

Le cycle des aliments – règles du jeu

Temps de jeu : à partir de 15 min

Âge : à partir de 9 ans

Nombre de participants : 1 à 24

Objectifs :

- Comprendre les différentes étapes avant d'obtenir l'aliment brut
- Aborder la notion de saisonnalité
- Aborder la thématique des légumes de garde

Matériel :

- 6 plateaux A3
- 6 lots de cartes : “on me mange, on me plante, on me récolte... (pochons)
- 6 supports autocorrection

But du jeu : reconstituer le calendrier de l'aliment en prenant en compte la météo, la biodiversité et le travail de l'homme.

Bon à savoir : pour le rangement, chaque lot de cartes a la même couleur que son pochon

Le cycle des aliments – règles du jeu

Déroulement :

Chaque joueur ou groupe de joueur (4 personnes maximum) dispose d'un plateau cycle des aliments. Les joueurs doivent placer dans un premier temps les cartes : on me mange, on me plante, on me récolte sur le calendrier. Ensuite, entre ces cases, le joueur doit prendre en compte la météo, le travail de l'homme et de la pollinisation dans le calendrier pour assurer la croissance des légumes ou des céréales.

Dans un deuxième temps, le joueur explique son calendrier à l'animateur. Ensuite, l'animateur distribue les textes explicatifs pour que le joueur puisse s'autocorriger.

En fonction du niveau du groupe, distribuer directement le texte explicatif du légume ou céréale.

La restitution en grand groupe permet à chaque groupe de présenter son aliment et de demander l'avis aux autres groupes pour la correction, avec l'aide de l'animateur.

Le cycle des aliments – correction

Pomme de terre

Janvier : On me mange
Février : On me mange
Mars : On me mange
Avril : On me plante + tubercules
Mai : Pousse + pluie
Juin : Plante + soleil
Juillet : Plante
Août : Plante
Septembre : On me récolte + récolte
Octobre : On me mange
Novembre : On me mange
Décembre : On me mange

Blé

Janvier : On me mange + pousse
Février : On me mange + pousse
Mars : On me mange + pollinisation + plante
Avril : Plante et épi
Mai : Plante et épi + soleil
Juin : Epi + soleil + on me récolte
Juillet : On me mange
Août : On me mange
Septembre : On me plante + graines + on me mange
Octobre : Graines + pluie + on me mange
Novembre : Pousse + pluie + on me mange
Décembre : Pousse + pluie + on me mange

Le cycle des aliments – correction

Potiron

Janvier : _____
Février : _____
Mars : _____
Avril : _____
Mai : On me plante + graines
Juin : Pousse + pluie + soleil + pollinisation
Juillet : Plante + soleil
Août : Plante
Septembre : On me récolte + on me mange + légume
Octobre : On me mange
Novembre : On me mange
Décembre : On me mange

Tomate

Janvier : _____
Février : _____
Mars : On me plante + graines
Avril : Pousse + pluie
Mai : Pousse + soleil
Juin : Plant + soleil + pollinisation
Juillet : On me récolte + fruit + on me mange
Août : Fruit + on me mange
Septembre : Fruit + on me mange
Octobre : _____
Novembre : _____
Décembre : _____

Le cycle des aliments – correction

Maïs

Janvier : On me mange
Février : On me mange
Mars : On me mange
Avril : On me plante + graines
Mai : Plante + pluie
Juin : Plante et fleurs + pollinisation
Juillet : Plante et fleurs + soleil
Août : Epi
Septembre : On me récolte
Octobre : On me mange
Novembre : On me mange
Décembre : On me mange

Petit pois

Janvier : —
Février : —
Mars : On me plante + graines
Avril : Soleil + pousse + pollinisation
Mai : Légume + pluie + on me récolte + on me mange
Juin : On me mange
Juillet : —
Août : —
Septembre : —
Octobre : —
Novembre : —
Décembre : —

On me mange



On me mange



On me mange



On me mange



Pollinisation



On me mange



On me mange



On me mange



On me mange



On me mange



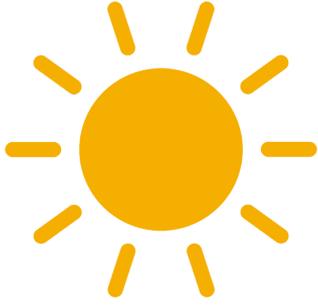
Epi



On me plante



Météo



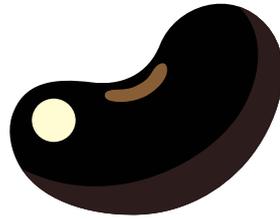
Météo



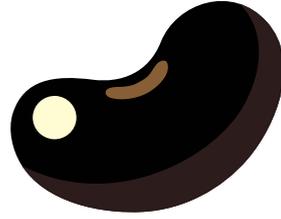
Météo



Graines



Graines



On me récolte



Météo



Météo



Plante et
fleur



On me mange



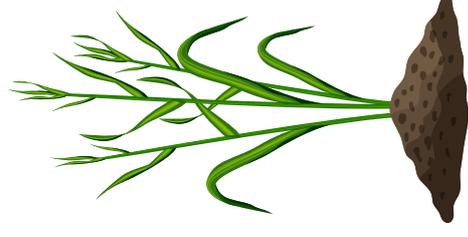
Plante et épi



Plante et épi



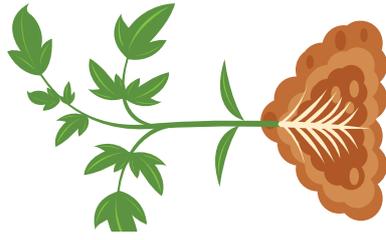
Plante



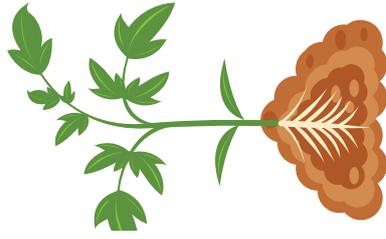
On me mange



Pousse



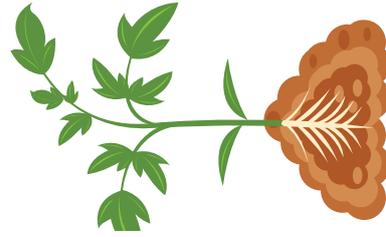
Pousse



Pousse



Pousse



On me mange



On me mange



On me mange



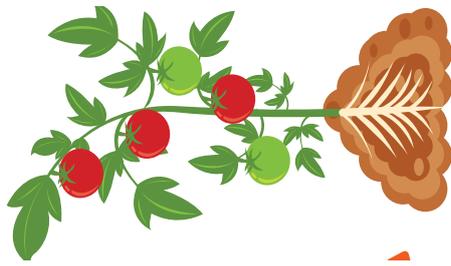
On me mange



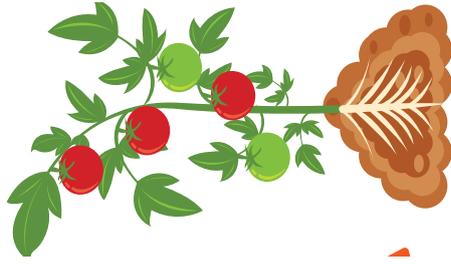
On me mange



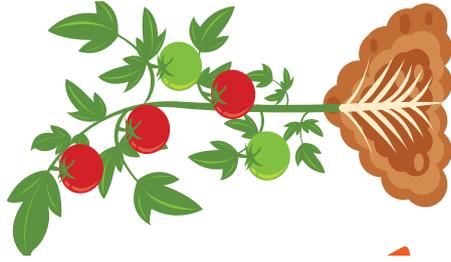
Fruits



Fruits



Fruits



On me mange



On me mange



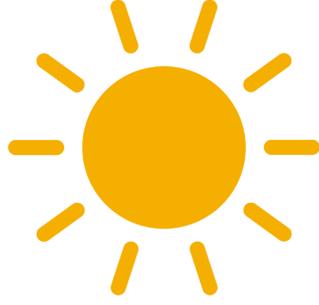
Pollinisation



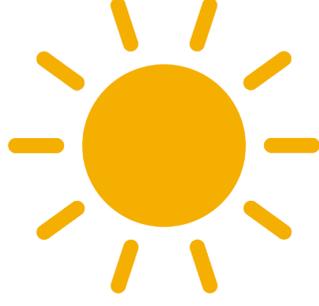
On me plante



Météo



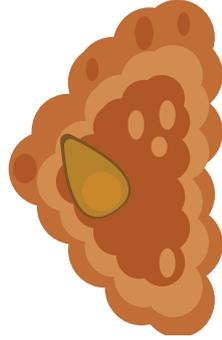
Météo



Météo



Graines



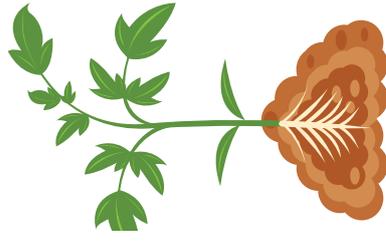
Pousse



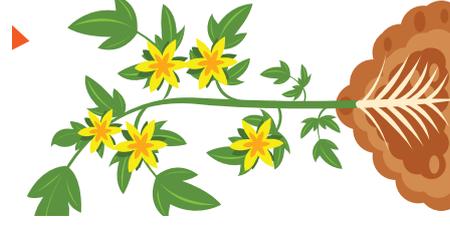
On me récolte



Pousse



Plant



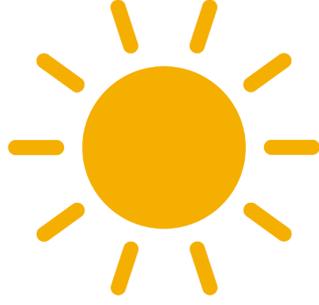
Pollinisation



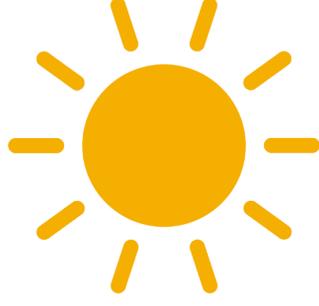
On me plante



Météo



Météo



Météo



Pollinisation



On me plante



On me récolte



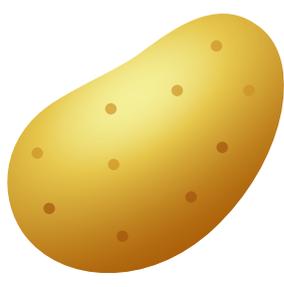
Météo



Météo



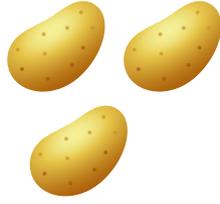
Récolte



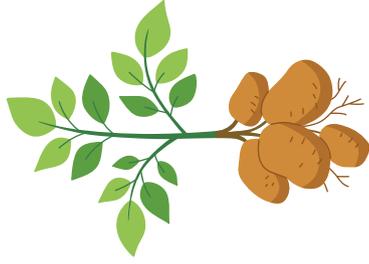
Pousse



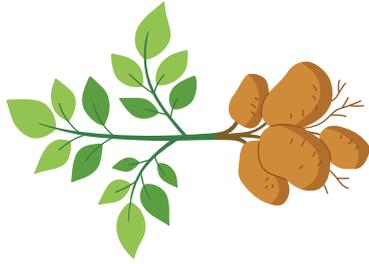
Tubercules



Plante



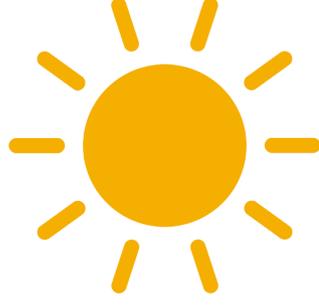
Plante



Météo



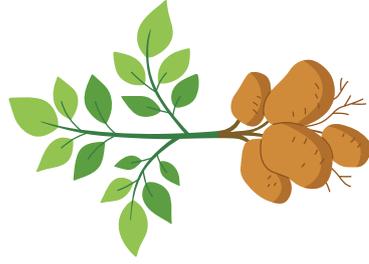
Météo



On me plante



Plante



On me récolte



On me mange



On me mange



Graines



Pousse



Légume



On me récolte



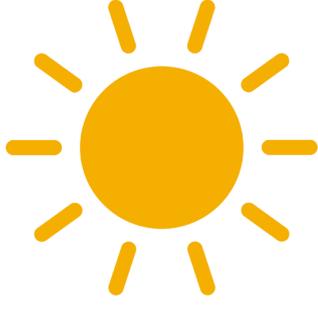
Pollinisation



On me plante



Météo



Météo



On me mange



On me mange



On me mange



On me mange



On me récolte



Légume



Graines



Plante



Pousse



Plante



On me mange



On me mange



On me mange



On me mange



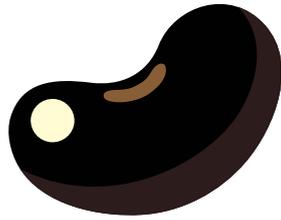
On me mange



Epi



Graines



Plante et
fleur



Plante





La tomate

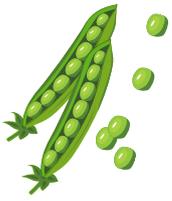


Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Décembre	Novembre	Octobre	Septembre	Août	Juillet



Le potiron

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Décembre	Novembre	Octobre	Septembre	Août	Juillet



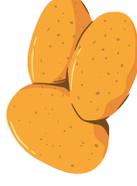
Le petit pois



Janvier	Mars	Avril	Mai	Juin
Décembre	Novembre	Octobre	Septembre	Août
				Juillet



La pomme de terre



Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Décembre	Novembre	Octobre	Septembre	Août	Juillet



Le maïs

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Décembre	Novembre	Octobre	Septembre	Août	Juillet



Le blé

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Décembre	Novembre	Octobre	Septembre	Août	Juillet

La tomate



La tomate est un fruit qui raffole de soleil.

Généralement on sème ses graines en mars. Puis la plante grandit et passe par différentes étapes. C'est une graine, puis une pousse, puis un plan et enfin un fruit. Il faut attendre 5 mois avant de pouvoir les ramasser.

C'est un fruit qui se conserve bien. On peut la consommer de juillet à septembre.

Pour information : 1 pied de tomate peut donner 2 à 4 kg de fruits.

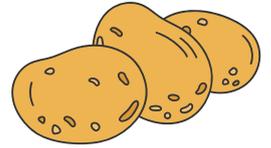
Le potiron



Le potiron est un légume d'automne très apprécié pour sa chair sucrée. Il fait partie de la famille des cucurbitacées. Pour planter un potiron, il est généralement recommandé de le semer au printemps, lorsque le risque de gel est passé. Les potirons ont besoin de beaucoup de soleil et d'un sol riche en éléments nutritifs pour bien pousser. En général, on récolte les potirons à l'automne, lorsque leur peau est dure et qu'ils ont atteint leur pleine maturité. Une fois récoltés, les potirons peuvent être conservés dans un endroit frais et sec pendant plusieurs mois. En ce qui concerne la consommation, les potirons peuvent être utilisés pour préparer de délicieuses soupes, purées, tartes, et bien d'autres plats savoureux. Ils sont riches en vitamines et en fibres, ce qui en fait un aliment sain et délicieux.

Pour information : le record de France du plus gros potiron est de 869 kg.

La pomme de terre



On plante les pommes de terre généralement au printemps, lorsque le sol commence à se réchauffer. Les pommes de terre ont besoin de sols bien drainés et de beaucoup de lumière pour pousser correctement. En général, on récolte les pommes de terre à l'automne, lorsque les plants commencent à faner et que les tubercules sont prêts à être récoltés. Les pommes de terre peuvent être consommées fraîches après la récolte ou stockées dans un endroit frais et sombre pour une conservation plus longue. Elles sont un aliment polyvalent et délicieux qui peut être préparé de nombreuses façons différentes, comme en purée, en frites, en gratin, etc.

Pour information : la pomme de terre est cultivée depuis plus de 6000 ans en Amérique du Sud et elle pousse jusqu'à une altitude de 4500 m au Pérou.

Le petit pois



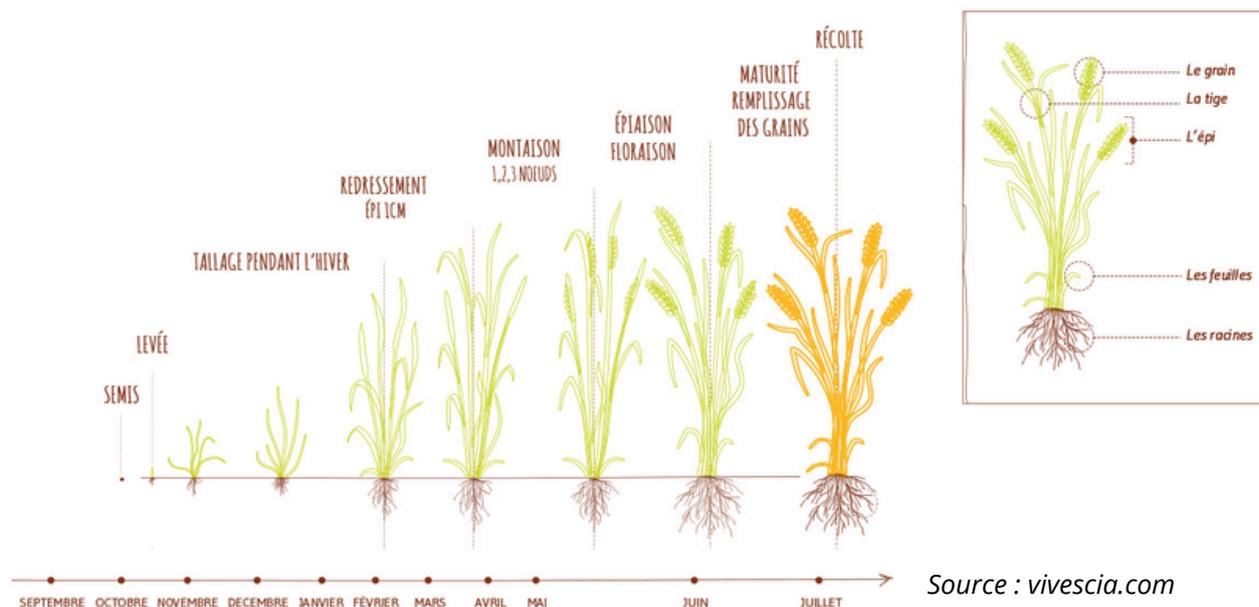
Le petit pois est un légume qui raffole de chaleur : plus il fait chaud plus il pousse vite. Au début c'est une graine, puis une pousse, puis un plant et enfin un légume.

Généralement on sème ses graines en mars. Il faut ensuite attendre 70 à 95 jours avant de pouvoir les ramasser.

On peut le consommer de mai à juin.

Pour information : le petit pois est un des légumes les plus vieux du monde. Il paraît qu'il soufflerait ses 10 000 bougies.

Le blé



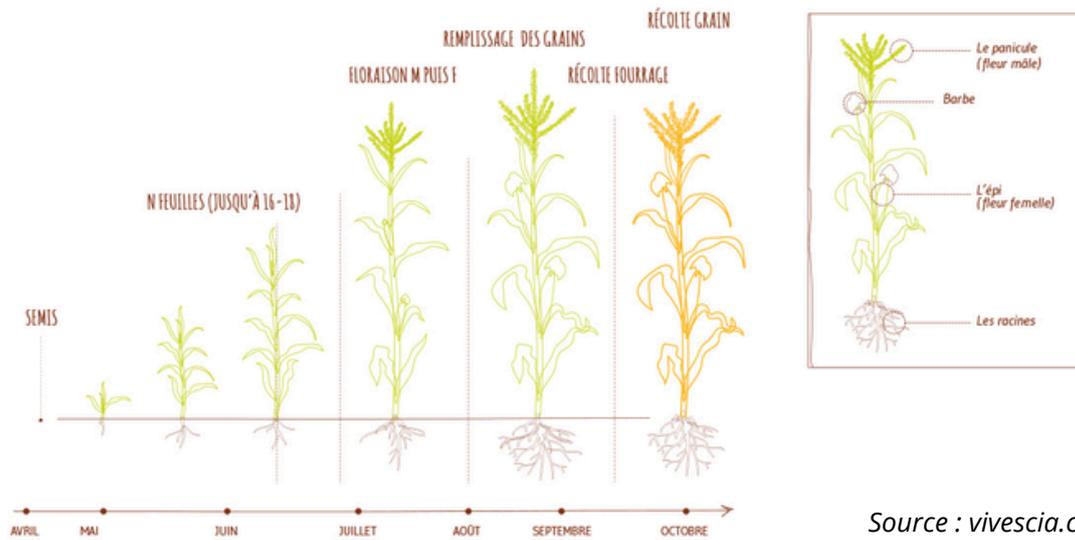
Pour faire pousser du blé, on le sème généralement à l'automne pour qu'il puisse germer et établir des racines avant l'hiver. Le blé commence à pousser au printemps lorsque les températures se réchauffent. La période de croissance du blé peut varier en fonction des conditions météorologiques et des variétés de blé, mais en général, on le récolte à la fin du printemps ou au début de l'été. Une fois récolté, le blé est transformé en farine pour la fabrication de pain, pâtes, biscuits et autres produits céréaliers. Le blé est une culture très importante dans de nombreuses régions du monde en raison de sa polyvalence et de sa valeur nutritionnelle.

Pour information, il existe 2 types de blé :

- le blé tendre : utilisé pour faire de la farine puis du pain et des biscuits
- le blé dur : utilisé pour faire de la semoule ou des pâtes

Le blé se conserve très bien et peut se garder toute l'année.

Le Maïs



On sème le maïs généralement au printemps, lorsque le sol est suffisamment réchauffé, car le maïs a besoin de températures plus chaudes pour bien pousser. On peut semer les graines de maïs directement dans le sol après les dernières gelées du printemps. Le maïs est prêt à être récolté environ 2 à 3 mois après la pollinisation des épis. Cela se produit généralement à la fin de l'été ou au début de l'automne. Une fois récolté, le maïs peut être consommé frais, cuit, grillé, en conserve ou même séché pour en faire de la farine de maïs. Le maïs est une culture très polyvalente et largement consommée dans de nombreuses cuisines à travers le monde. De plus, il se conserve très bien, il peut se garder toute l'année.

Pour information : le maïs vient du Mexique et constituait l'aliment de base de l'alimentation des Amérindiens avant l'arrivée en Amérique de Christophe Colomb.