

Atelier 1 : l'Origine végétale des aliments – Du blé au pain



6-20 ans en IME
6-11 ans en périscolaire



Budget : économique



Durée de l'atelier : 1H30



Nombre de participants : 10 à 12

Objectifs :

- Connaître l'origine de la farine.
- Connaître les étapes de la fabrication du pain.

Travail en amont :

- L'animateur devra imprimer en fonction du nombre d'enfants participant : des photos de blé mûr et des photos de blé non mûr.
- Disposer 2 à 3 tables pour l'installation des enfants.
- Prévoir un rétroprojecteur et un écran pour le visionnage de la vidéo.
- Chercher un support vidéo, nous conseillons le dvd suivant : « C'est bon – Saison 1 », une série de Jacques Rémy Girerd avec la voix de Jean-Pierre Coffe et la complicité d'Anne-Sophie Pic. Série produite par Folimage. **Chapitre dédié au pain.**
- S'assurer que le lieu dans lequel se déroulera le solo de clown et l'atelier pratique et sensoriel réunisse des conditions optimales tel que l'espace (à peu près 50 m²).

*Remarque : il est préférable que les ateliers se déroulent dans des lieux associés à des temps calmes afin que la concentration des enfants soit optimale. Nous déconseillons la salle de gymnase associée au défoulement. **Pour l'expression corporelle**, l'idéal est que celle-ci se déroule dans une salle dédiée à la psychomotricité.*

Poser le cadre :

Afin que les ateliers se passent dans le calme et que les enfants restent concentrés, nous vous conseillons de poser un cadre avant le début des ateliers :

- Rappeler aux enfants qu'il est nécessaire de lever le doigt avant de participer afin que chacun puisse être entendu.
- Bien écouter ses camarades et attendre que se soit l'adulte qui interroge.

Ne pas oublier :

Achats :	Matériel nécessaire :
<ul style="list-style-type: none">-Épis de blé : se trouvent chez un fleuriste.-Farine + Graines de blé-Pains (de seigle, de campagne, aux céréales) <p>Recette du pain :</p> <ul style="list-style-type: none">-500gr de farine-150 ml d'eau tiède-1 sachet de levure spéciale pain-5 gr de sel	<ul style="list-style-type: none">-20 assiettes+ 20 cuillères-Verres-Serviettes-Couteau + planche-Rallonge + rallonge bureau + multiprise-Loupes-Photos

Déroulé des ateliers :



1) 10 à 15 min de solo clownesque (ou autre approche artistique*) :



Chef Ratatouille introduit la thématique aux enfants. Il pose dans un cadre bienveillant les premières bases. Il explique de manière ludique et interactive le parcours de la fabrication du pain. Les enfants peuvent le rejoindre sur scène s'ils le souhaitent.

**L'animateur peut très bien introduire l'atelier avec une lecture, une chanson ou tout autre support qui lui semble adapté. L'essentiel étant qu'il se sente à l'aise avec ce support.*

2) 30 à 40 min d'atelier pratique et sensoriel :

Les enfants se transforment en véritables petits scientifiques, les cinq sens sont à l'honneur !.

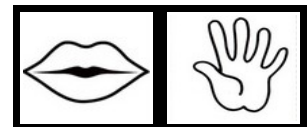


- L'atelier commence par une **courte vidéo**, des questions sont ensuite posées par l'animateur afin de s'assurer que chaque enfant a compris le contenu de celle-ci.
- Montrer aux enfants des **photos de blé** (mûr et non mûr).
- Leur demander lequel est mûr et donc utilisable pour la fabrication de la farine.
- Leur demander ensuite à l'aide de loupes d'observer de véritables **épis de blé**. Leur demander la différence entre les deux (blé mûr = jaune / blé pas mûr = vert).



- Le parcours du blé est presque terminé ! Il ne reste plus qu'à observer de véritables **grains de blé**. Écouter le bruit qu'ils font quand on secoue le récipient et pour les plus gourmands, pourquoi ne pas les goûter ?

- Dernière étape : **la farine**, les enfants l'observent, la touchent et peuvent également la goûter.



Désormais : place aux boulangers, c'est le moment de mettre la main à la pâte !



- **Malaxer de la pâte à pain** : (résultat du mélange de la farine, de l'eau, du sel et de la levure). Les enfants peuvent décorer leurs pains comme ils le souhaitent à l'aide de couverts en plastique. L'idéal est d'aller faire cuire les pains dès la fin du pétrissage afin que les enfants voient leurs pains et puissent le goûter à la toute fin de l'atelier.

- **Goûter** les différentes sortes de pains :

1. De seigle
2. De campagne
3. Aux céréales



Écouter le bruit des céréales qui craquent dans la bouche, déguster le pain les yeux fermés, bien prendre le temps de le déguster. Terminer par demander aux enfants lequel ils ont préféré.

3) 30 min d'expression corporelle :

Il s'agit de reprendre avec les enfants ce qu'ils viennent de voir en atelier par le corps.



En cercle : Tous les enfants se tiennent par la main. Fermer les yeux et se concentrer sur sa respiration. Exercices de relaxation.

Mimer :

- Blé qui pousse : en boule sur pied, grandir tout doucement. Leur demander grâce à quoi le blé pousse (soleil=content, pas de soleil=visage pas content, pluie=content), jusqu'à être très grand sur la pointe des pieds, bras levés.
- Épis de blé : les faire se regrouper par 3-4 pour faire les épis de blé qui bougent au vent.
- Moissonneuse : on conduit la moissonneuse jusqu'au moulin et on met les grains de blé dans la meule.
- Mimer le bruit du blé qui s'écrase sous la meule à l'aide des pieds + bruit avec la bouche.
- Mimer quand on prend la farine dans les mains, la laisser glisser entre les doigts.
- Mimer une baguette, un pain rond, un pain de mie.

Fin : En cercle, les yeux fermés, on se concentre à nouveau sur sa respiration. Faire un pas en arrière + rouvrir les yeux.



Contact :

Compagnie La Prima Porta
compagnielaprimaporta@gmail.com
www.laprimaporta.com