreideland-Schweiz.pdf) (en allemand)
  - <https://publications.passioncereales.fr/content/poster-du-bl%C3%A9-tendre-au-pain>
  - <http://agriscuola.ch/fr/detail/1045>
- L'aperçu du processus d'élaboration délivré dans cette unité d'enseignement peut régulièrement servir de référence dans la suite du cours. Avant les différentes unités d'enseignement, on peut ainsi montrer aux élèves dans quelle étape du processus d'élaboration on se situe.
 

Exemples:

  - B1: Les variétés de céréales (étapes: semer, labourer, récolter)
  - B3: Moudre la farine (étape: moulin)
  - B5: Comment fait-on du pain? (étape: fournil)
  - B6: Métiers (étapes: semer, labourer, récolter; moulin, fournil)
  - B7: Alimentation (étapes: pain cuit / alimentation à base de pain)
  - B8: Réutilisation (étapes: pain cuit / alimentation à base de pain)
- L'étape du centre collecteur ne faisant pas l'objet d'une unité d'enseignement à part entière, il vaut mieux l'expliquer dans cette unité. Le centre collecteur s'occupe de réceptionner, de nettoyer, de traiter et de stocker les céréales.

Informations supplémentaires:

# B1: Les variétés de céréales

Informations aux enseignants



1/4

<b>Tâche</b>	<p>Les élèves découvrent les principales variétés de céréales indigènes ainsi que la farine et le pain qui leur correspondent. En guise d'introduction gustative au thème, ils goûtent les grains et les pains.</p> <p>Les élèves reçoivent en outre un tableau sur lequel ils collent les grains avec du ruban adhésif et la farine avec de la colle. Ils peuvent y noter des mots clés sur l'apparence des grains et le goût de la farine.</p> <p>Les élèves peuvent approfondir les connaissances ainsi acquises à l'aide de la fiche de travail sur laquelle ils doivent associer des photos des épis et des grains au nom correspondant.</p>
<b>Objectif</b>	<p>Les élèves acquièrent un aperçu de la diversité des céréales. Ils savent différencier et nommer correctement les grains et les épis des principales variétés.</p>
<b>Matériel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Blé, épeautre, seigle, orge, avoine et maïs (grains, farine et pain)</li> <li>- Petites pancartes avec le nom des céréales</li> <li>- Bâton de colle</li> <li>- Ruban adhésif transparent</li> <li>- Fiches de travail</li> </ul>
<b>Forme sociale</b>	<p>Classe entière: les élèves voyagent dans la classe          Travail individuel: remplissage des fiches de travail</p>
<b>Durée</b>	<p>45 minutes</p>

Informations supplémentaires:

- Le choix de céréales peut être modifié à volonté. Le tableau doit alors être adapté. Le blé, l'épeautre, le seigle et le maïs sont les céréales les plus répandues en Suisse. On peut se les procurer très facilement.
- L'association Pain suisse peut vous aider à trouver des grains et des épis de céréales. Tél.: 031 385 72 79 (autres coordonnées dans le tableau synoptique).
- Si l'enseignant n'a pas la possibilité d'apporter des épis, il peut montrer des photos.
- La deuxième fiche de travail peut également être complétée par la classe entière. L'enseignant peut montrer des photos.
- Il peut également être intéressant de laisser les élèves trier un petit tas de grains provenant de différentes variétés de céréales. Ils cultiveront ainsi leur sens de l'observation et la reconnaissance de similitudes. Cet exercice pourrait par exemple servir à introduire la leçon ou à consolider les acquis.

### Répertoire de photos:

Épi d'épeautre: <https://de.fotolia.com/tag/dinkel%C3%A4hre>

Épi de seigle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Roggen>

# B1: Les variétés de céréales

Fiche de travail



2/4

	Épi	Grain	Farine
Blé			
			
Épeautre			
			
Seigle			
			
Maïs			
			

# B1: Les variétés de céréales

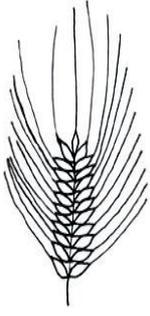
Fiche de travail



3/4

**Devoir:**

Relie chaque photo de grains au bon nom de céréale.



Blé



Maïs



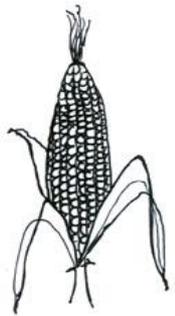
Seigle



Orge

# B1: Les variétés de céréales

Solution

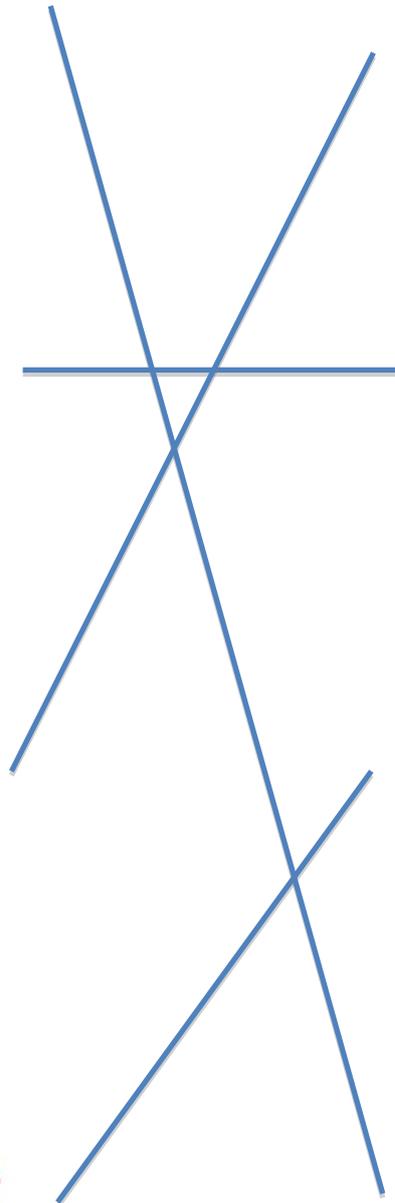


Blé

Maïs

Seigle

Orge



## B2: L'utilisation des céréales

Informations aux enseignants



1/3

<b>Tâche</b>	<p>Question d'introduction: en dehors du pain, quels aliments sont produits à base de céréales?</p> <p>Les élèves énumèrent les aliments à base de céréales qu'ils connaissent et ceux-ci sont notés au tableau. Ensuite, les élèves se demandent comment on peut voir sur l'emballage d'un produit si celui-ci est fabriqué à base de céréales. Des groupes sont formés et chaque groupe doit réaliser une affiche sur l'une des variétés de céréales. Sur leur affiche, les élèves ne peuvent dessiner que des aliments contenant la variété de céréale qui leur a été attribuée et coller des emballages de produits répondant à ce critère. Une fois l'affiche terminée, les élèves remplissent la fiche de travail.</p>
<b>Objectif</b>	<p>Les élèves ont un aperçu des types d'aliments qui contiennent des céréales. Ils apprennent en outre qu'ils peuvent lire la liste des ingrédients sur les emballages des produits.</p>
<b>Matériel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fiche de travail</li> <li>- Papier pour les affiches</li> <li>- Matériel pour réaliser les affiches: colle, paire de ciseaux, marqueurs</li> <li>- Emballages de différents aliments</li> </ul>
<b>Forme sociale</b>	<p>Classe entière Travail individuel Travail de groupe</p>
<b>Durée</b>	<p>45-90 minutes</p>

Informations supplémentaires:

- Il est éventuellement possible de demander à la grande distribution de vous fournir des emballages plutôt que de les collecter vous-même.

## B2: L'utilisation des céréales

Fiche de travail



2/3

Parmi ces aliments, lesquels sont à base de céréales? Écris ces mots dans la bonne colonne!

**Devoir:**

Cornflakes Spaghetti Polenta Pain  
Oursons en gomme Lasagnes Risotto Gâteau  
Purée de pommes de terre Crackers Pizza  
Chocolat Bircher muesli Frites Poisson Chips

À base de céréales

Pas à base de céréales

## B2: L'utilisation des céréales

*Solution*



3/3

**Solution:**

Parmi ces aliments, lesquels sont à base de céréales?

À base de céréales	Pas à base de céréales
Cornflakes	Oursons en gomme
Spaghetti	Purée de pommes de terre
Polenta	Chocolat
Pain	Frites
Lasagnes	Poisson
Risotto	Chips
Gâteau	
Crackers	
Pizza	
Bircher muesli	

## B3: L'histoire du grain et du pain

Informations aux enseignants



1/6

<b>Objectif</b>	Les élèves lisent l'histoire et sont capables d'associer les photos aux divers paragraphes du texte puis de les coller au bon endroit.
<b>Matériel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Texte «L'histoire du grain et du pain» avec les photos</li> <li>- Paire de ciseaux et colle</li> </ul>
<b>Forme sociale</b>	Travail individuel ou discussion guidée
<b>Durée</b>	30 minutes

- Si les élèves ne lisent pas encore couramment, l'enseignant peut lire le texte paragraphe par paragraphe et demander aux élèves d'associer la bonne photo à chaque paragraphe.

Informations  
supplémentaires:

### Répertoire de photos:

- Récolte des céréales: <http://www.billerantik.de/products/Kunst-Malerei/Alte-Meister/Gleaners-Jean-Francois-Millet-Feld-Getreide-Sammeln-Bauern-Stroh-B-A3-02521.html>
- Meule: <http://www.steinzeitwissen.de/artefakttypen/mahl-reib-und-schleifsteine>
- Levure: <http://www.foodlexx.de/sonstiges/hefe.html>

## B3: L'histoire du grain et du pain

Fiche de travail



2/6

### **Devoir:**

Lis le texte. Découpe les photos à la page suivante et colle-les à côté du paragraphe correspondant.

Les céréales sont récoltées et consommées depuis plusieurs dizaines de milliers d'années déjà.

Le blé et l'orge font partie des plus anciennes variétés de céréales.

À l'âge de la pierre, les hommes utilisaient des pierres pour moulinier les grains. Ils plaçaient les céréales entre deux pierres pour les broyer.

Les céréales étaient transformées en bouillie pour être consommées. À cette époque, les hommes découvrirent qu'en plaçant la bouillie sur une pierre chaude, on obtenait une galette. On consomme toujours des galettes de pain à l'heure actuelle.

## B3: L'histoire du grain et du pain

*Fiche de travail*



Les Romains utilisaient des mortiers et des pilons pour broyer les grains.

Par la suite, des moulins à eau ou à vent ont été construits. La mouture était ainsi facilitée, puisque le travail manuel était fortement réduit.

Notre pain actuel est seulement apparu plus tard, avec la découverte de la levure. Les hommes ont découvert qu'ajouter de la levure permettait au pain de gonfler et le rendait beaucoup plus aéré. Il était plus facile à digérer qu'une galette et avait meilleur goût.

Le pain s'est quasiment répandu dans le monde entier et les boulangeries ont fait leur apparition.

# B3: L'histoire du grain et du pain

Fiche de travail



## B3: L'histoire du grain et du pain

*Solution*



5/6

Les céréales sont récoltées et consommées depuis plusieurs dizaines de milliers d'années déjà. Le blé et l'orge font partie des plus anciennes variétés de céréales.



À l'âge de la pierre, les hommes utilisaient des pierres pour moudre les grains. Ils plaçaient les céréales entre deux pierres pour les broyer.



Les céréales étaient transformées en bouillie pour être consommées. À cette époque, les hommes découvrirent qu'en plaçant la bouillie sur une pierre chaude, on obtenait une galette. On consomme toujours des galettes de pain à l'heure actuelle.



## B3: L'histoire du grain et du pain

*Solution*



6/6

Les Romains utilisaient des mortiers et des pilons pour broyer les grains.



Par la suite, des moulins à eau ou à vent ont été construits. La mouture était ainsi facilitée, puisque le travail manuel était fortement réduit.



Notre pain actuel est seulement apparu plus tard, avec la découverte de la levure. Les hommes ont découvert qu'ajouter de la levure permettait au pain de gonfler et le rendait beaucoup plus aéré. Il était plus facile à digérer qu'une galette et avait meilleur goût.



Le pain s'est quasiment répandu dans le monde entier et les boulangeries ont fait leur apparition.



## B4: Du grain à la farine

Informations aux enseignants



1/5

<b>Tâche</b>	<p>Les élèves transforment différents épis ou grains (en fonction des disponibilités) en farine. Ils constatent ainsi à quel point ce travail était pénible autrefois et découvrent de façon ludique les différentes parties qui composent un grain de céréale.</p> <p>En fonction des possibilités, ils peuvent cuire des petits pains à l'aide d'une recette à la maison ou à l'école.</p>
<b>Objectif</b>	<p>Les élèves comprennent que la farine qui provient du paquet est issue de grains de céréales qui ont été moulus. Ils découvrent en outre que les grains de céréales ne donnent pas uniquement de la farine.</p>
<b>Matériel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Épis ou grains de céréales</li> <li>- Pierres pour moudre (évent. aussi à l'extérieur)</li> <li>- Protections (si l'opération est réalisée en classe)</li> <li>- Tamis</li> <li>- Récipients pour collecter la farine obtenue</li> </ul>
<b>Forme sociale</b>	Travail par deux / de groupe
<b>Durée</b>	30-45 minutes

Informations supplémentaires:

- Les épis ou les grains s'achètent souvent dans des magasins de ferme. Il est utile de les acheter directement chez un agriculteur bio pour avoir la certitude que les produits ne sont pas traités.
- Les résidus obtenus quand les élèves moulent les grains de céréales sont les enveloppes externes (le son), presque impossibles à moudre, ainsi que les autres éléments des épis tels que la balle d'épeautre.
- Si les élèves obtiennent assez de farine, l'enseignant peut cuire du pain ou des petits pains avec eux. L'enseignant doit si possible s'occuper de la cuisson lui-même.
- Si la quantité de farine n'est pas suffisante, on peut la compléter avec de la farine vendue dans le commerce.
- Vous trouverez d'autres recettes sur le site <https://painsuisse.ch/cuisinepatisserie/>
- Dans cette unité d'enseignement, il serait également opportun de s'intéresser avec les élèves aux différentes techniques utilisées jadis pour séparer les grains de la balle.

# B4: Du grain à la farine

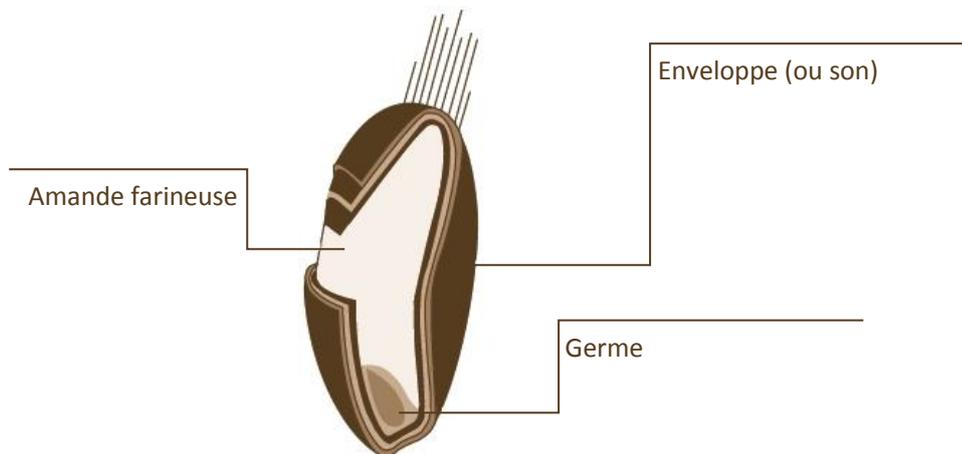
Informations aux enseignants



2/5

## Connaissances générales sur le thème du grain et de la farine

Un grain de céréale se compose de trois éléments principaux: l'enveloppe (ou son), l'amande farineuse et le germe.



### Fonctions des différents éléments

- **L'enveloppe (ou son):** elle protège le grain. Elle contient des fibres alimentaires, des minéraux, des vitamines et des protéines.
- **Le germe:** il sert à la reproduction du fruit. Il contient également des minéraux, des vitamines et des protéines, ainsi que des lipides.
- **L'amande farineuse:** on y trouve l'essentiel des réserves énergétiques du grain. Elle contient des protéines et de l'amidon (hydrates de carbone).

### Aperçu des 4 types de farine

Les types de farines se différencient en fonction de la partie du grain qu'ils contiennent:

- **Farine complète:** le terme «complet» signifie qu'un produit contient les trois éléments (enveloppe, germe et amande farineuse) du grain. La farine complète est donc la farine obtenue à partir du grain de céréale entier.
- **Farine bise:** cette farine contient encore certaines parties de l'enveloppe du grain de céréale. Le pain bis est le type de pain le plus consommé en Suisse alémanique.
- **Farine mi-blanche:** cette farine ne contient quasiment plus aucun résidu de l'enveloppe.
- **Farine blanche:** cette farine est uniquement obtenue à partir des éléments internes du grain de céréales (l'amande farineuse), qui sont aussi les plus clairs. Le pain clair est le type de pain le plus consommé en Suisse romande.

### Remarques

## B4: Du grain à la farine

*Informations aux enseignants*



3/5

- La quantité de fibres alimentaires, de minéraux et de vitamines présente dans les farines de céréales dépend donc du degré de mouture. D'un point de vue nutritionnel, les produits complets sont dès lors à privilégier, car ils rassasient plus longtemps et contiennent en outre une grande quantité de vitamines, de minéraux et de fibres. Par ailleurs, ils sont importants pour une bonne digestion.
- Un pain foncé n'est pas toujours un pain complet! Un pain bis n'est pas un pain complet. En outre, la farine blanche, par ex., peut aussi donner du pain foncé.

## B4: Du grain à la farine

Tâche



4/5

**Devoir:**

Transforme les grains reçus en farine. Respecte la marche à suivre.

1. Prends une protection et pose-la à ta place de travail.
2. Prends un sachet contenant des grains et place-le sur la protection.
3. Munis-toi d'une grosse pierre plate et d'une pierre plus petite et plus ronde.
4. Place quelques grains sur la grosse pierre.
5. Commence à écraser les grains avec la petite pierre. En position debout, tu peux exercer une pression plus forte sur la pierre et moudre les grains plus finement.
6. Si tu as moulu suffisamment longtemps, tu devrais avoir des fragments de différente taille sur la grosse pierre.
7. Tamise ces fragments au-dessus d'un récipient. Tu peux encore moudre les fragments restés dans le tamis.
8. Répète l'opération jusqu'à ce que tu aies suffisamment de farine.

*Amuse-toi bien!*

## B4: Du grain à la farine

Tâche



5/5

### Recette pour 10 petits pains argoviens de 180g:

#### Ingrédients:

- 1 kg de farine bise ou de farine mi-blanche
- 7 dl d'eau
- 30 g de levure
- 30 g de sel



1. Verser la farine et le sel dans un récipient et mélanger.
2. Émietter la levure et l'ajouter à la farine.
3. Verser l'eau et mélanger le tout jusqu'à obtenir une pâte homogène.
4. Sortir la pâte du récipient et la pétrir sur un support saupoudré de farine. Ensuite, replacer la farine dans le récipient.
5. Recouvrir le plat d'un linge humide et laisser lever environ une heure. La pâte doit plus ou moins doubler de volume.  
ATTENTION: il faut maintenant préchauffer le four à 230°C (chaleur de voûte et de sole)!
6. Sortir la pâte du récipient, former 10 petits pains de taille égale, les badigeonner d'eau et les laisser encore lever brièvement sur la plaque de four.
7. Inciser légèrement les pains.
8. Cuire la pâte pendant 20 minutes sur la deuxième rainure en partant du bas. Tapoter le dessous des pains pour vérifier la cuisson: si cela sonne creux, ils sont cuits.  
Laisser refroidir les petits pains sur une grille.

## B5: Comment fait-on du pain?

Informations aux enseignants



1/7

<b>Tâche</b>	L'enseignant distribue le texte, que la classe lit ensemble. Ensuite, il distribue les fiches de travail et des paires de ciseaux. Les solutions sont discutées en classe.
<b>Objectif</b>	Les élèves apprennent les différentes étapes et les quatre ingrédients de base de la fabrication du pain.
<b>Matériel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Texte</li> <li>- Fiches de travail</li> <li>- Solution</li> <li>- Ciseaux</li> </ul>
<b>Forme sociale</b>	Travail individuel ou classe entière
<b>Durée</b>	20 minutes

Informations supplémentaires:

- Cette tâche peut également être combinée avec la tâche précédente (B4) et être utilisée comme une vue d'ensemble de la préparation du pain ou comme des instructions pour en confectionner.
- Des recettes de différents pains sont disponibles à l'adresse suivante: <https://painsuisse.ch/cuisinepatisserie/>

## B5: Comment fait-on du pain?

Texte et fiche de travail

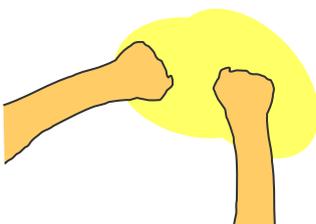
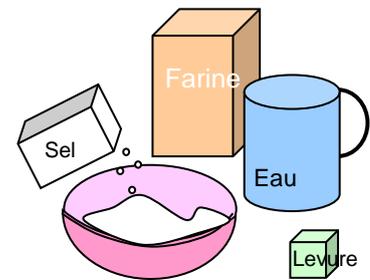


2/7



### Pierre le boulanger fait du pain

Pierre le boulanger a besoin de quatre ingrédients pour faire du pain: de la farine, de l'eau, du sel et de la levure. Ces quatre ingrédients de base permettent de confectionner différentes variétés de pain. Le mélange définit le type de pain que cela donnera. Pierre le boulanger détermine donc de quelle quantité de chaque ingrédient il a besoin et mélange le tout pour obtenir une pâte.



Pierre le boulanger verse ensuite un peu de farine sur la table de la cuisine, étend sa pâte dessus et la pétrit. Il se retrouve presque en sueur car il pétrit de toutes ses forces pour bien mélanger les ingrédients.

Ensuite, il remet la pâte dans le récipient, la recouvre d'un torchon de cuisine et la laisse lever. Après quelques heures seulement, la pâte a déjà doublé de volume.

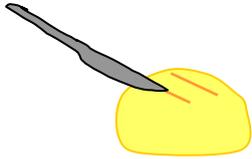


## B5: Comment fait-on du pain?

Texte et fiche de travail

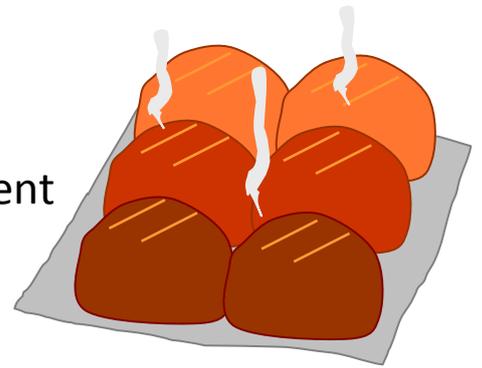


3/7



Pierre le boulanger forme maintenant des pains avec la pâte. Avant de laisser lever les pains une dernière fois, il les incise avec un couteau.

Peu après, il les enfourne et les laisse cuire jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Miam, ça sent bon! Les pains aussitôt refroidis, Pierre les dispose dans son magasin à côté des autres pains, petits pains et pâtisseries qu'il a confectionnés pour ses clients.



## B5: Comment fait-on du pain?

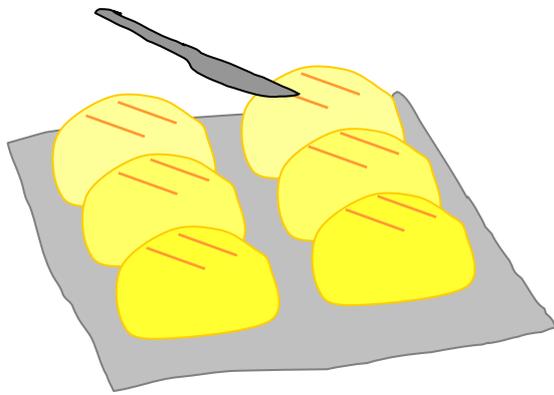
Texte et fiche de travail



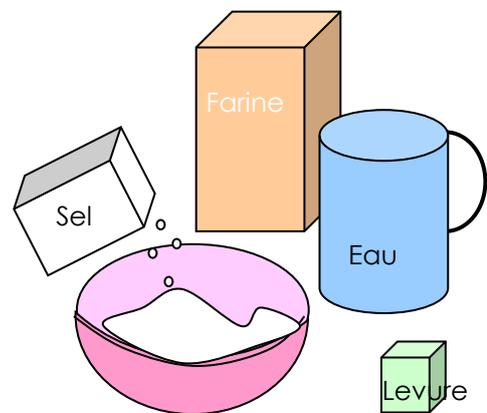
4/7

### Devoir:

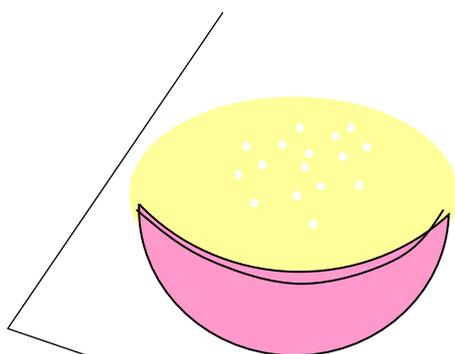
Pierre le boulanger a oublié comment on fait du pain. Découpe les cartes et dispose-les dans le bon ordre chronologique.



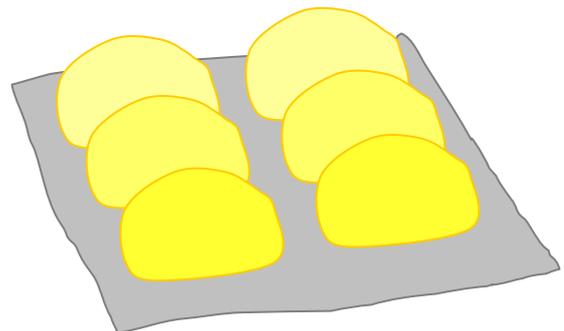
Inciser les pains avec un couteau



Mélanger la farine, l'eau, le sel et la levure



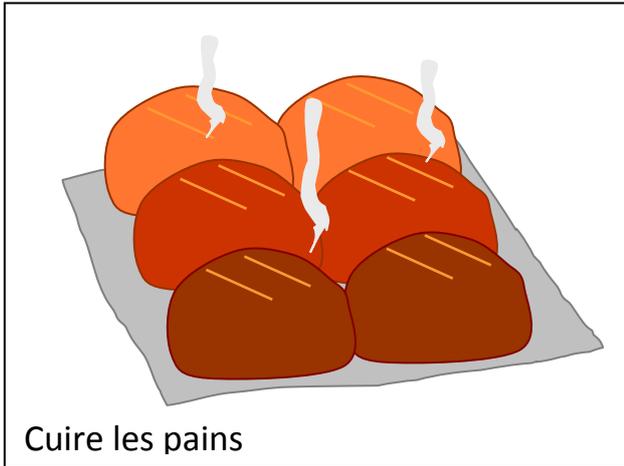
Laisser lever la pâte



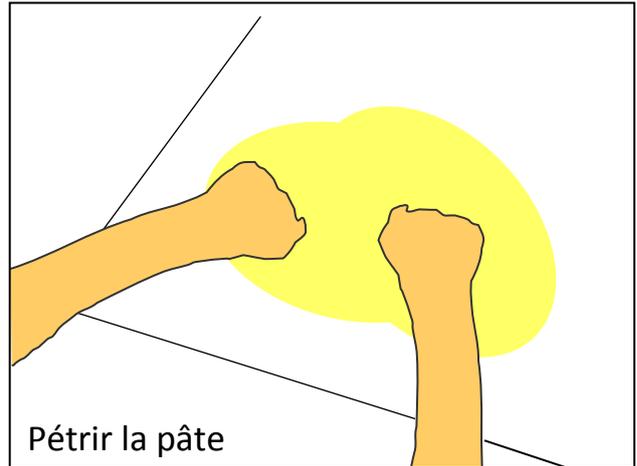
Former des pains avec la pâte

# B5: Comment fait-on du pain?

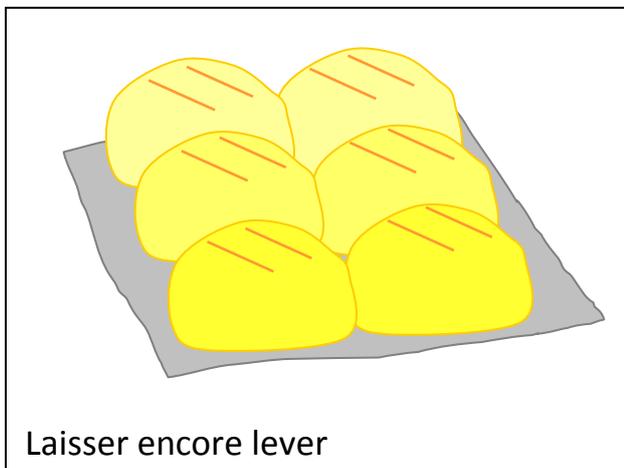
Texte et fiche de travail



Cuire les pains



Pétrir la pâte



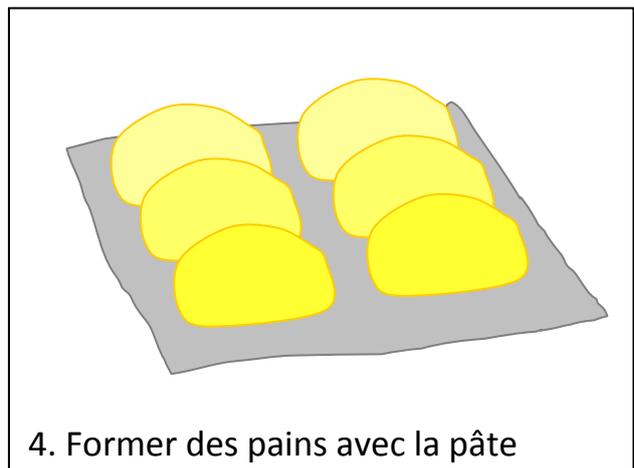
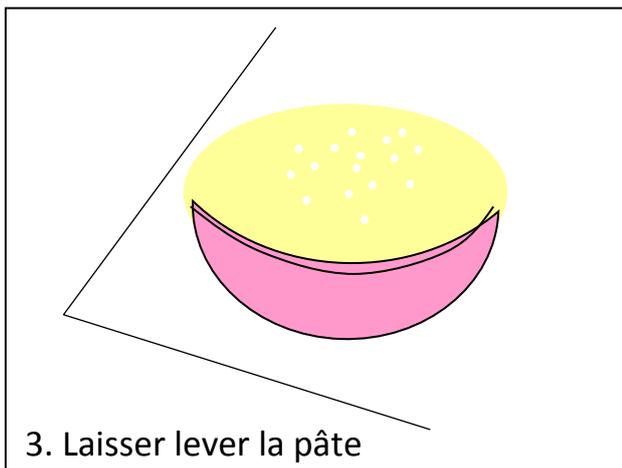
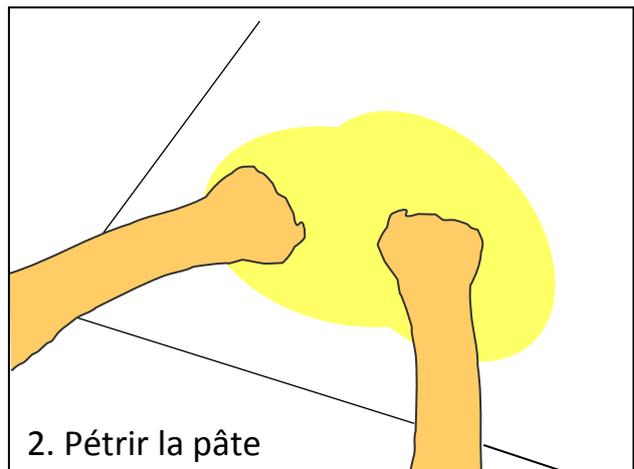
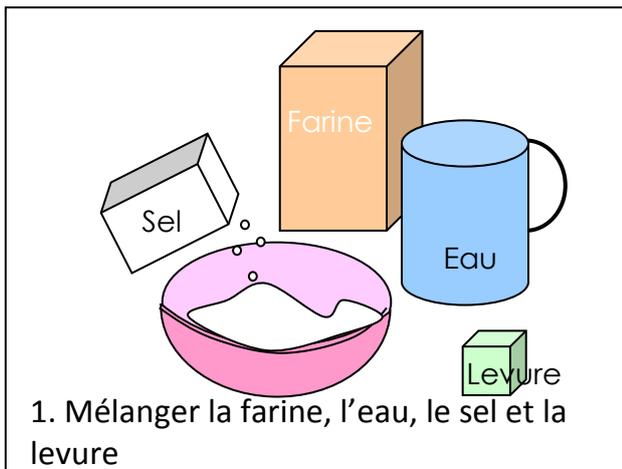
Laisser encore lever

# B5: Comment fait-on du pain?

Solution

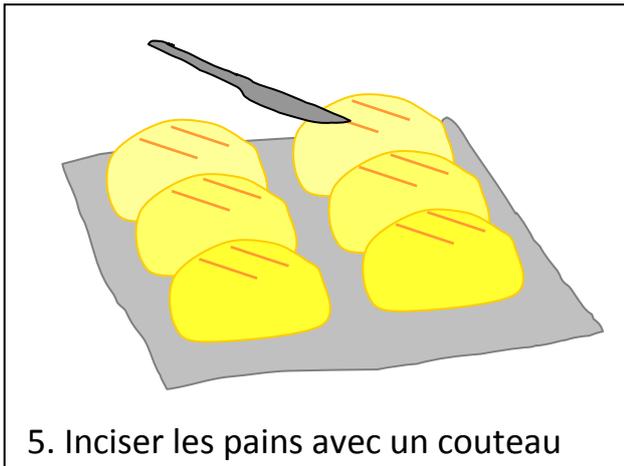


6/7

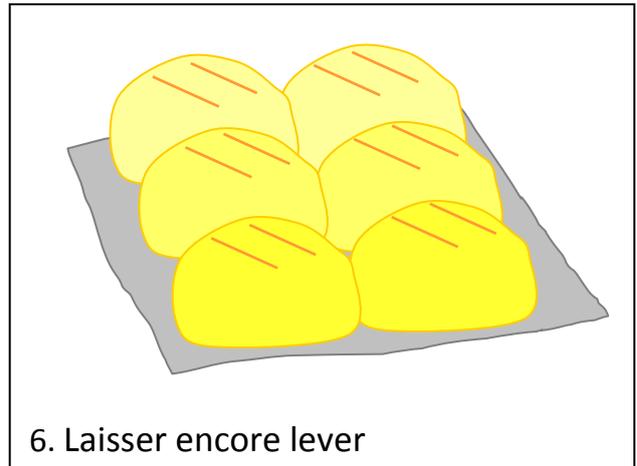


# B5: Comment fait-on du pain?

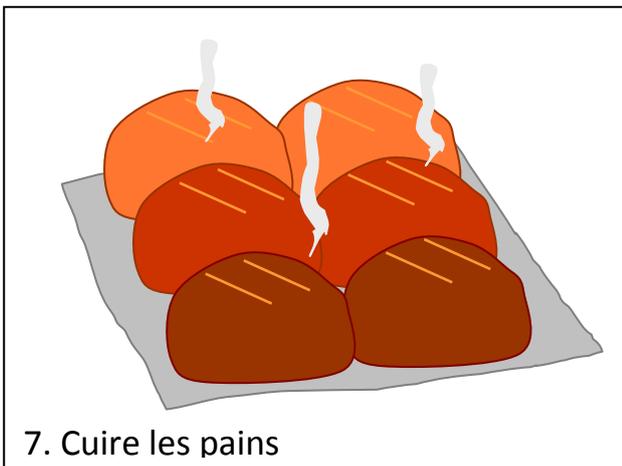
Solution



5. Inciser les pains avec un couteau



6. Laisser encore lever



7. Cuire les pains

## B6: Métiers

Informations aux enseignants



1/3

<b>Tâche</b>	L'enseignant explique que dans la transformation du grain en pain, trois métiers interviennent obligatoirement. Les élèves tentent de deviner de quels métiers il s'agit (ils connaissent éventuellement le boulanger de l'unité d'enseignement B5). L'enseignant parle avec les élèves de ce qu'ils connaissent déjà de ces métiers. Trois groupes sont ensuite formés. Chaque groupe réalise un dessin correspondant à l'un des trois métiers pour montrer en quoi il consiste. Pour s'aider, les élèves peuvent consulter des livres ou regarder les films proposés ci-dessous. Les élèves se montrent mutuellement leurs dessins. Ils peuvent remplir la fiche de travail pour approfondir la matière.
<b>Objectif</b>	Les élèves connaissent les trois étapes inhérentes à l'élaboration du pain: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. L'agriculteur/l'agricultrice cultive des céréales.</li> <li>2. Le meunier/la meunière transforme les grains en farine.</li> <li>3. Le boulanger/la boulangère utilise la farine pour faire du pain.</li> </ol> Les élèves découvrent en outre les activités des métiers associés à l'élaboration du pain.
<b>Matériel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fiche de travail</li> <li>- Grandes feuilles pour les dessins des groupes</li> <li>- Livres ou appareils pour diffuser les films</li> </ul>
<b>Forme sociale</b>	Travail de groupe, travail individuel
<b>Durée</b>	40 minutes

Informations supplémentaires:

- Avant de compléter la fiche de travail, les élèves peuvent regarder les films suivants pour mieux se représenter les métiers:  
 Agriculteur/agricultrice: <https://www.youtube.com/watch?v=kQEBVV3v9tM>  
 Meunier/meunière: [https://www.youtube.com/watch?v=p694\\_gOACRQ](https://www.youtube.com/watch?v=p694_gOACRQ)  
 Boulanger/boulangère: <https://www.youtube.com/watch?v=eRorDs7bMOW>
- Une excursion à la découverte de l'un de ces trois métiers est particulièrement intéressante à entreprendre.
- Dans cette unité d'enseignement, il faut reconsidérer l'aperçu du processus d'élaboration dans son ensemble (A3).
- Pour approfondir la matière, il pourrait être intéressant de découvrir et de comparer différents ustensiles utilisés jadis et aujourd'hui dans la culture, la récolte et la mouture de céréales.

## B6: Métiers

Fiche de travail



2/3

**Devoir:** Associe les mots aux verbes correspondants.  
Par exemple: que fait l'agricultrice avec les semences?



### Ce que font l'agriculteur et l'agricultrice

champ  
semences  
céréales mûres  
nature

moissonner  
labourer  
connaître  
semer



### Ce que font le meunier et la meunière

machine  
travail de la machine  
qualité de la farine

surveiller  
contrôler  
régler



### Ce que font le boulanger et la boulangère

quantité des ingrédients  
machines  
pâte  
four

pétrir  
chauffer  
faire fonctionner  
déterminer



## B6: Métiers

Solution



3/3

**Devoir:** Quelles sont les bonnes paires?



### Ce que font l'agriculteur et l'agricultrice

champ	<del>×</del>	moissonner
semences	<del>×</del>	labourer
céréales mûres	<del>×</del>	connaître
nature	<del>×</del>	semer



### Ce que font le meunier et la meunière

machine	<del>×</del>	surveiller
travail de la machine	<del>×</del>	contrôler
qualité de la farine	<del>×</del>	régler



### Ce que font le boulanger et la boulangère

quantité des ingrédients	<del>×</del>	pétrir
machines	<del>×</del>	chauffer
pâte	<del>×</del>	faire fonctionner
four	<del>×</del>	déterminer



## B7: Le pain dans l'alimentation

Informations aux enseignants



1/2

<b>Tâche</b>	<p>L'enseignant organise un brainstorming avec toute la classe sur les repas comportant du pain que les enfants connaissent. Après un moment, l'enseignant doit aussi poser des questions ciblées sur les repas chauds à base de pain si les élèves n'en citent pas spontanément. Les élèves peuvent profiter de l'occasion pour dire à quelle fréquence ils consomment du pain et réfléchir à leur consommation ainsi qu'à ce qu'il adviendrait si le pain n'existait pas.</p> <p>Comme devoir, les élèves doivent chercher d'autres recettes dans différents livres et en écrire le nom. S'ils ne sont pas encore habitués à utiliser un répertoire alphabétique, l'enseignant leur montre comment procéder.</p>
<b>Objectif</b>	<p>Les enfants découvrent les multiples utilisations du pain.</p> <p>Les élèves s'exercent à consulter un répertoire classé par ordre alphabétique.</p>
<b>Matériel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fiche de travail</li> <li>- Livres de recettes</li> </ul>
<b>Forme sociale</b>	Classe entière, travail individuel
<b>Durée</b>	20 minutes

Informations supplémentaires:

- En complément, comme devoir, on peut demander aux enfants de se renseigner chez eux sur des recettes traditionnelles à base de pain (pain comme ingrédient principal ou comme accompagnement). Ces recettes peuvent ensuite être compilées. De nombreux élèves proviennent de familles issues de cultures différentes. Ce devoir est donc un bon moyen d'aborder un aspect de cette diversité en classe. Les différents cantons de Suisse ont aussi leurs propres recettes.  
On peut même tester certaines recettes ou organiser un buffet de dégustation avec l'aide des parents.
- Les livres de recettes peuvent être empruntés dans une bibliothèque.
- De nombreuses recettes traditionnelles utilisent du vieux pain et du pain sec et permettent donc de valoriser les restes. La chaîne YouTube de Pain suisse propose de nombreuses recettes de ce genre, par exemple:
  - <https://www.youtube.com/watch?v=6K8dbFvZXM8>  
(chapelure à base de vieux pain)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=lpy5WLNKThs>  
(gratin de pain avec du vieux pain)
  - [https://www.youtube.com/watch?v=iwk2VY\\_i1a0](https://www.youtube.com/watch?v=iwk2VY_i1a0)  
(salade de pain)
- En ce qui concerne l'importance du pain dans l'alimentation, les unités d'enseignement du degré primaire II proposent une fiche de travail sur la pyramide alimentaire. Cet exercice convient également pour le degré primaire I.



## B8: Réutilisation du vieux pain

Informations aux enseignants



1/5

<b>Tâche</b>	Dans l'unité d'enseignement B7, les élèves ont déjà appris que le vieux pain sec pouvait être utilisé dans différentes recettes. Ils complètent maintenant le texte à trous correspondant. La discussion peut ensuite être axée sur une autre utilisation du vieux pain: il peut aussi servir à nourrir des animaux, mais uniquement ceux qui peuvent manger des céréales. À ce sujet, les élèves peuvent compléter la fiche de travail sur les animaux. Les solutions sont discutées avec la classe.
<b>Objectif</b>	Les élèves savent que le vieux pain ne doit pas nécessairement finir à la poubelle, mais qu'il peut être réutilisé dans de délicieuses recettes ou servir de nourriture aux animaux. En outre, les élèves sont capables de citer les animaux qui se nourrissent de céréales et ils prennent conscience que les céréales contiennent des substances nutritives précieuses non seulement pour nous les humains, mais aussi pour les animaux.
<b>Matériel</b>	- Fiches de travail et solutions
<b>Forme sociale</b>	Travail individuel, classe entière
<b>Durée</b>	20 minutes

Informations supplémentaires:

- L'enseignant doit insister pour que les élèves participent activement et ne pas faire le travail à leur place.

## B8: Réutilisation du vieux pain

Fiche de travail



2/5

**Devoir:** Place les mots de l'encadré à la bonne place dans le texte.

### Réutilisation du vieux pain

Le vieux pain sec ne doit pas finir à la poubelle. En effet, il est encore possible de l'utiliser pour beaucoup de choses. On peut par exemple l'émietter afin d'obtenir de la \_\_\_\_\_ pour de délicieuses escalopes. Pour cela, le pain doit être très sec.

On peut aussi manger le pain soi-même: il suffit juste de le ramollir. Pour faire du \_\_\_\_\_, on trempe d'abord les tranches de pain sec dans du \_\_\_\_\_ puis dans de \_\_\_\_\_. Ensuite, on fait dorer le pain à la poêle et on peut le manger avec des fruits ou du sucre à la cannelle.

Pour le \_\_\_\_\_, la recette est la même, sauf que le pain est coupé en petits \_\_\_\_\_. On peut remplacer le sucre ou les fruits par des oignons que l'on fait revenir avec le pain et saler légèrement le tout.

Certains \_\_\_\_\_ apprécient aussi beaucoup le vieux pain.

Vogelheu

lait

panure

animaux

pain perdu

morceaux

l'œuf

## B8: Réutilisation du vieux pain

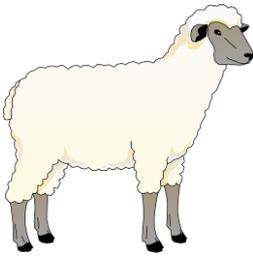
Fiche de travail



3/5

**Devoir:**

Ces animaux mangent-ils des céréales? Réfléchissez à cette question par groupes de deux et indiquez «OUI» ou «NON» sur la ligne à côté des images.



\_\_\_\_\_



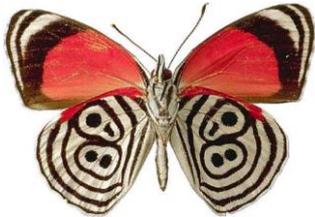
\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

## B8: Réutilisation du vieux pain

Solution



4/5

**Solution:** Texte à trous

## Réutilisation du vieux pain

Le vieux pain sec ne doit pas finir à la poubelle. En effet, il est encore possible de l'utiliser pour beaucoup de choses. On peut par exemple l'émietter afin d'obtenir de la **panure** pour de délicieuses escalopes. Pour cela, le pain doit être très sec.

On peut aussi manger le pain soi-même: il suffit juste de le ramollir. Pour faire du **pain perdu**, on trempe d'abord les tranches de pain sec dans du **lait** puis dans de **l'œuf**. Ensuite, on fait dorer le pain à la poêle et on peut le manger avec des fruits ou du sucre à la cannelle.

Pour le «**Vogelheu**», la recette est la même, sauf que le pain est coupé en petits **morceaux**. On peut remplacer le sucre ou les fruits par des oignons que l'on fait revenir avec le pain et saler légèrement le tout.

Certains **animaux** apprécient aussi beaucoup le vieux pain.

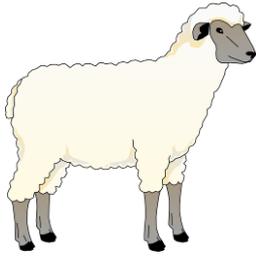
## B8: Réutilisation du vieux pain

Solution



5/5

**Solution:** Nourriture pour animaux



OUI



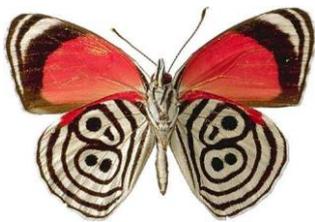
OUI



OUI



NON



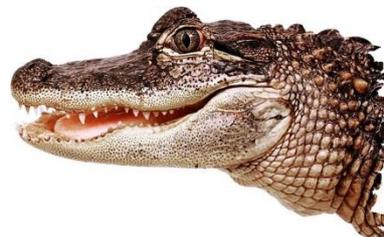
NON



OUI



OUI



NON



OUI



NON