

« Odorat »



Sensibilisé et autant que possible identifier les odeurs de notre environnement : aliments, maison, nature... Un sens souvent négligé malgré son importance.

Objectif :

- Décrire et reconnaître des odeurs familières.
- Décrire des odeurs inconnues.
- Prendre conscience de :
 - La force d'évocation d'un souvenir par l'odeur.
 - La difficulté à trouver les mots.
 - Les différences interindividuelles.

Séance :

Avant la séance établir la liste des familles d'odeurs : florales, fruitées, vertes, épicées, grillées, boisées.

A l'aide d'un olfactorium on va faire sentir des « touches olfactives » les unes après les autres en respectant le déroulement suivant :

- « Faire le blanc » c'est-à-dire faire sentir la peau.
- Secouer la touche olfactive pour permettre l'évaporation de l'alcool.
- Fermer les yeux.
- Faire passer la touche olfactive sous le nez.

Laisser les enfants réfléchir, associer l'odeur à un lieu, un moment... et laisser du temps entre les odeurs.

Matériel :

- Odeurs florales : rose, lavande, muguet, lilas...
- Odeurs fruitées : orange, fraise, citron, banane...
- Odeurs vertes : gazon coupé...
- Odeurs épicées : cannelle, poivre, girofle...
- Odeurs boisées : chêne, pin...
- Touches olfactives.

On peut remplacer les odeurs par des huiles essentielles (attention odeur plus forte) et les touches olfactives pas (ce n'est pas par) du coton dans des petites boîtes.

ATELIERS SENSORIELS

LES 5 SENS



Le toucher



La vue



Le goût



L'odorat



L'ouïe



« Toucher et vue ».

Tout d'abord c'est la vue qui nous permet d'apprécier l'aspect des aliments, joue un rôle majeur dans l'appétence ou le rejet. Elle conditionne les autres perceptions gustatives et le comportement.

Le toucher est un sens « un peu » négligé dans la dégustation. Autrement dit, il passe souvent inaperçu.

Objectif :

Vue

- Prendre conscience de l'importance de la vue dans les choix alimentaires
- Préciser le vocabulaire afférent : couleur, forme, aspect état ...
- Montrer l'importance de l'influence de la couleur dans la perception gustative

Toucher

- Prendre conscience de l'importance du toucher.
- Définir les différentes perceptions liées au toucher.

Séance :

Vue : on choisit deux fruits un classique et un exotique et on laisse l'enfant décrire. On fait voir (à remplacer par on montre) un verre avec du sirop de menthe bio (pourquoi bio ?) et on discute autour de l'influence de la vue

Toucher : on fait découvrir des objets mystères dans des gants et on laisse les enfants utiliser le sens du toucher pour reconnaître les objets mystères.

Matériel :

- 10 Bananes et 10 fruits exotiques (kumquat, tamarin, fruits de la passion...)
- Un lot de 28 sacs ou chaussettes
- Dur : galet ou pierre
- Mou : pâte à modeler
- Moelleux : une éponge molle
- Lisse : un morceau de toile cirée ou ballon lisse
- Velouté : du velours non côtelé
- Râpeux : du papier de verre
- Granuleux : semoule



« Goût »

Cette séance aborde la distinction et la reconnaissance des 4 saveurs de base : sucré salé, amer et acide. Par ailleurs cette séance aborde également les différences individuelles de la perception du goût.

Objectif :

- Apprendre à se concentrer sur le sens du goût pour reconnaître les saveurs.
- Reconnaître les saveurs couramment nommées : sucrée, salée, acide et amère.
- Apprendre à verbaliser les sensations liées au goût-gustation, perçues lors de la dégustation d'un aliment.
- Montrer les différences de perceptions gustatives selon les individus.

Séance :

On fait goûter les 4 saveurs avec 4 aliments, les uns à la suite des autres et on lance la discussion à chaque fois sur la sensation en bouche, la sensation su(r) la langue, on fait « parler » l'enfant pour qu'il exprime avec ses mots les sensations.

Matériel :

- Sucré : sucre
- Salé : sel
- Acide : citron
- amer : Chocolat poudre non sucrer
- Eau
- Verre
- Assiette



On peut rajouter un atelier chaleur et fraîcheur avec l'utilisation de la menthe bio (pourquoi bio ? Pas sure qu'on en trouve à l'école ou dans les familles) pour la fraîcheur et du gingembre confit pour la chaleur.

FICHE pour le toucher

| | Sac 1 | Sac 2 | Sac 3 | Sac 4 |
|-----------|-------|-------|-------|-------|
| Sensation | | | | |

| | Sac 5 | Sac 6 | Sac 7 |
|-----------|-------|-------|-------|
| Sensation | | | |

En palpant le contenu des gants, essaie de trouver le mot correspondant à la sensation que tu perçois sous les doigts.

Liste de mots pour t'aider :

- Mou
- Lisse
- Granuleux
- Dur
- Velouté
- Moelleux
- Râpeux

FICHE pour la vue

| | Couleur et intensité | Forme | Aspect |
|---------|----------------------|-------|--------|
| Fruit 1 | | | |
| Fruit 2 | | | |

► La couleur et l'intensité : rouge, rose, vert, jaune, orange ... sombre, clair

► La forme : ovale, plat, rond, bombée, incurvée...

► L'aspect : brillant, chatoyant, crémeux, épais, granuleux, grumeleux, limpide, lisse, luisant, mat, moucheté, mousseux, nacré, strié, tacheté, tigré...

Les verbes liés à la vue : voir, apercevoir, contempler, découvrir, discerner, distinguer, entrevoir, étudier, examiner, inspecter, observer, percevoir, reconnaître, regarder, remarquer, repérer, revoir, s'apercevoir, veiller, visualiser

Fiche pour l'odeur

| | J'aime ou je n'aime pas | Cette odeur me fait penser : Personne, lieu, un animal, un évènement... | Famille d'odeur | J'ai reconnu l'odeur |
|---------|-------------------------|--|-----------------|----------------------|
| Odeur 1 | | | | |
| Odeur 2 | | | | |
| Odeur 3 | | | | |
| Odeur 4 | | | | |
| Odeur 5 | | | | |

- Odeurs florales : **rose**, lavande, muguet, lilas...
- Odeurs fruitées : orange, fraise, **citron**, banane...
- Odeurs vertes : gazon coupé, **eucalyptus**, menthe...
- Odeurs épicées : **cannelle**, poivre, girofle...
- Odeurs boisées : chêne, **pin**...