

FICHE PÉDAGOGIQUE

Éducation civique et morale • Classe de Cours Moyen 2

Hygiène des aliments

1. IDENTIFICATION DE LA LEÇON

Discipline	Éducation civique et morale
Rubrique	Éducation civique et morale
Niveau	Cours Moyen 2
Durée	45 minutes
Compétence de base 5	Identifier et respecter les règles d'hygiène de base en les appliquant au quotidien pour maintenir un environnement sain
Objectif du programme	Mettre en pratique les règles élémentaires d'hygiène corporelle et alimentaire
Titre de la leçon	Hygiène des aliments

2. OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

À la fin de la séance, l'élève de Cours Moyen 2 doit être capable de :

- Lire l'étiquette d'un aliment emballé (nom, ingrédients, fabricant, conservation, date) et décider, à partir de la date du jour, si l'aliment peut être consommé.
- Reconnaître un aliment ou un emballage dangereux (date dépassée, boîte gonflée ou rouillée, emballage déchiré, moisissure, odeur anormale) et refuser de le consommer.
- Citer les principaux signes d'une intoxication alimentaire et indiquer la conduite à tenir : prévenir un adulte et aller vite au centre de santé, sans médicament au hasard.
- Appliquer les cinq règles des aliments sûrs pour analyser une situation de la vie courante et proposer des conseils adaptés.

3. INDICATEURS D'ÉVALUATION

Objectif	L'objectif est atteint si l'élève...	Seuil de réussite
1. Lire une étiquette	lit la date de chaque étiquette et décide juste si l'aliment peut être mangé (exercice 1)	3 décisions sur 4
2. Reconnaître un aliment dangereux	répond juste aux affirmations sur les aliments abîmés et l'intoxication (exercice 3)	5 réponses sur 6
3. Réagir à une intoxication	cite trois signes d'intoxication et la bonne conduite à tenir (exercice 4, partie b)	3 signes et 1 conduite juste
4. Appliquer les cinq règles	associe chaque situation à la règle des aliments sûrs qu'elle respecte ou qu'elle oublie (exercice 2)	4 associations sur 5

4. MATÉRIELS ET TECHNIQUES D'ANIMATION

Matériels / Supports	Techniques d'animation
<ul style="list-style-type: none"> • Emballages vides et propres apportés par les élèves ou l'enseignant(e) : pot de yaourt, sachet de lait, boîte de sardines, paquet de biscuits ; à défaut, les 4 étiquettes de l'Annexe A recopiées sur carton • Une boîte de conserve cabossée ou un dessin de boîte gonflée pour la démonstration (ne jamais l'ouvrir) • Affiche « Les cinq règles des aliments sûrs » préparée sur une grande feuille (une main, une règle par doigt) • Étude de cas « Le repas de baptême » (Annexe B), une copie par groupe ou lue par l'enseignant(e) • Un calendrier ou la date du jour écrite en grand au tableau • Ardoises, craies de couleur, cahiers, fiche élève (une par élève) 	<ul style="list-style-type: none"> • Procédé La Martinière pour vérifier les acquis de la leçon précédente et du CM1 • Observation dirigée des étiquettes réelles en groupes de 4 • Étude de cas à partir du repas de baptême de Siguiri • Questionnement et débat dirigé pour dégager les cinq règles • Jeu de rôle au réinvestissement : conseiller une vendeuse ou un membre de la famille • Travail individuel pour l'évaluation

5. DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

Durée totale : 45 minutes. 45 min (5 + 7 + 15 + 10 + 8). Ne jamais faire goûter ni ouvrir un aliment douteux en classe : les emballages sont vides et propres. Aucun conseil de traitement : face à une intoxication, la seule conduite enseignée est de prévenir un adulte et d'aller au centre de santé. Ne pas stigmatiser les familles ou les vendeuses : on analyse des gestes, pas des personnes.

Étapes	Activités de l'enseignant(e)	Activités des élèves / réponses attendues
1 Vérification des prérequis 5 min Collectif • oral • ardoises	Rappel de la leçon 18 et des acquis du CM1 (chaîne de l'eau potable, conservation sans réfrigérateur). Questions au procédé La Martinière : <ul style="list-style-type: none"> • « Qu'est-ce qu'une épidémie ? » • « Écris deux gestes barrières. » • « Cite deux maillons de la chaîne de l'eau potable. » • « Comment conserve-t-on le poisson sans réfrigérateur ? » Observe les ardoises et note les élèves qui hésitent.	Répondent à l'oral puis sur l'ardoise : <ul style="list-style-type: none"> • Une épidémie : une maladie qui touche beaucoup de personnes d'une région en peu de temps. • Se laver les mains au savon, tousser dans le pli du coude, ne pas cracher par terre. • Le puits ou le forage protégé, le bidon fermé, la jarre couverte, la louche propre. • « Le poisson fumé ou séché, le gombo séché au soleil. » Erreur possible : confondre eau claire et eau potable ; l'enseignant(e) rappelle que les microbes sont invisibles.

Étapes	Activités de l'enseignant(e)	Activités des élèves / réponses attendues
2 Mise en situation 7 min Collectif • étude de cas • hypothèses	<p>Lit la partie 1 de l'étude de cas « Le repas de baptême » (Annexe B).</p> <p>Questions de compréhension :</p> <ul style="list-style-type: none"> • « Combien d'invités sont malades ? Quels sont leurs signes ? » • « Qu'ont-ils tous mangé ? » • « Comment le repas a-t-il été préparé et gardé ? » <p>Problème posé : « Pourquoi tant d'invités sont-ils malades en même temps ? Comment choisir, préparer et garder les aliments pour ne pas tomber malade ? »</p> <p>Note les hypothèses au tableau sans les corriger.</p>	<p>Écoutent et répondent : « Une vingtaine d'invités sont malades. » « Ils ont mal au ventre, ils vomissent, ils ont la diarrhée. » « Ils ont tous mangé le riz au poisson du midi. »</p> <p>Proposent des hypothèses :</p> <ul style="list-style-type: none"> • « Le plat est resté au soleil tout l'après-midi. » • « Le poisson n'était pas assez cuit. » • « Le lait caillé était trop vieux. » • Hypothèse fausse possible : « Ils ont trop mangé. »
3 Apport notionnel 15 min Groupes de 4 • collectif • affiche	<p>a) Lire une étiquette (4 min)</p> <p>Distribue un emballage ou une étiquette de l'Annexe A par groupe : « Trouvez le nom, les ingrédients, le poids, le fabricant, la manière de conserver et la date. » Écrit la date du jour au tableau. Explique la différence : « À consommer jusqu'au » = date limite de consommation, on ne mange plus après ; « À consommer de préférence avant » = date de qualité.</p> <p>b) Repérer un aliment abîmé (3 min)</p> <p>Montre la boîte cabossée ou le dessin de la boîte gonflée : « On ne mange jamais son contenu. » Fait citer les autres signaux : emballage déchiré, moisissure, odeur bizarre, étiquette effacée. Précise : « Les arachides moisies sont dangereuses. Au moindre doute, on ne goûte pas. »</p> <p>c) L'intoxication alimentaire (3 min)</p> <p>Définit l'intoxication alimentaire et la déshydratation. Insiste : « On ne prend aucun médicament au hasard : on prévient un adulte et on va vite au centre de santé. »</p> <p>d) Les cinq règles (5 min)</p> <p>Relit la partie 2 de l'étude de cas ; pour chaque erreur, demande : « Quelle règle a été oubliée ? » Complète l'affiche de la main aux cinq règles.</p> <p>Revient aux hypothèses, fait formuler la règle puis copier la trace écrite.</p>	<p>En groupes, trouvent sur les emballages : le nom, les ingrédients, le poids, le fabricant, la conservation, la date.</p> <p>Comparent les dates à la date du jour : le yaourt périmé ne se mange pas ; les biscuits « de préférence avant » ont perdu de leur qualité : on demande à un adulte.</p> <p>Nomment les dangers : boîte gonflée, rouillée ou très cabossée ; sachet déchiré ; moisissure ; odeur ou couleur anormale.</p> <p>Citent les signes : maux de ventre, vomissements, diarrhée, parfois fièvre ; la conduite : prévenir un adulte, aller vite au centre de santé.</p> <p>Retrouvent dans le cas les règles oubliées : plat laissé au soleil (règle 4), poisson cru posé sur le plat cuit (règle 2), poisson mal cuit (règle 3), mains non lavées (règle 1), lait caillé de la veille et eau du marigot (règle 5).</p> <p>Rejettent « trop mangé » : ce sont les microbes du plat qui rendent malade.</p>

Étapes	Activités de l'enseignant(e)	Activités des élèves / réponses attendues
4 Évaluation des acquis 10 min Individuel • fiche élève	Écrit au tableau : « Nous sommes le 15 mars. » Fait faire les exercices 1, 2 et 3 de la fiche élève. Circule, aide à lire les étiquettes, relève les erreurs fréquentes : confusion entre les deux mentions de date, idée qu'une bonne cuisson rend sûre une boîte gonflée, idée qu'on peut se soigner seul. Correction collective avec l'affiche des cinq règles ; chaque élève compte ses réponses justes. Analyse réflexive : les seuils sont-ils atteints ? Les élèves lisent-ils correctement les dates ? Quelle règle est la plus oubliée ? Quels élèves prendre en remédiation ?	Font les exercices 1, 2 et 3 seuls. Corrigent et justifient : « Le 10 mars est passé : le lait ne se boit plus. » « Le poisson cru sur le riz cuit oublie la règle 2. » Comptent leurs réponses justes et les comparent aux seuils : 3 sur 4, 4 sur 5, 5 sur 6.
5 Réinvestissement / Intégration 8 min Binômes puis individuel	Jeu de rôle : « Ta tante prépare le repas de la fête de fin d'année de l'école. Elle pose le poisson cru à côté du riz cuit et laisse les plats découverts au soleil. Que lui conseilles-tu, poliment ? » Deux binômes jouent la scène ; la classe vérifie que chaque conseil correspond à une règle. Fait faire l'exercice 4 de la fiche élève. Joue le rôle de facilitateur : valorise les conseils réalistes dans une maison sans réfrigérateur et le respect envers l'adulte.	Jouent la scène : « Tante, ne pose pas le poisson cru sur le plat de riz. » « Couvre les plats et garde-les à l'ombre. » « Sers avec la louche propre. » « Réchauffe bien la sauce avant de la servir. » Répondent seuls à l'exercice 4 : quatre conseils justes et la conduite à tenir : prévenir un adulte, aller au centre de santé.

6. ANNEXE A – QUATRE ÉTIQUETTES À REPRODUIRE (DATE DU JOUR : 15 MARS)

Recopier chaque étiquette sur un carton ; les élèves les comparent à la date du jour, le 15 mars.

- **Étiquette 1 – Yaourt nature** : ingrédients : lait, ferments lactiques. Poids : 125 grammes. À conserver au frais. **À consommer jusqu'au 10 mars.** → Date dépassée : **on ne le mange pas.**
- **Étiquette 2 – Lait frais en sachet** : à conserver au frais, à boire dans la journée après ouverture. **À consommer jusqu'au 17 mars.** → Encore bon si le sachet est intact et bien conservé.
- **Étiquette 3 – Biscuits secs** : ingrédients : farine de blé, sucre, huile. À conserver dans un endroit sec. **À consommer de préférence avant le 30 juin.** → Bon.
- **Étiquette 4 – Sardines à l'huile en boîte** : à conserver à l'abri de la chaleur. **À consommer de préférence avant décembre de l'année prochaine.** Mais la boîte est **gonflée** → **danger : on ne la mange pas, même si la date n'est pas passée.**

Rappel : toutes les étiquettes indiquent aussi le nom et l'adresse du fabricant ; on vérifie qu'elles sont lisibles.

7. ANNEXE B – ÉTUDE DE CAS « LE REPAS DE BAPTÊME »

Partie 1 – Récit (mise en situation)

À Siguiri, la famille de Néné fête un baptême. Le matin, la cuisinière prépare un grand plat de riz au poisson et du lait caillé. Le soir, une vingtaine d'invités ont mal au ventre, vomissent et ont la diarrhée. Ils ont tous mangé le riz au poisson du midi. Les parents les conduisent au centre de santé, où ils sont soignés.

Partie 2 – L'enquête (apport notionnel)

Les agents de santé interrogent la famille. Ils découvrent que :

- la cuisinière n'a pas lavé ses mains au savon avant de cuisiner (**règle 1 : propreté**) ;
- elle a posé le poisson cru sur le couvercle du plat de riz déjà cuit (**règle 2 : séparer cru et cuit**) ;
- les gros morceaux de poisson étaient encore crus au milieu (**règle 3 : bien cuire**) ;
- le plat est resté découvert au soleil de midi jusqu'au soir (**règle 4 : ne pas laisser à la chaleur ; couvrir et bien réchauffer**) ;
- le lait caillé datait de la veille et la vaisselle a été rincée à l'eau du marigot (**règle 5 : eau potable et produits frais**).

Conclusion à faire dire aux élèves : **ce n'est pas la quantité mangée qui a rendu les invités malades, ce sont les microbes du repas.** Pour la prochaine fête, la famille applique les cinq règles.

8. TRACE ÉCRITE

★ JE RETIENS

Pour manger sans danger, je lis l'étiquette et j'applique les cinq règles des aliments sûrs.

L'étiquette donne le nom, les ingrédients, le poids, le fabricant, la manière de conserver et la date.

- « **À consommer jusqu'au** » : c'est la date limite de consommation. Après ce jour, je ne mange plus l'aliment.
- « **À consommer de préférence avant** » : après cette date, l'aliment perd de sa qualité ; je demande l'avis d'un adulte.

Je refuse une boîte de conserve gonflée, rouillée ou très cabossée, un emballage déchiré, un aliment moisi ou qui a une odeur bizarre.

L'intoxication alimentaire est une maladie causée par un aliment ou une boisson contenant des microbes ou des produits dangereux. Signes : maux de ventre, vomissements, diarrhée, parfois fièvre. Je préviens un adulte et je vais vite au centre de santé.

Les cinq règles :

- 1. rester propre ;
- 2. séparer le cru et le cuit ;
- 3. bien cuire ;
- 4. ne pas laisser un plat cuit à la chaleur, bien réchauffer les restes ;
- 5. utiliser une eau potable et des produits frais.

9. CORRIGÉS DE LA FICHE ÉLÈVE

Exercice	Réponses attendues	Seuil
1 Lis chaque étiquette et réponds par oui ou non.	<ul style="list-style-type: none"> • a. non (date dépassée) • b. oui • c. non (boîte gonflée, même si la date n'est pas passée) • d. oui 	3 / 4
2 Écris le numéro de la règle respectée ou oubliée.	<ul style="list-style-type: none"> • a. 1 • b. 2 • c. 3 • d. 4 • e. 5 	4 / 5

Exercice	Réponses attendues	Seuil
3 Écris V si la phrase est vraie, F si elle est fausse.	<ul style="list-style-type: none"> • a. V • b. F • c. V • d. F (on va au centre de santé, sans médicament au hasard) • e. V • f. V 	5 / 6
4 Lis la situation et réponds.	<p>a) Quatre conseils justes parmi : se laver les mains au savon ; séparer la viande crue des brochettes cuites ; bien cuire la viande jusqu'au cœur ; couvrir le jus et le garder à l'ombre, ne pas le laisser des heures à la chaleur ; laver les gobelets à l'eau potable ; préparer le jus avec une eau potable.</p> <p>b) Signes : maux de ventre, vomissements, diarrhée, parfois fièvre. Conduite : prévenir un adulte et aller vite au centre de santé, sans prendre de médicament au hasard.</p>	4 conseils + 3 signes et 1 conduite

10. PÉDAGOGIE DIFFÉRENCIÉE

Élèves en difficulté	Élèves en réussite	Gestion des rythmes
<ul style="list-style-type: none"> • Laisser l'affiche des cinq règles et la date du jour au tableau pendant les exercices • Exercice 1 : faire entourer d'abord la date sur chaque étiquette, puis comparer avec la date du jour • Exercice 2 : associer chaque règle à un petit dessin (main, couteau séparé, marmite, soleil barré, goutte d'eau) • Placer l'élève avec un tuteur pendant la lecture des emballages • Remédiation le lendemain (10 min, petit groupe) : trier de vrais emballages en « je mange » et « je refuse », en justifiant 	<ul style="list-style-type: none"> • Expliquer à la classe la différence entre « à consommer jusqu'au » et « à consommer de préférence avant » • Rédiger une affiche de conseils pour les vendeuses de la cantine de l'école • Chercher à la maison une étiquette et présenter toutes ses informations à la classe 	<ul style="list-style-type: none"> • L'élève qui a fini dessine la main des cinq règles dans son cahier • Il ou elle aide un camarade à lire une étiquette, sans donner la réponse • Défi bonus : inventer une situation où trois règles sont oubliées et la faire corriger par le voisin

11. PROLONGEMENTS

- **Séance suivante** : L'entretien de son environnement immédiat (leçon CM2_ECM_20) : l'assainissement collectif (latrines, eaux usées, caniveaux), la gestion durable de l'eau et l'artisanat de récupération.
- **Lien avec les mathématiques** : lire et comparer des dates, calculer le nombre de jours avant la date limite d'un produit.
- **Vie de l'école** : avec le directeur, présenter les cinq règles aux vendeuses de la cour et à la cantine, avec respect.
- **À la maison** : avec un parent, vérifier les dates et l'état des emballages des aliments de la famille et appliquer les cinq règles pendant une semaine.

12. ANALYSE POST-SÉANCE (À REMPLIR PAR L'ENSEIGNANT)

Point d'analyse	Prévu	Réalisé	Écart et décision
Respect du temps	45 min		
Objectif 1	80 % des élèves		
Objectif 2	80 % des élèves		
Objectif 3	80 % des élèves		
Objectif 4	80 % des élèves		
Élèves à remédier	—		
Participation, intérêt	Tous actifs		

Questions à se poser : Mes élèves ont-ils appris ? Les objectifs sont-ils atteints ou en voie de l'être ? Que dois-je reprendre à la prochaine séance ?

Références : INRAP, Programme du premier cycle du fondamental (Éducation civique et morale, Compétence de base 5) ; document « Structure d'une fiche pédagogique ».

FICHE ÉLÈVE – Hygiène des aliments

Prénom et nom : Date :

Exercice 1 Lis chaque étiquette et réponds par oui ou non.

Nous sommes le 15 mars.

- a. Pot de yaourt : « à consommer jusqu'au 10 mars ». Je le mange ?
- b. Sachet de lait intact : « à consommer jusqu'au 20 mars ». Je le bois ?
- c. Boîte de sardines gonflée : « à consommer de préférence avant décembre ». Je la mange ?
- d. Paquet de biscuits intact : « à consommer de préférence avant le 30 juin ». Je le mange ?

Exercice 2 Écris le numéro de la règle respectée ou oubliée.

Règles : 1. propreté • 2. séparer cru et cuit • 3. bien cuire • 4. ne pas laisser à la chaleur • 5.

eau potable et produits frais

- a. Thierno lave ses mains au savon avant de préparer la salade : règle
- b. Hawa pose le poisson cru sur le plat de riz cuit : règle oubliée
- c. Le papa de Koffi fait cuire le poulet jusqu'à ce qu'il ne soit plus rose au milieu : règle
- d. Une sauce reste découverte au soleil tout l'après-midi : règle oubliée
- e. Marie lave les mangues à l'eau potable : règle

Exercice 3 Écris V si la phrase est vraie, F si elle est fausse.

- a. Après la date « à consommer jusqu'au », l'aliment peut rendre malade.
- b. Une boîte de conserve gonflée devient sûre si on la fait bien cuire.
- c. Les arachides moisies sont dangereuses.
- d. Après une intoxication, on peut prendre n'importe quel médicament de la maison.
- e. Plusieurs personnes qui ont mangé le même plat peuvent tomber malades en même temps.
- f. La déshydratation, c'est quand le corps perd beaucoup d'eau.

Exercice 4 Lis la situation et réponds.

Pour la fête de fin d'année de l'école de Kissidougou, la tante de Yaya prépare des brochettes et du jus de bissap. Elle pose la viande crue à côté des brochettes cuites, laisse le jus découvert au soleil et rince les gobelets à l'eau du marigot.

- a) Écris quatre conseils pour que le repas soit sûr :

.....
.....
.....
.....

- b) Le soir, un invité a mal au ventre et vomit. Écris trois signes d'une intoxication alimentaire et ce qu'il faut faire :

.....
.....

Mon bilan : ☐ J'ai réussi ☐ J'ai encore besoin d'aide