

EDUC'AGRIFOOD

Proposition de Programme d'Education à l'Alimentation à l'école



**POUR DEVENIR UN ADULTE ACCOMPLI, IL EST
AUSSI IMPORTANT DE SAVOIR BIEN MANGER
QUE DE SAVOIR LIRE, ECRIRE, OU COMPTER**



Sommaire

I. Une évolution sociétale qui rend cet apprentissage indispensable	3
1. Contexte familial et social.....	3
2. Contexte sanitaire.....	3
3. Contexte philosophique et holistique	3
II. Des contenus d'apprentissage qui s'appuient avant tout sur l'expérience sensorielle.....	5
III. Un enseignement déjà présent dans les programmes, qui peut s'appuyer sur de nombreuses initiatives existantes et mettre en jeu toute la communauté éducative... 8	8
IV. Faire cuisiner les élèves, une option envisageable en termes d'organisation.....	11
V. Des points d'attention à prendre en considération.....	13
Conclusion.....	19



I. Une évolution sociétale qui rend cet apprentissage indispensable

1. Contexte familial et social

Cet apprentissage, autrefois transmis au sein des familles, ne l'est plus guère... L'Education Nationale peut s'emparer de cet apprentissage et servir de relais avec les familles.

2. Contexte sanitaire

Beaucoup de jeunes ne savent pas s'alimenter sans faire appel à la restauration rapide : kébabs, hamburgers, paninis...

En 2019, le coût total annuel de l'obésité se chiffre à 9,9 milliards d'euros, près de 5% de la dépense courante de santé 2019 en France.

Le Japon et la Finlande, où l'enseignement de l'éducation à l'alimentation est inscrit dans les programmes scolaires, ont réduit de moitié l'obésité en cinq ans.

3. Contexte philosophique et holistique

Il y a 50 ans, 8 enfants sur 10 avaient un lien, même éloigné, avec la campagne et le monde rural. Ce chiffre tombe à 2 sur 10 de nos jours. Cette déconnexion avec la terre se traduit par une méconnaissance quasi absolue des produits qui en sont issus. Peu d'enfants savent nommer un navet, nombreux sont ceux qui pensent que le blé pousse dans les arbres,

Au-delà de cette reconnexion, (ré)apprendre à bien manger, c'est participer à construire un monde de demain plus durable et revaloriser l'ensemble des métiers d'une filière essentielle et ayant besoin d'un renouvellement générationnel.

Propos recueillis :

« Les enfants sont tellement contents de faire la cuisine ! C'est eux qui ensuite apprennent à leurs parents et les échanges sur le cours de cuisine alimentent souvent les discussions au moment du dîner ! » Membre d'une association proposant des ateliers cuisine dans les écoles

« Nous sommes dans un quartier difficile, à midi pour ne pas payer la cantine, des mères apportent un sachet de chips et un Kinder aux enfants ... de la malbouffe abordable et plus elles leur en donnent, plus elles pensent prouver leur amour » Enseignante Maternelle ZEP

« Il y a une telle méconnaissance sur l'alimentation, c'est effarant ! Même à Chaptal, ils sont incapables d'éplucher un navet, de se servir d'un épluche-légumes, de toucher à de la viande, tout les dégoûte » Prof SVT Lycée

« Plus ils grandissent, moins ils vont au self. La majorité des lycéens ne met pas les pieds à la cantine et préfère sortir manger de la junk food. A côté de cela, ils ont des ambitions écolo, c'est plein de paradoxes » Direction Collège

« Notre ambition est aussi de créer des vocations et revaloriser des métiers aujourd'hui déconsidérés et pourtant essentiels pour le monde de demain » Membre d'une association proposant des ateliers cuisine dans les écoles



Leçon n°1 : Il est aussi important de savoir bien manger que de savoir compter, lire ou écrire.



II. Des contenus d'apprentissage qui s'appuient avant tout sur l'expérience sensorielle

Explorer toutes les facettes de l'alimentation en donnant des connaissances nutritionnelles au travers des apprentissages pratiques

Quatre champs d'apprentissage indissociables en s'appuyant sur la saisonnalité :

« du champs à l'assiette »



Compétences à acquérir :

APPRENDRE A CUISINER

Savoir faire des recettes simples, pour les repas de tous les jours

- Savoir éplucher un fruit/ un légume
- Savoir préparer un poisson
- Savoir découper un poulet
- Savoir cuisiner des recettes de base : soupes, purées, gratins, plats mijotés
- Savoir cuire une viande ou un poisson
- Connaitre quelques recettes élaborées
- Savoir accommoder les restes

APPRENDRE A GOUTER

Connaitre les différentes composantes du goût, savoir associer les mets entre eux

- Avoir découvert toute la richesse des saveurs de la gastronomie française
- Connaitre les 4 principaux goûts : salé, sucré, amer, acide
- Les reconnaître dans les plats
- Différencier les goûts des viandes et des poissons



APPRENDRE A CULTIVER

Connaître les produits agricoles de base et comment ils sont produits

- Nommer les principaux fruits et légumes, savoir comment on les cultive
- Savoir quels sont les fruits et les légumes de saison
- Connaître les différents animaux d'élevage et les différents produits de la mer
- Connaître les principales céréales
- Connaître le métier de cultivateur, d'éleveur
- Connaître différentes techniques agricoles
- Connaître les grands enjeux liés à l'alimentation
- Connaître le prix des principaux aliments



Propos recueillis :

« Ils croient que le blé pousse sur les arbres et n'ont jamais vu un navet. Le rapport à l'alimentation a tellement changé en deux générations ! »

Directrice maternelle en ZEP

APPRENDRE A CHOISIR

Connaître l'action des aliments sur la santé et savoir les choisir

Jusqu'en CM1, cet apprentissage sera distillé tout au long des apprentissages pratiques liés à la connaissance des produits agricoles, au fait de goûter et de cuisiner. Il ne fera pas l'objet d'un enseignement théorique, qui n'aurait aucun effet sur les changements de comportements alimentaires.

- Savoir équilibrer un repas, savoir composer les menus d'une semaine
- Connaître l'impact nutritif des principaux aliments
- Connaître les principales conséquences d'une mauvaise alimentation sur la santé et les maladies que mal manger peut causer
- Comprendre ce que sont les aliments transformés
- Connaître le rôle des additifs et des conservateurs
- Découvrir, à partir du collège, les principales applications permettant de sélectionner les aliments



Leçon n° 2 : Cuisiner, cultiver, goûter pour apprendre à bien manger



Propos recueillis :

« Les collégiens et les lycéens ne savent pas ce qu'ils mangent ! Ils ne savent pas distinguer les viandes, ni même les légumes ! » Professeur SVT Collège

« Les enfants sont d'autant plus partants que cet enseignement se distingue des maths et du français par le fait qu'il est très vivant.

C'est une vraie joie pour eux ! »

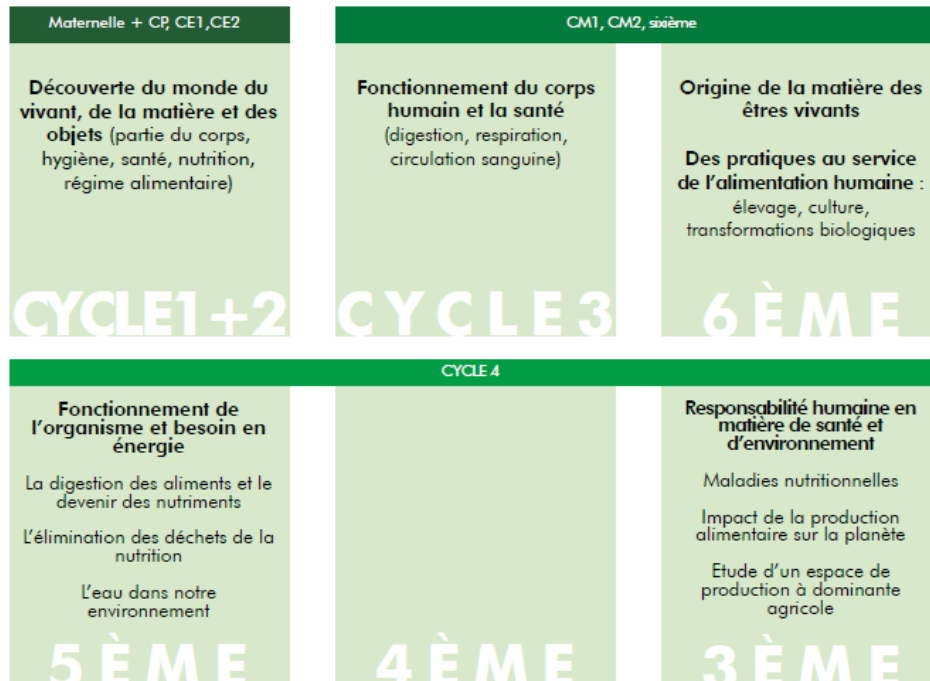
Enseignante en primaire



III. Un enseignement déjà présent dans les programmes, qui peut s'appuyer sur de nombreuses initiatives existantes et mettre en jeu toute la communauté éducative

Le Vade-mecum présente l'organisation de cette éducation à l'alimentation & au goût en milieu scolaire et se prolonge par des ressources mises en ligne sur le portail Éducation à l'alimentation & au goût du site Éduscol.

Voici les principaux contenus d'enseignement relatifs à l'alimentation dans les programmes scolaires actuels :



Aujourd'hui cet enseignement est « distillé par petites touches » dans plusieurs disciplines et n'est pas considéré comme un apprentissage à part entière. De ce fait, il n'a que peu d'incidence sur les comportements. L'intérêt de la démarche consiste à en faire une véritable matière, au même titre que les autres.

Nombreux sont ceux parmi les enseignants interrogés qui font déjà cuisiner leurs élèves. Pour ceux-ci, la valeur ajoutée du programme réside dans le fait que, par sa récurrence, leur action sera renforcée.

Propos recueillis :

Aujourd'hui, je fais cuisiner mes élèves au moins une fois tous les quinze jours. Le plus de ce programme, c'est que mes collègues le feront aussi et que du coup, mes enseignements auront un véritable impact ! Enseignante élémentaire



Leçons n°3 et 4 :

Un saupoudrage ne saurait convenir. L'éducation à l'alimentation doit être récurrente tout au long de la scolarité pour porter ses fruits.

Aucun apprentissage de la cuisine ne figure dans les programmes scolaires actuels.



Il existe de nombreuses initiatives qui peuvent rendre cet apprentissage plus vivant, recensées dans la mallette pédagogique en annexe.

- Le jardin pédagogique
- Les petits déjeuners et goûters pédagogiques
- Des interventions en classe d'acteurs de l'alimentation : agriculteurs, artisans de bouche, restaurateurs...
- Les leçons de goût
- Des ateliers dispensés par certaines entreprises de la restauration collective...
- Les sorties et visites d'exploitations agricoles, d'industries agroalimentaires, de commerce de bouche....

La création d'une plateforme visant à mettre en contact sur un même territoire les écoles et les intervenants extérieurs disposés à interagir avec les scolaires est en cours de réalisation. Il comportera un volet d'évaluation de la qualité des interventions.

Les interventions et les sorties sont des outils pour rendre vivant cet apprentissage, mais ils ne constituent qu'un volet du programme, qui doit être avant tout dispensé par l'école.



Toute la communauté éducative peut être mise à contribution :

- Les familles, en particulier au moment de la cuisine et du jardinage, du petit déjeuner et du goûter pédagogiques. A aucun moment, les familles ne doivent se sentir dépossédées de leur rôle éducatif en matière d'alimentation. Les petits déjeuners et goûters pédagogiques peuvent être l'occasion d'inviter les parents à échanger et à comparer les pratiques alimentaires dans les familles. Cela peut être un excellent moyen de s'ouvrir aux autres cultures et de développer les liens intergénérationnels.
- Les éducateurs périscolaires, qui peuvent se faire l'écho des sujets traités par les enseignants
- Les infirmières scolaires et les diététiciennes, ressources précieuses dans un tel programme.
- Les professeurs de sport, qui, eux-aussi, contribuent à une meilleure santé des élèves...

Propos recueillis :

Les familles doivent être intégrées à cet apprentissage, notamment dans les petites classes : il ne s'agit pas de les déposséder de cette éducation. Au contraire il faut les impliquer sans les culpabiliser et favoriser le dialogue avec leurs enfants, la (re)prise d'initiatives et de bonnes habitudes, au moment des repas notamment. Enseignante élémentaire

Leçon n°5 : Ouvrir cet apprentissage à toute la communauté éducative est un facteur clé de réussite



IV. Faire cuisiner les élèves, une priorité tout à fait envisageable en termes d'organisation

Les réfectoires et les cuisines de la restauration collective étant disponibles l'après-midi, l'enseignement de la cuisine, peut être envisagé de plusieurs manières :

En maternelle, l'école possède un four, un réfrigérateur et des épluche-légumes. Les élèves font les préparations dans les classes et ensuite c'est l'enseignant qui fait cuire pour présenter le résultat aux enfants.

Au cycle 2, les élèves peuvent travailler dans les réfectoires, et c'est l'enseignant qui fait cuire.

Au cycle 3 et suivants, les élèves travaillent dans les cuisines de restauration collective du territoire l'après-midi et ont accès au matériel de cuisson.



Des binômes pédagogue/cuisinier et pédagogue/jardinier sont à mettre en place.

En maternelle et en élémentaire, les apprentissages seront conduits par le Professeur des écoles, qui sera aidé par des ATSEM et des cuisiniers des cantines. Des échanges de services pourront être organisés lorsque le Professeur des écoles ne souhaite pas enseigner la cuisine.

Au collège et au lycée, l'éducation à l'alimentation pourra être dispensée par le Professeur de Sciences de la Vie de la Terre, SVT ou par un professeur dédié volontaire, en concertation avec les professeurs d'Education physique et Sportive. Les cours de cuisine, quant à eux, seront encadrés par un professeur volontaire, aidé par les cuisiniers de la restauration collective.

- A tout niveau, des parents volontaires pourront être mis à contribution.
- Pour le jardin pédagogique, les jardiniers communaux pourront être mobilisés.



**Leçon n°6 : Les cuisines de la restauration collectives offrent des lieux
d'apprentissage l'après-midi**



V. Des points d'attention à prendre en considération

Un besoin plus clairement identifié en ZEP

C'est là que l'obésité est la plus répandue. Peut-être faut-il augmenter le volume horaire ou intensifier les moyens mis en œuvre, en particulier dans le recours aux intervenants extérieurs. Il n'en demeure pas moins que cet apprentissage concerne toutes les catégories socio-professionnelles. Déstructuration des repas, recours aux plats « tout prêts », perte de repères alimentaires, ces phénomènes s'observent dans toute la société.

La formation des enseignants

Un module devra être intégré dans la formation initiale dispensée par les ESPE ainsi que dans le programme de formation continue.

Les allergies alimentaires et les différentes confessions

Ce sujet ne doit pas être un obstacle à la mise en œuvre d'un programme, qui vise justement à réduire les allergies alimentaires sur le long terme. En cas d'allergies alimentaires, le Projet d'Accueil Individualisé (PAI) permet de mettre en place des mesures selon les besoins de l'enfant allergique. De plus en plus d'enfants font l'objet d'un PAI et les enseignants qui ont l'habitude de cuisiner avec leurs élèves, déclarent le gérer facilement, en s'organisant bien, en amont du cours de cuisine.

Cet apprentissage peut être un bon moyen de s'ouvrir aux pratiques culturelles des autres enfants de la classe, ainsi qu'à la gastronomie d'autres pays.

Une intégration dans des programmes déjà très chargés

Le principal frein évoqué par les enseignants est la lourdeur des programmes actuels.

Le parti pris est de consacrer la majorité de temps à ces apprentissages aux cycles 1, 2 et 3 qui correspondent aux tranches d'âges où les enfants sont les plus réceptifs aux enjeux de nutrition santé.

Par ailleurs, en classes de 1^{ère} et Terminale, il pourrait s'intégrer au sein de l'enseignement scientifique (général), jugé inapproprié par les enseignants qui le dispensent

Propos recueillis :

« Les dotations horaires sont globalement en baisse, et on nous rajoute sans cesse du contenu. Cela ne peut pas marcher sans vrais moyens ». Professeur de SVT Lycée

« Il faut absolument des moyens horaires supplémentaire si l'on veut que cela marche. » Professeur EPS Collège



La proposition de volume horaire par cycle, qui sera adaptée en fonction des expérimentations terrain, est la suivante (un découpage par niveau de classe est en annexe) :

CYCLE 1

---Cycle d'apprentissages premiers (petite, moyenne, et grandes --
-sections de maternelle) ---

-2h/semaine-

- Les composantes du goût : salé, sucré, amer, acide
- La portion et la notion de manger trop
- Un petit déjeuner pédagogique en classe une fois par trimestre : un verre de lait ou un yaourt ; une tartine de confiture ou de beurre/ un fruit de saison avec les familles
- Les fruits et les légumes : les nommer, reconnaître ceux de saison et les cuisiner
- Recettes : salade de fruit/tarte aux pommes/carottes râpées/ salade de tomate
- Jardin pédagogique : faire pousser des fruits et légumes (au troisième trimestre)



CYCLE 2

---Cycle des apprentissages fondamentaux (CP, CE1, CE2) ---

- 3h/semaine -

- Les composantes du goût (approfondissement) : salé, sucré, amer, acide
- Les céréales : les nommer, les reconnaître, connaître leur cycle de production/ le sucre
- Les produits issus des animaux : le lait et les œufs
- Un petit déjeuner pédagogique en classe une fois par trimestre et un goûter pédagogique avant la récréation de l'après-midi une fois par trimestre
- Recettes : une omelette, des œufs en neige, faire un yaourt, le gratin de courgettes...
- Sorties/interventions : cueillettes/visite à la ferme/leçon de goût/le boulanger/ le fromager
- Jardin pédagogique : faire pousser des céréales (au troisième trimestre)



CYCLE 3

---Cycle de consolidation (CM1, CM2 et sixième) ---

- 26h dans l'année -

- Les produits animaux : porc, veau, volaille, bovin, ovin
- Le déjeuner : ses apports, sa composition
- Le lien avec l'activité sportive
- Recettes : cuisiner les viandes, accommoder les restes
- Sorties/interventions : visite à la ferme/le boucher
- L'équilibre nutritionnel : un repas/mois
- Composer le menu d'une semaine une fois dans le mois
- Préparer le déjeuner une fois dans le mois

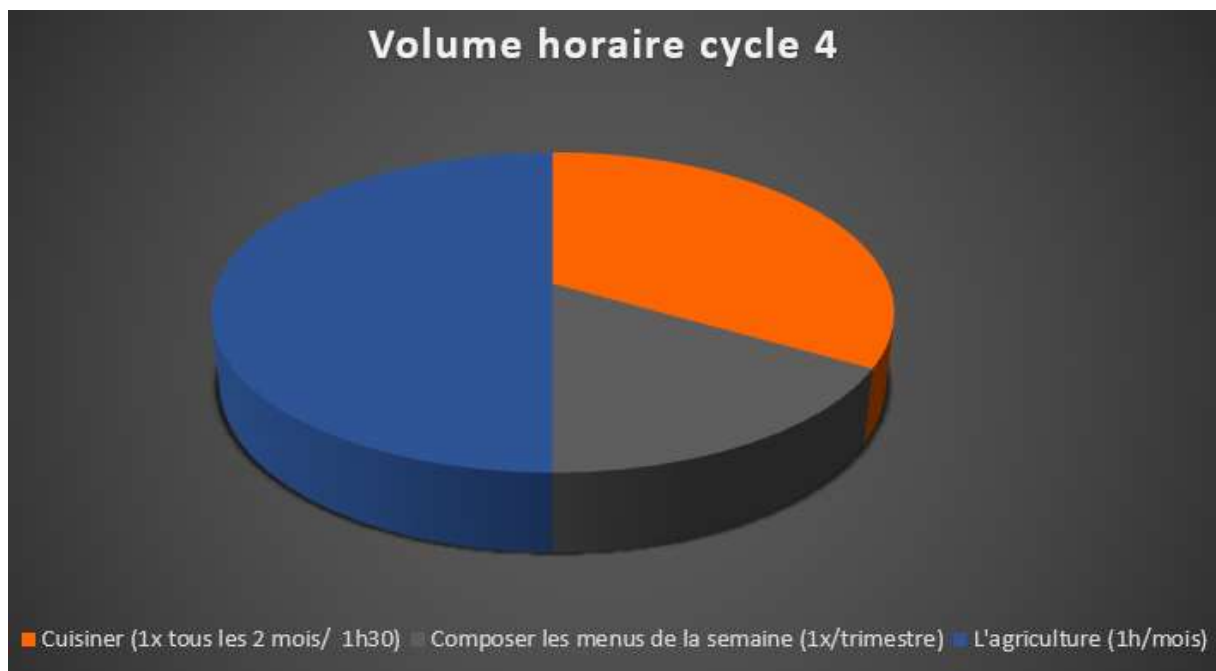


CYCLE 4

---Cycle des approfondissements (cinquième, quatrième et troisième) ---

- 20h dans l'année -

- Les produits animaux : les produits de la mer
- Les produits transformés : effet sur la santé
- Savoir lire une étiquette
- Composer le menu du déjeuner une fois dans la semaine
- L'équilibre nutritionnel : un repas/ une semaine
- Le diner : ses apports, sa composition
- Recettes : cuisiner les poissons, les moules, préparer un poisson
- Sorties/interventions : visite à la ferme/le poissonnier/fermes aquacoles

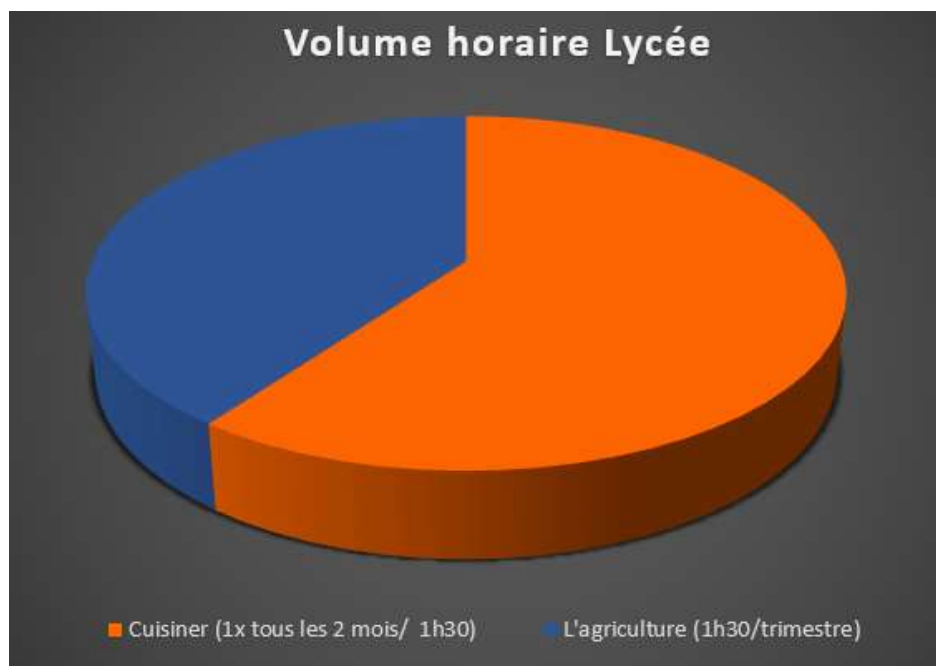


LE LYCEE

---seconde, première et terminale---

- 10h dans l'année -

- Recettes : les plats faciles et pas chers
- Les bénéfices d'une alimentation variée
- Le coût de l'alimentation
- Les produits de saison, les circuits courts, les différents types d'agriculture



La pause méridienne au Collège et Lycée, temps « perdu » pour de nombreux élèves qui mangent en 20', et disposent d'1H30 de pause en moyenne, peut aussi être utilisée pour conduire des ateliers de sensibilisation.

Conclusion

La mise en œuvre de ce programme est une priorité, au même titre que l'urgence climatique.

Elle implique une forte volonté politique doublée de la mise à disposition de moyens supplémentaires, lesquels sont indispensables pour en garantir la réussite.

Ces coûts par rapport à ceux liés à la gestion des maladies induites par une mauvaise alimentation sont sans commune mesure et rendent ce programme indispensable.

La formation des enseignants et leur mobilisation sont des facteurs de succès primordiaux.

La santé des jeunes générations passe par un programme ambitieux comme celui proposé par l'Open Agrifood, qui sollicite des concertations approfondies entre partenaires de l'Education nationale, de la Santé, et du monde agricole.