



## « L'assiette en couleurs » Cours jurassien d'éducation nutritionnelle



**TITRE :** L'assiette en couleurs **SOUS-TITRE :** Cours jurassien d'éducation nutritionnelle **AUTEUR(S) :** A. Farine, C. Berthold, Ch. Amstutz, A. Aubry, A. Bélet **EXPERTS :** Aucune référence **EDITEUR ET LIEU :** République et canton du Jura  
**EDITION :** 1<sup>ère</sup> édition, 2006 **ISBN :** – **FOURNISSEUR :** Economat Cantonal / 032 420 50 33 / [secret@jura.ch](mailto:secret@jura.ch)  
**DEGRE SCOLAIRE :** Degré 7 **THEMES :** Les pyramides de l'alimentation et de l'activité physique / les groupes d'aliments, leur rôle et les recommandations de consommation

**TYPE DE MATÉRIEL SCOLAIRE / SUPPORT PÉDAGOGIQUE / PRIX\* :**  
\*Prix indicatif

- > Cahier de l'élève, 31 pages, A4, couleur,
- > 14 affiches A3 en couleur
- > 6 affichettes 42/15 cm
- > Prix : Cahier de l'élève CHF 3.–  
Lot d'affiches CHF 50.–



## « L'assiette en couleurs » Commentaire

Le matériel de « L'assiette en couleurs » a été créé pour l'enseignement des principes d'une alimentation équilibrée, dans le cadre du programme d'économie familiale du canton du Jura. Il consiste en un cahier pour l'élève et une série d'affiches, à utiliser en classe, qui reprennent toutes les illustrations du cahier de l'élève. Ces supports sont destinés à être utilisés par des enseignants en économie familiale dans le cadre d'un programme dont les objectifs et l'organisation sont définis. Ils n'ont donc pas la prétention de former un outil pédagogique complet qui donnerait les moyens à n'importe quel enseignant de mettre en place un cours d'éducation alimentaire. L'assiette en couleurs présente les pyramides de l'activité physique et de l'alimentation et passe en revue tous les groupes d'aliments en précisant leur rôle et les recommandations de consommation.

### Méthodologie/didactique :

Le cahier de l'élève est une base de référence théorique, bien structurée, claire et d'un niveau de complexité tout à fait adapté au degré scolaire. Il présente les notions essentielles de l'équilibre alimentaire. Ce n'est par contre pas un ouvrage complet et un développement des sujets par l'enseignant est donc nécessaire. Mis à part sa structure et le choix des thèmes, ce document ne propose pas à l'enseignant d'aide pour la mise en place de son enseignement. On n'y trouve ni cadre didactique, ni idées d'activités, ni exercices, ni informations détaillées. Il laisse par contre une grande liberté à l'enseignant.

**Point fort :** Clair, synthétique, complexité adaptée au degré scolaire

**Point faible :** Apporte peu de soutien à l'enseignant.

### Contenu :

L'assiette en couleurs aborde les thèmes de la relation entre alimentation et santé et de l'équilibre énergétique. Il évoque un peu l'aspect écologique, le plaisir et les signaux corporels, mais n'aborde pas l'aspect social, culturel ou émotionnel de l'alimentation. Ce document présente l'alimentation équilibrée en tenant compte de tous les groupes d'aliments sans exception et en mettant plus l'accent sur les aliments que sur les nutriments. Les informations sont pour l'essentiel scientifiquement correctes mais étant très résumées, elles nécessitent d'être complétées par l'enseignant. Aucune référence scientifique n'est mentionnée.

**Point fort :** L'équilibre alimentaire est présenté de façon simple et correcte.

**Point faible :** Seul l'aspect nutritionnel de l'alimentation est thématiqué.

### Forme :

Le matériel est tout à fait fonctionnel, cohérent et adapté à l'utilisation en classe. Le graphisme correspond plutôt bien au public cible. On note toutefois que si le design est accrocheur, il est un peu superficiel. Une grande importance est accordée aux personnages au détriment du contenu. Les illustrations ne reflètent pas toujours le contenu et certaines manquent de lisibilité.

**Point fort :** Ensemble fonctionnel et plutôt accrocheur.

**Point faible :** Les illustrations soutiennent peu le texte.

### Conclusion :

L'assiette en couleurs est un support adéquat pour la découverte de l'équilibre nutritionnel et tout à fait adapté au niveau des élèves de 7<sup>ème</sup> année. Mais l'enseignant doit maîtriser le sujet et concevoir lui-même son enseignement.

### > Evaluation détaillée :

Voir la grille de critères annexée



## « L'assiette en couleurs »

Evaluation par critères

### 1 Brève description quant à la forme

1.1 Publication	1.3 Type de matériel scolaire / support pédagogique
<p><b>Titre :</b> « L'assiette en couleurs »</p> <p><b>Sous-titre :</b> Cours jurassien d'éducation nutritionnelle</p> <p><b>Auteur(s) :</b> A. Farine, C. Berthold, Ch. Amstutz, A. Aubry, A. Bélet</p> <p><b>Experts :</b> Aucune référence</p> <p><b>Editeur et lieu :</b> République et canton du Jura</p> <p><b>Edition :</b> 1<sup>ère</sup> édition, 2006</p> <p><b>ISBN / Prix* :</b> – / CHF 3.– (cahier d'élève) CHF 50.– (lot d'affiches)</p> <p><b>Fournisseur :</b> Economat Cantonal tél. 032 420 50 33 e-mail <a href="mailto:secr.ect@jura.ch">secr.ect@jura.ch</a></p> <p><b>Degré scolaire :</b> Degré 7</p> <p>*Prix indicatif</p>	<p>&gt; Cahier de l'élève, 31 pages, A4, couleur</p> <p>&gt; 14 affiches A3 en couleur</p> <p>&gt; 6 affichettes 42/15 cm</p>
1.2 Thèmes / spécificité	1.4 Particularité
<p>&gt; Les pyramides de l'alimentation et de l'activité physique</p> <p>&gt; Les groupes d'aliments, leur rôle et les recommandations de consommation</p>	<p><input type="checkbox"/> Fait partie d'un programme de promotion de la santé (mouvement, toxicomanie, consommation)</p> <p><input type="checkbox"/> Fait partie d'une série visant différents âges</p> <p><input type="checkbox"/> Utilisation interdisciplinaire et polyvalente possible</p> <p><input type="checkbox"/> Renseignements au sujet de supports complémentaires</p> <p><input type="checkbox"/> Bibliographie, références et sources</p> <p><input type="checkbox"/> Adresses/services spécialisés</p> <p>Autre :</p>
1.5 Remarques	
<p>Ce matériel est conçu pour être utilisé dans le cadre des cours d'économie familiale.</p>	



## « L'assiette en couleurs »

### Evaluation par critères

## 2 Méthodologie – didactique

Indicateurs	Points	Remarques
2.1 Les objectifs sont formulés. Les compétences pouvant être acquises sont clairement définies (connaissances et aptitudes/capacités).	3 0	Aucun but ou objectif n'est formulé.
2.2 Le contenu est adapté au vécu des enfants et des jeunes, leur expérience et leurs intérêts sont pris en compte.	3 1	Partiellement adapté à l'univers des élèves. Vécu et expérience ne sont pas pris en compte.
2.3 Des expériences concrètes sont proposées, les activités sont réalisables.	3 0	Non
2.4 Les supports sont variés, permettent diverses approches et divers types d'enseignement.	3 1	Non, mais espaces libres laissés à la liberté de l'enseignant.
2.5 Les supports sont adaptés aux degrés scolaires et structurés de manière claire et appropriée.	3 3	Niveau de difficulté parfaitement adapté.
2.6 Le matériel encourage le travail et l'apprentissage spontané et autonome.	3 0	Non
2.7 Le matériel permet une extension des moyens d'enseignement et d'apprentissage (par ex. atelier, plan hebdomadaire) et diverses formes de travail (individuel, en groupe).	3 0	Rien n'est suggéré.
2.8 L'outil pédagogique est modulable. Une adaptation à des besoins particuliers est possible.	3 1	Peut être utilisé partiellement.
2.9 Le matériel fournit des informations aux enseignants, spécifiques au thème, en rapport étroit avec le matériel destiné aux enfants et compréhensibles également par des non spécialistes de la nutrition.	3 0	Aucune information pour l'enseignant. Ce dernier doit maîtriser le sujet.
2.10 Les indications destinées aux enseignants facilitent la conception, la planification et le déroulement de l'enseignement, elles constituent une aide véritable.	3 1	Présente les thèmes à développer, mais n'est pas un guide pédagogique.



## « L'assiette en couleurs »

### Evaluation par critères

### 3 Contenu scientifique (alimentation)

Indicateurs	Points	Remarques	
<b>3.1 Différents aspects abordés (globalité)</b>			
> Aspect santé (relation entre alimentation, santé et mouvement)	3	3	Oui
> Aspects biologiques (par ex. aspect sensoriel, connaissance de la denrée)	1	1	Oui
> Aspects sociaux (par ex. partager un repas)	1	0	
> Aspects socioculturels (par ex. les traditions)	1	0	
> Aspects psycho-émotionnels (par ex. les mets préférés)	1	0	
> Aspects hédonistes (par ex. le plaisir, la joie de manger)	1	1	Non thématiqué, mais implicite.
> Aspects écologiques (par ex. culture, saison, transport)	1	0.5	Seule une référence y est faite.
> Aspect corporel (signaux corporels)	1	0.5	Seule une référence y est faite.
<b>3.2 Transmission du contenu scientifique</b>			
> Définition actuelle de la santé et du bien-être (par ex. la genèse Saluto)	2	0	Pas de définition de la santé.
> L'alimentation saine et équilibrée est globalement mise au premier plan. Elle est présentée de façon pratique (par ex. en mettant l'accent sur les aliments plutôt que sur les nutriments).	3	3	Oui
> Prise en compte de tous les groupes d'aliments, sans exclusion.	3	3	Oui
> Aucun groupe d'aliments en particulier n'est présenté comme globalement bon / sain, ou mauvais / malsain voire interdit.	3	3	Oui
> Les formulations/les données chiffrées ne simulent aucune fausse assurance/exactitude.	1	1	Oui
> Les informations sont actuelles, scientifiquement correctes et ne sortent pas du contexte.	3	2	Oui, mis à part quelques conseils scientifiquement douteux, voir incorrects.
> Les informations sont complètes.	3	2	Doivent être en partie complétées par l'enseignant.
> Les références scientifiques sont mentionnées.	2	0	Non



## « L'assiette en couleurs »

### Evaluation par critères

#### 4 **Forme**

Indicateurs	Points		Remarques
<b>4.1 Fonctionnalité</b>			
> Cohérence du contenu et du support pédagogique	4	4	Oui
> Adéquation entre la présentation visuelle et la complexité du contenu	3	3	Oui
> Matériel techniquement adapté à l'utilisation	3	3	Oui
<b>4.2 Concept créatif</b>			
> Le concept créatif est aménagé en tenant compte des degrés et des groupes cibles	3	3	Oui
> Le concept de base est clair	2	1	Partiellement
> Le design est fonctionnel et correspond aux conventions actuelles (par ex. les informations au sujet des marques).	2	2	Oui
> Unité graphique	2	1	Oui, sauf pour la couverture.
<b>4.3 Réalisation visuelle</b>			
> Adéquation du contenu et du style	3	2	Accrocheur mais un peu superficiel. Beaucoup d'importance accordée aux personnages au détriment du thème principal.
> Le style et la réalisation visuelle sont adaptés aux degrés et aux groupes-cibles	4	3	Partiellement
> Utilisation des illustrations / graphiques / tableaux en adéquation avec le sujet («infotainment»)	2	1	Les illustrations manquent parfois de lisibilité et n'améliorent pas la compréhension du message.
> Le layout (typographie, intégration image / texte) facilite la lecture en général	2	1	Images parfois mal intégrées dans les pages de texte.