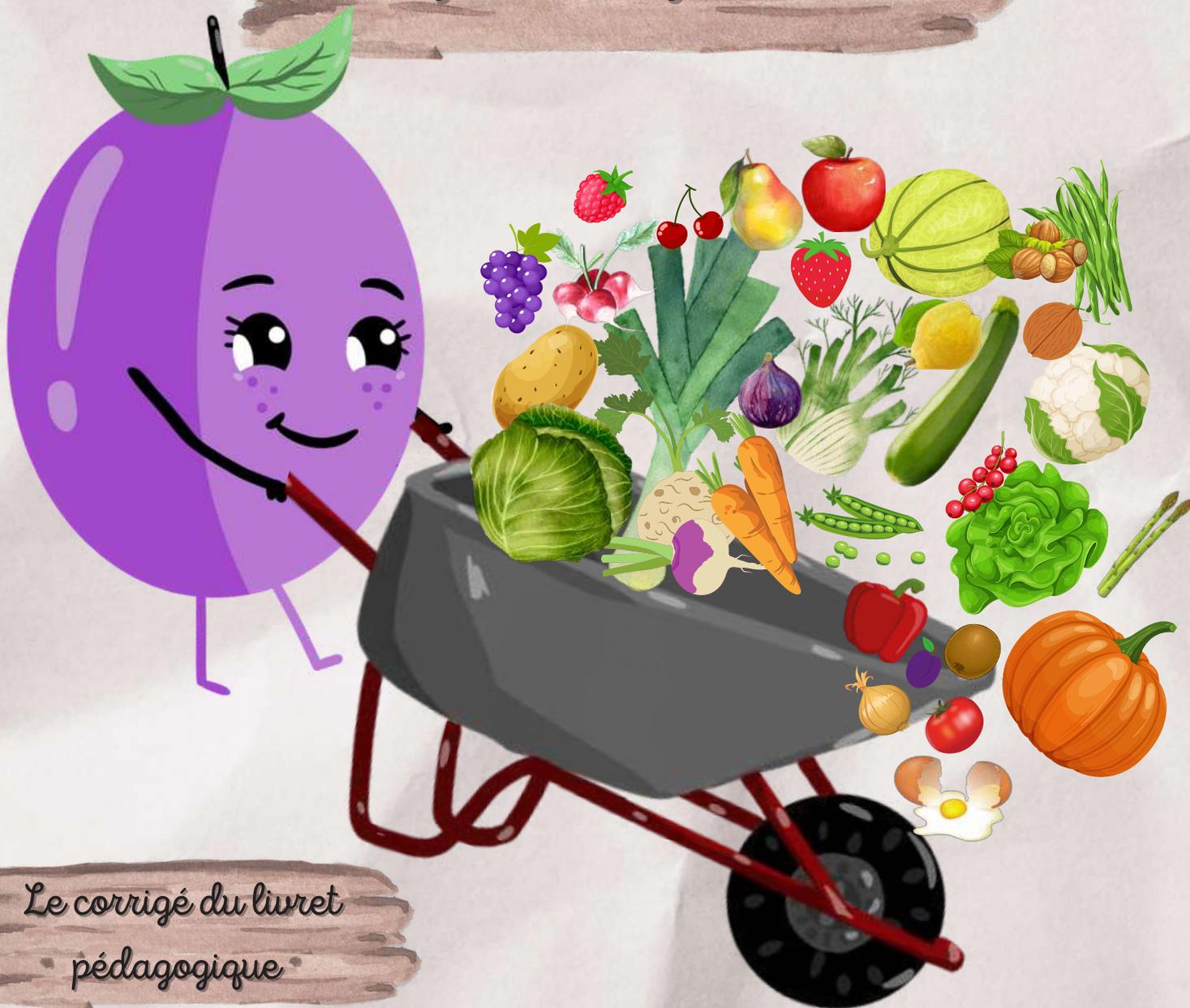


*Alimentation durable et
jardinage*



*Le corrigé du livret
pédagogique*



Corrections des exercices du livret pédagogique

Réponses aux exercices.....	2, 3 et 4
Trucs et astuces pour aller plus loin.....	5 et 6
Mémo de la saisonnalité des fruits et légumes.....	7
Le calendrier du potager.....	8

Réponses aux exercices

Page 2 :

Ca veut dire quoi une alimentation durable ?

Plusieurs exemples possibles :

- une alimentation qui préserve les ressources naturelles,
- une alimentation qui favorise le travail des agriculteurs,
- une alimentation qui fournit des emplois locaux,
- une alimentation qui ne nuit pas à ta santé.

Pour moi, le jardinage c'est :

Réponse incluant des mots tels que : activité, plantes, nature, apprendre, faire pousser, légumes, fleurs, terre, outils, ...

Page 4 :

À toi de jouer : Parmi tous ces aliments, lesquels choisirais-tu pour composer un repas sain et équilibré ? Entoure-les et relie-les à ton assiette.

- Entrée : tomates, salade verte et pain.
- Plat : verre d'eau, poisson, pâtes.
- Dessert : fromage, kiwi.

Page 5 :

Indique le bon numéro au-dessus de chaque image pour recréer les cycles de vie de ces aliments :

- Concombre : graines - racines et feuilles - fleur - concombre. (4,2,3,1)
- Omelette : poule et oeufs sur nid - oeufs - oeuf cru - omelette. (3,1,4,2)
- Chou-fleur : graine - graine et racine - chou-fleur - gratin dans plat. (1,4,3,2)
- Frites : plant avec feuilles et racines - plant avec feuilles, fleurs et tubercules - pommes de terre entières - frites. (4,1,2,3)
- Poire : graine - graine germée avec feuilles et racines - arbre avec fruits - poire coupée. (2,3,1,4)

Page 6 :

En t'aidant de l'exemple ci-dessous déjà colorié, associe la partie de la plante qui correspond au légume consommé en coloriant de la même couleur les 2 cases :

- Je mange son bulbe : l'oignon,
- Je mange sa racine : la carotte,
- Je mange son tubercule : la pomme de terre,
- Je mange sa feuille : la salade,
- Je mange sa tige : l'asperge,
- Je mange sa fleur : le brocoli,
- Je mange son fruit : le poivron.

Page 7 :

Regarde bien ces paysages et écris en face de chaque aliment l'endroit d'où ils viennent :

- L'apiculteur récolte le miel dans le rucher ou la ruche.
- Le maraîcher fait pousser la salade dans le jardin.
- L'arboriculteur produit les prunes dans le verger.
- L'éleveur met les vaches dans le pré.
- L'agriculteur cultive le blé dans le champ.

Page 8 :

Voici 6 fruits et légumes avec leur étiquette, place leur numéro sur la carte du monde en fonction de leur pays d'origine.

À ton avis, comment sont-ils arrivés jusqu'à chez toi ? (camion, train, bateau, avion)

1. bateau ou avion
2. camion
3. train ou camion
4. avion ou bateau
5. bateau ou avion
6. avion ou bateau

D'après toi, quel mode de transport pollue le plus la planète ? l'avion.

Page 9 :

Pour chaque saison, remplace des fruits et légumes à manger :

- Printemps : fraise-salade-cerise.
- Été : abricot-tomate-concombre.
- Automne : pomme-noix-potimarron.
- Hiver : carotte-poire-poireau.

Page 10 :

Entoure 1 boisson, 1 fruit, 1 produit laitier et 1 aliment à base de céréales pour composer ton goûter équilibré.

L'exemple le plus sain : 1 verre d'eau, 1 banane, 1 yaourt et 1 tranche de pain complet. Maintenant regarde les équivalents en morceaux de sucre avec ce que tu as composé et compte-les pour faire un total.

- Mon goûter contient 4,5 morceaux de sucre.
- Que peux-tu en conclure ? Exemple de réponse : Je dois faire attention à manger équilibré car certains aliments contiennent beaucoup de sucre.

Page 11 :

Regarde bien cette fiche qui te présente les conditions de vie des poules. Puis, écris en bas à gauche de l'image les réponses à la question 1 et à la question 2.

1. Le numéro 3.
2. Le numéro 0 et le numéro 1.

Pour aller plus loin :

Logo AB : biologique/ Logo demeter : biodynamie/Logo Label Rouge : label rouge.

Page 12 :

Regarde bien ces situations et coche vrai ou faux pour chaque proposition :

1. Faux (un yaourt peut être mangé 2 à 3 semaines après la date de péremption s'il n'a pas été ouvert et s'il reste bien au frais).
2. Faux (les légumes moches sont aussi bons que les autres. La forme n'impacte en rien le goût ni les apports).
3. Vrai (beaucoup d'enseignes bradent les prix des produits avant de les jeter et nous pouvons les manger sans risque, mais rapidement).
4. Vrai (il est possible d'en congeler une partie pour la consommer plus tard, ou d'en donner à quelqu'un plutôt que de la jeter).
5. Vrai (de nombreuses recettes existent afin de cuisiner et manger du pain qui n'est plus frais).

Page 14 :

Dessine-les où tu veux et imagine d'autres éléments à dessiner.

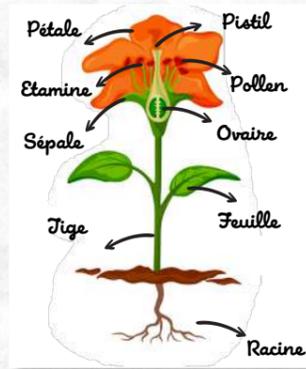
- Autres exemples possibles d'éléments à dessiner : des fleurs, une mare, un toboggan, un puit, des guirlandes, un banc, un framboisier, ...

Page 15 :

Remplace les parties de la fleur en les écrivant au bon endroit :

Résous ce rébus et découvre le nom d'une fleur que les insectes vont venir polliniser :

Une pâquerette.

**Page 16 :**

Dessine quelques insectes pollinisateurs sur ou autour des fleurs du plant de tomates.

Exemples : abeille, bourdon, syrphé, papillon...

Entoure en rouge l'ovaire de la fleur qui deviendra ensuite le fruit : la tomate

**Page 17 :**

À toi de jouer : remplace ces fruits sur leur arbre ou sur leur plant avec des flèches et écris leur nom sur leur étiquette.

- Le verger : pomme dans pommier, cerise dans cerisier, coing dans cognacier, noix dans noyer, poire dans poirier, figue dans figuier et prune dans prunier.
- Le jardin : fraise dans fraisier, framboise dans framboisier, raisin dans vigne, noisette dans noisetier, mûre dans roncier, groseille dans groseillier et melon sur plant de melon dans le potager.

Page 18 :

À toi de jouer, regarde ces 2 potagers et entoure au moins 7 différences :

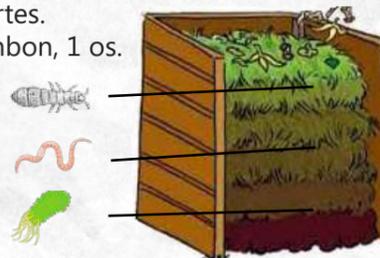
- Le potager contrôlé : il n'y a pas d'insecte volant, il n'y a pas de ver de terre, le jardinier arrose avec un tuyau d'arrosage, il n'y a pas de paillage entre les légumes, le spray chimique nourrit le sol, il n'y a pas d'oiseau, il n'y a pas de pelle.
- Le potager naturel : il y a des insectes volants, il y a des vers de terre, le jardinier arrose avec un arrosoir, il y a du paillage entre les légumes, le compost nourrit le sol, il y a un oiseau, il y a une pelle.

Page 20 :

Voici des déchets et le composteur, quels éléments doit-on y placer pour avoir un bon compost ? Dessine le bon smiley à côté des éléments proposés.

- Bien : 1 peau de banane, 1 sachet de thé, 1 trognon de pomme, des coquilles d'oeufs, des épluchures d'orange, 1 feuille d'essuie-tout, des feuilles mortes.
- Mauvais : 1 pot de yaourt, 1 journal, 1 canette, 1 papier de bonbon, 1 os.

Dessine-les ou relie-les au bon endroit dans le composteur :

**Page 21 :**

Remplace le bon animal à côté de la bonne description en écrivant son nom :

- Mes larves et moi... à pois noirs. Je suis : la coccinelle.
- Avec mes oisillons, ... ou d'un nichoir. Je suis : la mésange charbonnière.
- Je raffole des limaces... car je circule beaucoup. Je suis : le hérisson.
- Je peux manger la matière... de la famille des scorpions. Je suis : le perce-oreille.
- Je suis lent... une petite mare. Je suis : le crapaud commun.
- J'aime avoir des zones... encore les mouches. Je suis : le lézard des murailles.
- Je pollinise les fleurs, ... humains adorent. Je suis : l'abeille domestique.

Trucs et astuces pour aller plus loin

Partie alimentation durable :

- o Apports recommandés détaillés de la pyramide alimentaire pour les enfants : <https://www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/pyramide-alimentaire-suisse/>
- o Les modèles agricoles du futur :
L'agroécologie : <https://www.youtube.com/watch?v=Zn99oZlpIc4>
La permaculture : <https://www.youtube.com/watch?v=vTN6O-7pEXE>
La biodynamie : https://www.youtube.com/watch?v=JytzVJiz_xA
- o La production de viande, un système durable ? : <https://www.viande.info/>
- o Manger des insectes ?! Mais pourquoi ? C'est bon vous dites ? : <https://lacriqueterie.com/pourquoi-manger-insectes-comestibles>
- o Le végétal c'est génial : <https://vegan-pratique.fr/conseils-pratiques-vegan-pratique/tous-les-nutriments/>
- o Diminuer le gaspillage alimentaire : <http://toogoodtogo.fr>
- o Si vous voulez en savoir plus sur le gaspillage alimentaire, l'alimentation ou les modèles de productions agricoles, les sites de l'ADEME et de la DRAAF sont accessibles à tous, et contiennent des données chiffrées très parlantes.
<https://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/conso/alimentation>
<https://draaf.bourgogne-franche-comte.agriculture.gouv.fr/>

Partie jardinage pour tous :

- o Créer son potager ou ses jardinières de balcon : <https://www.gammvert.fr/conseils/conseils-de-jardinage/potager-au-balcon>
<https://www.lovethegarden.com/fr-fr/article/mon-premier-potager>
- o Activités jardinage avec la classe : www.jardinons-alecole.org
- o Projet de jardinage à l'école : <https://www.terre-des-sciences.fr/centre-de-ressources/jardins-decole/monter/#ancre1>

Bibliographie intéressante :

o Les traitements chimiques dans nos assiettes :

<https://advitae.net/articles-sante/1.Alimentation-et-Nutrition/Les-fruits-et-legumes-les-plus-contamines-et-les-plus-toxiques.477.htm>

<https://www.anisetoile.org/IMG/pdf/Livret-TAP-AlimentationDurable-versionweb.pdf>

<http://pedagogie-62-medias.ac-lille.fr/EDD/docs/5.4.7.brochure-quelle-alimentation-pour-demain-va-st-amand.pdf>

https://document.environnement.brussels/opac_css/elecfile/DOP_AlimEnClasse_FR.pdf

<https://www.wwf.ch/sites/default/files/doc-2020-05/2014-04-materiel-pedagogique-les-pommes-ne-poussent-pas-au-supermarche.pdf>

<https://www.maison-nature-boult.eu/animations-scolaires/alimentation-durable/>

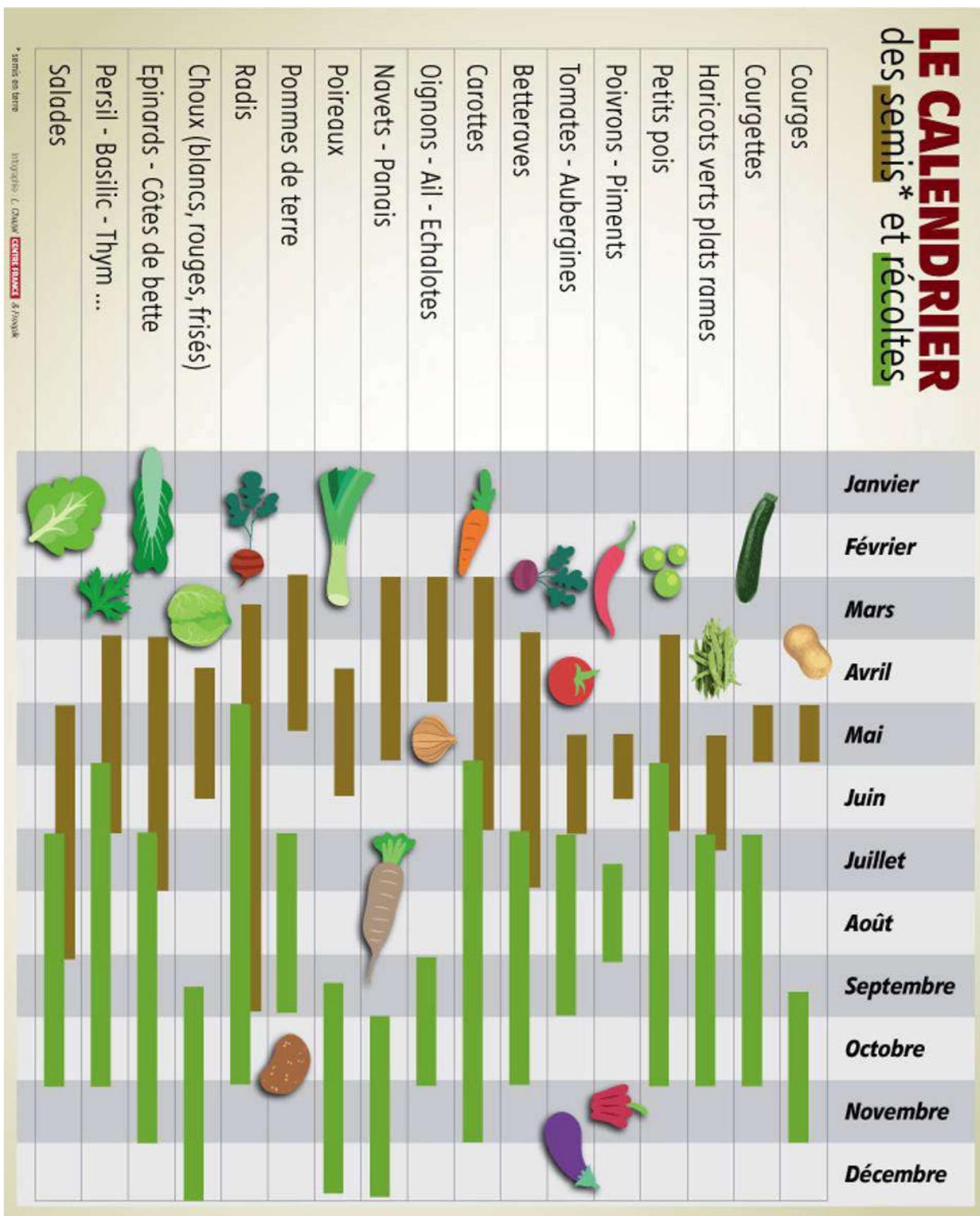
Mémo de la saisonnalité des fruits et légumes

Calendrier des fruits et légumes de saisons



Le calendrier du potager

LE CALENDRIER des semis* et récoltes



* semis en terre

Illustrations : C. Chazal © CANTIER FRANCE & PAYSAN