



COMPÉTENCES

Composantes du développement global de l'élève :

- Développer des connaissances.

Compétences professionnelles mises de l'avant pour cette activité :

- Planification et organisation d'une activité à prédominance cognitive.

INTENTIONS ÉDUCATIVES

- À la fin de cette activité, l'élève sera en mesure de décrire un aliment selon trois sens (goût, odorat et vue).

GROUPE D'ÂGE

Multiâge.

DURÉE

20 à 30 minutes.

MATÉRIEL REQUIS

- Un verre pour chaque élève.
- Quatre pichets (trois pour les eaux aromatisées, un pour y mettre de l'eau nature). Si les pichets sont transparents, les recouvrir d'un carton opaque pour empêcher les élèves de voir les fruits qui y seront mis (ou faire le service à l'abri de leurs regards).
- Fruits au choix pour la réalisation des eaux aromatisées (voir note).
- Une fiche de dégustation pour chaque élève, se retrouvant en annexe. (pour le préscolaire et le 1^{er} cycle, utiliser une seule fiche pour le groupe).

Résumé du projet

Réalisation d'au moins trois recettes différentes d'eaux aromatisées non sucrées.

Note : *s'assurer que les élèves participants n'ont pas d'allergies alimentaires aux fruits et herbes sélectionnés.*

Mise en situation

Inviter les élèves à devenir les juges d'une compétition de saveur d'eau.



RECETTE

Pour chaque tasse de fruits en morceaux (frais ou surgelés), mettre quatre tasses d'eau. Les eaux doivent infuser pendant au moins 15 minutes au réfrigérateur pour avoir bon goût. Si elles sont préparées avec des fruits surgelés, laisser à la température pièce pendant l'infusion.

Nos suggestions

- L'ex-EAU-tique : eau à la mangue ou à l'ananas.
- La méli-mél'EAU : eau aux melons (au choix : melon miel, cantaloup, melon d'eau ou un mélange des trois).
- La pause fraîcheur : eau au concombre (variante concombre et menthe).
- Le rouge gorge : eau aux fraises.

Il est possible de choisir d'autres fruits ou des herbes, selon vos préférences. Toutefois, éviter les agrumes (citron, lime, orange, pamplemousse) qui acidifient l'eau à un niveau pouvant être nuisible pour la santé dentaire, en créant de l'érosion. Les aromatisants commerciaux pour l'eau en liquide ou en poudre sont aussi trop acides et attaquent l'émail des dents de façon irréversible. Avec les options «maison» sans agrumes, pas de souci : juste du plaisir!



Démarche

- Servir un verre d'eau nature ou aromatisée (ne pas servir les fruits, l'eau seulement) à chacun des élèves. Servir une seule eau à la fois.
- En utilisant les sens de la vision, de l'olfaction et du goût, demander aux élèves :
 - d'observer l'apparence visuelle de l'eau et l'inscrire dans la fiche de dégustation;
 - d'identifier l'odeur de l'eau et la noter;
 - de tenter de deviner la saveur de l'eau à partir de ces seules informations;
 - de goûter l'eau et décrire son goût dans la fiche;
 - de noter son appréciation globale en dessinant la figure appropriée.
- Répéter les étapes **a.** à **e.** avec chacune des eaux, y compris l'eau nature.
- Partager en groupe ses observations et préférences : pour le préscolaire et le 1^{er} cycle, l'activité peut se faire uniquement en discutant oralement des sensations et impressions.







Variantes

- L'activité de dégustation peut être échelonnée sur plusieurs jours, à raison d'une ou deux saveurs par jour. Il est cependant important de prendre le temps de savourer l'eau nature de la même façon.
- Préparer les eaux avec les élèves tout de suite après l'école et les consommer l'heure suivante.
- Les élèves peuvent discuter en équipe de leurs observations (ils complètent une fiche par équipe).

Demander à l'élève de préciser autant que possible ses sensations.

- Lorsque l'on regarde notre verre, que peut-on dire?
- Est-ce que le liquide est coloré?
- Est-ce qu'il a une odeur? À quoi cette odeur te fait penser? Quelle est ton hypothèse?
- Lorsque tu goûtes, est-ce que c'est sucré, salé?

Fiche dégustation¹

NUMÉRO DE L'ESSAI	MES OBSERVATIONS			MON APPRÉCIATION
	COULEUR 	ODEUR 	GOÛT 	  
1				
2				
3				
4				

¹ La fiche de dégustation est disponible pour impression à la fin de la trousse d'activités.