

Table des matières

Introduction.....	4
Cadre théorique.....	6
L'alimentation	6
Les goûts.....	8
La dégustation.....	12
L'omnivore - Le langage et l'alimentation.....	13
Le Plan d'étude romand	16
La méthode Senso5.....	17
Problème professionnel, question de recherche et hypothèses.....	18
Problème professionnel.....	18
Question de recherche.....	19
Hypothèses	19
Méthode de recherche.....	20
Ajustements didactiques	25
Données récoltées	26
Pré-test 2H.....	27
Post-test 2H	28
Pré-test 3-4H.....	29
Post-test 3-4H	31
Analyse de données.....	33
Résultats des dégustations de la classe de 2H.....	33
Résultats des dégustations de la classe de 3-4H.....	34
Résultats concernant le développement du vocabulaire	37
Limites de la recherche.....	41
Limites dues au temps à disposition.....	41
Limites dues au nombre d'élèves.....	42
Limites dues à la méthode de recherche.....	42
Conclusion	45
Bibliographie.....	
Ouvrages	
Articles.....	
Sites internet.....	
Illustrations.....	
Mémoires professionnels.....	
Cours HEP	
Annexes I.....	
Annexes II	
Mots clés.....	
Résumé	

Introduction

Le choix de l'alimentation est un thème qui nous a toujours intéressées. Nous avons choisi d'orienter notre mémoire vers cette thématique pour deux raisons. Premièrement, l'une de nous étant allergique au gluten, nous avons pu nous rendre compte que cette simple adaptation créait déjà beaucoup de différences au niveau des connaissances de certains aliments et des différences de goût entre nous deux. Deuxièmement, suite à l'observation de la récréation des élèves et lors d'activités de cuisine en classe, nous avons pu remarquer qu'il y avait beaucoup de différences de connaissances entre eux. De plus, certains enfants ne connaissaient pas les aliments nécessaires à la réalisation des recettes effectuées.

Ces différences ont attiré notre attention et c'est pour cela que nous avons décidé d'orienter notre travail de mémoire sur le thème de l'alimentation. Cependant, l'alimentation est un thème vaste et qui touche également de très près la sphère privée et familiale. Il nous a été difficile de définir une recherche dans laquelle nous n'intervenons pas sur les choix alimentaires des familles. Nous avons conscience que l'alimentation d'un enfant est étroitement liée à celle d'une culture et plus particulièrement à celle de la famille.

Suite à ce constat, nous avons pris le temps de réfléchir à la question et avons décidé d'orienter notre recherche sur les perceptions du goût. Dès que la thématique a été définie, nous nous sommes demandées si les différences que nous avons pu remarquer entre nous, ont pu naître d'une différence d'acquisition de connaissances face au goût et aux divers aliments que nous avons pu avoir lors de notre enfance. Cela nous a poussé à continuer notre réflexion vis-à-vis des différences entre les enfants.

Nous nous sommes vite aperçues que l'école, à l'heure actuelle, ne fournit pas de réponse à nos interrogations. Nous nous demandons donc également quel rôle l'école peut avoir dans cette problématique. En effet, l'éducation nutritionnelle est une discipline présente dans le Plan d'étude romand, mais elle ne figure pas sur la grille horaire. Nous faisons l'hypothèse que si l'éducation nutritionnelle était effectivement dispensée comme le précise le Plan d'étude, les connaissances des élèves sur l'alimentation seraient plus larges qu'elles ne le sont actuellement.

Nous allons enseigner dans les premiers degrés de la scolarité et souhaitons faire entrer ce thème dans le cadre de l'école. Noémie a réalisé les recherches dans une classe de 3-4H et Sarah avec des élèves de 2H.

Pour travailler cette thématique avec des activités adaptées aux plus jeunes, nous avons choisi d'orienter le travail sur les sens par le biais de dégustations. Nous avons comme projet de donner envie aux élèves de découvrir de nouveaux aliments. Nous pensons réaliser cette recherche en liant alimentation et vocabulaire. En effet, nous comptons travailler sur le vocabulaire des perceptions lors de diverses dégustations et pensons que l'augmentation du vocabulaire sur les perceptions permettra aux enfants de limiter la peur des nouveaux aliments et même de les ouvrir à la nouveauté.

Nous tenons à préciser que, par souci de clarté, divers mots ou noms de professions sont utilisés au masculin dans tout le document. Il peut aussi bien faire référence au genre féminin que masculin.

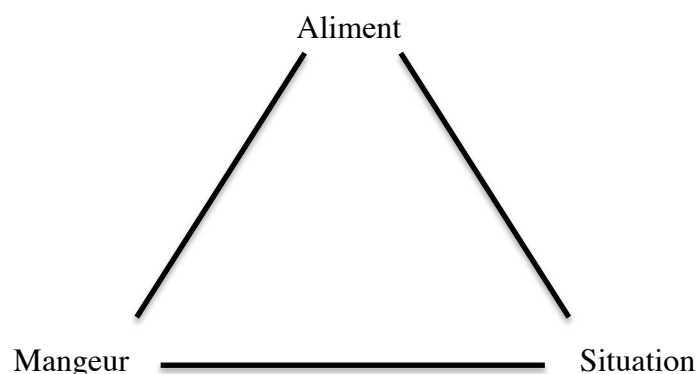
Cadre théorique

L'alimentation

Bezençon (2005) le dit explicitement : « L'alimentation est au centre des préoccupations et activités humaines. Manger, c'est vivre... ou mourir. Dans l'ordre de grandeur des éléments indispensables à la vie, le manger vient juste après le respirer et le boire » (p.1). Il ajoute que « Chaque acte d'incorporation mobilise trois éléments qui constituent les sommets du triangle du mangeur selon Corbeau et Ledrut (Calandre ; 54) :

- un mangeur socialement identifié (genre, niveau d'étude, âge, origine, etc) ; chaque mangeur suit un itinéraire socio-culturel différent qui évolue dans l'espace et dans le temps ;
- un aliment ; les aliments varient à travers le temps (technologies) et l'espace (goûts, coûts, marchés) ;
- une situation : contexte social identifié où a lieu l'interaction entre le mangeur et l'aliment (type de partage, ordinaire ou festif, domicile ou hors foyer, public ou privé, ...) » (p.1).

En nous appuyant sur les dires de Corbeau et Ledrut (ibid.), nous pourrions établir le schéma ci-dessous sur l'action de manger :



Nous avons volontairement placé l'aliment au sommet du triangle, car pour notre recherche nous allons nous baser sur ce pôle, et plus particulièrement sur la caractéristique du goût, tout

en gardant conscience que les choix alimentaires d'une personne varient en fonction des trois pôles de ce triangle.

Nous allons brièvement aborder les aspects du mangeur et celui de la situation, puis développer de manière plus détaillée l'aspect « goût », qui est celui sur lequel nous allons travailler dans notre recherche.

Le mangeur

Le mangeur éprouve le besoin physiologique de manger. Il ressent une sensation de faim. Henry (2012) a écrit que « l'apprentissage de la faim n'est pas inné. Dès lors, il incombe dans un premier temps aux parents d'interpréter les demandes de leur enfant lorsque celui-ci a de réels besoins de s'alimenter et non pas quand il a mal ou souhaite un contact relationnel. Ainsi, en tenant compte de ce que l'enfant peut exprimer et non en utilisant la nourriture pour combler ou apaiser ses besoins, la mère permettra à son enfant de construire et de reconnaître la sensation de faim. Dans un second temps et en se référant au consensus de son groupe social, l'enfant apprendra à avoir faim à la même heure que l'ensemble de celui-ci » (p.12). Elle ajoute que la faim est une notion fondamentale à la construction identitaire de l'enfant.

Durant son développement, un enfant est donc éduqué à devenir un mangeur.

La situation

Il est aisé de faire le lien entre la situation et l'aspect culturel de l'alimentation. D'ailleurs Bezençon (2005) dit que l'alimentation est déterminée par la culture. Selon ses propos « L'alimentation est aussi fortement déterminée par la culture, non seulement en ce qui concerne les aspects normatifs des manières de table ou l'importance du partage, constitutif du lien social, de la nourriture, mais aussi parce qu'elle apporte, par contamination symbolique, un sentiment d'appartenance à un groupe social » (p.12).

Pour aller plus loin dans ce sentiment d'appartenance à un groupe social, Fischler (2013) a comparé les pratiques de la France et des Etats-Unis par rapport aux habitudes liées aux repas. Il a mis en avant que : « Par exemple, nous [les français] mangeons à heure fixe plus que n'importe qui. A 13 heures, la moitié des français sont en train de manger ! Au Royaume-Uni, c'est 17,5 %... Et toutes les enquêtes montrent que le rythme petit-déjeuner, déjeuner, dîner sont chez nous très robustes. Et entre ces pics, il y a beaucoup moins de consommation que

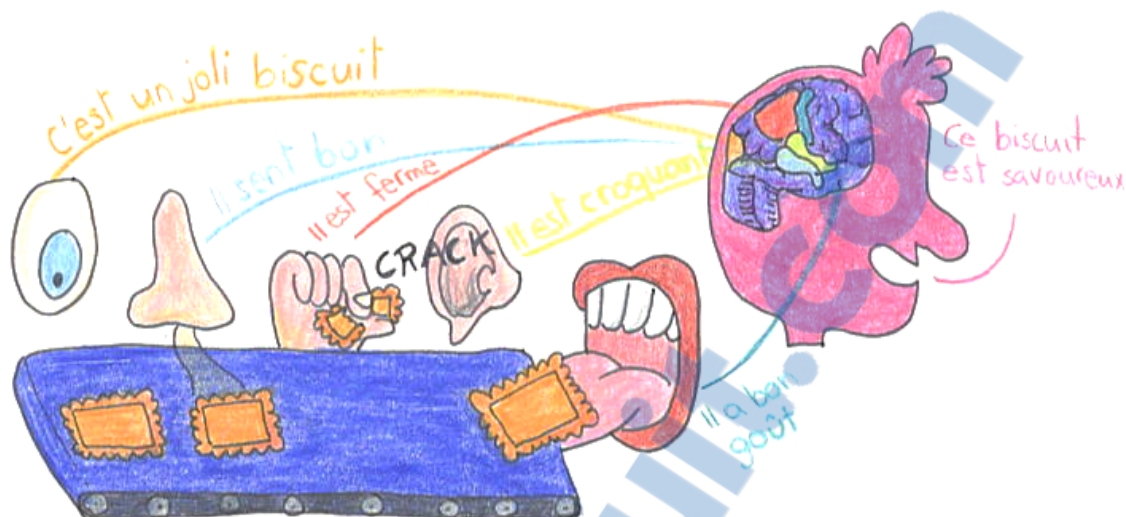
partout ailleurs, pas de picorage, de *snacking* etc... Même les *food truck*, dernière tendance en provenance des États- Unis, intègrent ici une entrée, un plat et un dessert ! [...] Nous avons passé avec un collègue américain une journée dans un Mc Donalds à Dijon et à Philadelphie : aux États- Unis, à 10 h du matin, le type rentre et achète un hamburger, éventuellement un soda, qu'il va manger au volant. En France, il n'y a personne ou presque avant 12 h 30, les gens viennent à plusieurs, achètent plusieurs articles chacun, s'installent à table et vont utiliser Mc Donalds comme un restaurant. Si c'est un *drive in*, ils vont se garer quelque part et faire un pique- nique. Donc nous restons structurés sur le modèle du repas, qui veut dire qu'il y a un temps, un lieu et une syntaxe » (p.2).

Chaque pays a donc sa propre culture alimentaire et chaque individu s'approprié et s'accommode de la culture alimentaire de son pays.

Les goûts

Comme l'expliquent Puisais et Pierre (1987) dans leur ouvrage, le goût est un mélange polysensoriel. Il a un effet sur les sensations olfactives et gustatives mais aussi thermiques, visuelles et même auditives. Il y a également l'article de Rajohanesa, Ayadi et Masserot (2010) qui explique plus en détail les rôles des différents sens sur l'action de manger : « La perception du goût fait intervenir tous les sens : l'olfaction détecte les arômes – par voie rétronasale lors de la mastication des aliments – et les odeurs. La gustation capte les saveurs ; la somesthésie permet de ressentir le frais, la texture et le piquant d'un aliment ; la vision nous renseigne sur l'apparence des aliments, le toucher permet d'appréhender la texture et enfin, l'ouïe nous informe sur le croustillant ou le craquant d'un aliment. De ce fait, le goût est la résultante d'un mécanisme complexe faisant intervenir différentes stimulations (odeur, arôme, saveur, fraîcheur, piquant...) » (p.142).

Cependant Clément (2004) affirme que « la gustation est une des premières perceptions » (p.1). Elle ajoute que l' « on sait désormais que les seuils de perception linguale sont très différents d'une personne à une autre et se mettent définitivement en place chez un individu vers l'âge d'un an » (p.1).



L'odorat joue une partie importante dans la perception du goût, il est estimé à 90%. Les arômes sont des molécules olfactives volatiles qui sont en premier perçues par le nez, puis quand l'aliment est mâché, il est déstructuré et de nouvelles molécules volatiles sont libérées et parviennent aux récepteurs de l'odorat.

Natalie Rigal qui est une psychologue-chercheuse a rédigé un article intitulé « La naissance du goût » en octobre 2002. Dans cet article elle explique qu'à la naissance l'être humain possède des capacités olfactives et gustatives qui sont d'une grande finesse ; déjà à l'état de fœtus, nous avons des bourgeons gustatifs (organe du goût). Le bébé reconnaît l'odeur de sa mère, et distingue le lait de sa mère entre plusieurs. Au début, l'enfant est ouvert aux nouvelles saveurs, aux nouveaux goûts ; mais vers deux ans les enfants deviennent plus sélectifs sur ce qu'ils connaissent et ne connaissaient pas. Ils entrent dans la phase appelée la néophobie. La plupart des enfants (trois-quarts) refusent tout aliment inconnu. Les aliments favoris des enfants sont les aliments sucrés (fruits, pâtisseries, glaces, ...) ainsi que certains aliments simples et salés comme les frites, les pâtes, le riz, le pain ou la pizza. Certaines viandes sont aussi appréciées comme le poulet ou le bifteck et le laitage l'est également.

Toujours selon l'article de Rigal, trois hypothèses ont été faites pour comprendre pourquoi les enfants rejettent ou acceptent telle ou telle famille d'aliments.

- La première hypothèse serait que les légumes sont rejetés car ils auraient une très faible capacité rassasiante. Dès son plus jeune âge l'enfant reconnaît les aliments qui apaisent la sensation de faim et ils les préfèrent ainsi des autres.

- La deuxième hypothèse est que la saveur prononcée et amère souvent présente lorsqu'on mange des légumes provoquerait une réaction innée de dégoût chez l'enfant.
- La troisième et dernière hypothèse serait liée au paradoxe de l'omnivore, explicité à la page 13, qui dit que l'homme aurait dans ses gènes une peur d'être empoisonné et c'est pourquoi il persisterait avec cette réticence face aux aliments inconnus.

Ce sont nos parents qui nous transmettent le degré de sensibilité sensorielle, qui se définit comme la capacité qu'ont nos récepteurs, le nez et la langue, à traiter les informations qui viennent de l'extérieur. Selon la qualité et la quantité de nos cellules olfactives et gustatives, l'être humain sera plus ou moins sensible aux odeurs et aux saveurs. Il a été démontré que les enfants ayant un haut degré de sensibilité seraient plus difficiles au niveau de la nourriture. On appelle les personnes qui ont un haut degré de sensibilité hypergeusiques, ce qui veut dire hyper goûteurs. Et à l'inverse les personnes moins difficiles et moins capricieuses, qui sont également moins sensibles sur le plan gustatif sont qualifiées d'hypogeusiques.

Il y a différentes phases dans le développement du goût chez l'enfant. Les recherches effectuées par Henry (2012, p.12-13) dans son travail de mémoire, évoquent les théories suivantes quant au développement du goût :

« In utéro, l'enfant fœtal fait face aux préférences alimentaires de sa mère et construit ses premières expériences chimico-sensorielles. Cet apprentissage se poursuit dès sa naissance lorsqu'il s'alimente au sein de sa mère. En effet, les saveurs de la nourriture de la mère se retrouvent partiellement dans son lait. Celles-ci constituent donc une expérience sensorielle pour l'enfant à la fois riche et complexe (Mennella, 1995). L'allaitement puis le sevrage qui s'en suit semblent être les éléments fondateurs des préférences alimentaires de l'homme en devenir. Plus particulièrement, la période de sevrage est celle où l'enfant accepte plus facilement la nouveauté alimentaire. Pour cela, il faut que la mère lui propose une variété alimentaire que ce soit au niveau des saveurs ou des textures (Maier *et al.*, 2008). Les 6 à 12 mois de cette phase transitionnelle vont également « de pair avec l'élaboration des habilités motrices de l'enfant (traitement oral et manuel des aliments, mobilité spatiale), la sophistication de ses capacités cognitives, lexicales et sémantiques, enfin sa compréhension des structures sociales et des principes d'échange et de symbolisation qui s'organisent autour de l'alimentation ». (Schaal *et al.*, 2008, p.223).

C'est aussi au travers de ses interactions avec le monde qui l'entoure et l'observation directe qu'il en fait que l'enfant va renforcer des réponses positives ou négatives envers certains aliments. Cette phase qu'on nomme néophobique et qui s'étend de 3 à 7 ans est celle où l'enfant va s'affirmer dans ses choix alimentaires et parfois refuser de manger certains aliments qui jusqu'alors ne faisaient l'objet d'aucun rejet.

La construction de l'enfant face aux aliments se structure donc en étapes immuables plus ou moins longues en fonction des expériences personnelles. «L'expérience alimentaire est l'objet d'un processus de sémantisation qui débouche sur la création d'un registre alimentaire propre à l'enfant : les aliments pour lui » (Dupuy et Poulain, 2008, p.262) » (pp 12-13).

La phase qui correspond aux élèves qui se trouvent dans le profil 1-4H est appelée la néophobie alimentaire, comme déjà mentionné plus haut. Voici la définition de la néophobie selon le site santé du Figaro : « La néophobie alimentaire est un sentiment de peur face à de nouveaux aliments. Les enfants présentent alors une grande réticence à goûter les mets inconnus et ont tendance à trouver mauvais tout nouvel aliment qu'ils acceptent de goûter. La néophobie est aussi associée à la crainte de connaître une mauvaise expérience lors de la consommation d'un nouvel aliment ». Mais contrairement à la néophobie, il y a le pôle de la néophilie. Le tiraillement entre ces deux ressentis a été appelé « le paradoxe de l'omnivore » par Fischler et mentionné par Bezençon (2005). Voici selon les termes de Fischler ce que représente « le paradoxe de l'omnivore » : d'une part il est « poussé à la diversification, à l'innovation, à l'exploration, au changement... Mais d'autre part, et simultanément, il est contraint à la prudence, à la méfiance, au «conservatisme» alimentaire: tout aliment nouveau, inconnu, est en effet un danger potentiel. Le paradoxe de l'omnivore se situe dans le tiraillement, l'oscillation entre ces deux pôles, celui de la néophobie (prudence, crainte de l'inconnu, résistance à l'innovation) et celui de la néophilie (tendance à l'exploration, besoin de changement, de la nouveauté, de la variété) » (p.12).

La néophobie est un passage obligé, mais il ne faut pas simplement attendre que cela passe et ne plus proposer d'aliments nouveaux. L'être humain est omnivore et il a donc pour obligation de diversifier son alimentation. Comme le dit Rigal « grandir c'est apprendre et manger est un plaisir qui se cultive et qui nous construit en tant qu'être social » (2002, p.7).



Le fait de familiariser les élèves à de nouvelles saveurs joue un rôle en faveur de l'acceptation, qui peut même aller jusqu'au plaisir. Les élèves que nous avons dans nos classes étant pour la plupart encore dans cette phase de néophobie, nous voulons grâce à ce travail accompli avec eux, les familiariser à de nouvelles saveurs encore inconnues ou alors connues mais rejetées.

Pour favoriser l'acceptation d'un produit il semblerait qu'il faille au moins cinq consommations pour commencer à voir des effets positifs de cette familiarisation. De plus, il ne faut pas s'arrêter sur un rejet, mais refaire une tentative. Attention : l'aliment doit être préparé sous la même forme culinaire ; sinon l'enfant va penser que c'est un nouveau produit. Le contexte dans lequel cette familiarisation est faite doit être chaleureux, il faut éviter les pressions car cela renforce la néophobie de l'enfant. Un contact avec l'aliment avant de le goûter favorise également les enfants à la dégustation.



Rigal dit « Mettre des mots sur nos aliments, sur les sensations éprouvées peut aider l'enfant à dépasser la réponse hédoniste classique du « c'est bon », « ce n'est pas bon » (2002, p.7).

Les mots permettent de construire une image verbale de l'aliment, ce qui permet de passer du stade d'objet comestible non identifiable à objet identifiable. L'enfant qui connaît et sait ce qu'il va manger est préparé et il aura donc moins tendance à adopter une attitude néophobe.

Diverses études ont montré que l'influence de ses pairs jouait un grand rôle. L'enfant modifie petit à petit son comportement alimentaire en regardant et en imitant ses camarades. Ce comportement n'a pas comme unique but de faire comme les autres, car le fait de voir d'autres personnes consommer un aliment les apaiserait et les rassurerait.

La dégustation

La dégustation est un terme très répandu pour le vin. En effet, la dégustation du vin est un art très développé et il faut être un fin connaisseur afin d'y parvenir. Nous avons repris le terme

de dégustation car nous voulons que nos élèves deviennent connaisseurs des différentes sensations ressenties en bouche. Nous avons trouvé cette citation d'une marque de café par rapport à leur produit : « Il ne s'agit pas simplement de goûter, mais de déguster en connaisseur. Les sensations rejoignent le plaisir intellectuel. Déguster un café, c'est identifier toutes les finesses de ses arômes et de ses saveurs. Un voyage à travers ses souvenirs et son imagination ».

Nous pensons qu'il est possible d'appliquer cette vision pour n'importe quel aliment dégusté et c'est exactement ce vers quoi l'on tend. Nous désirons que les élèves réfléchissent sur ce qu'ils mettent en bouche et sur les sensations que cela procure, éventuellement les souvenirs qui y sont liés.

Pour parvenir à un résultat concluant au niveau de la dégustation, il faut aussi travailler sur l'atmosphère. C'est pourquoi nous aimerions que les élèves dégustent seuls, sans aucun bruit qui pourrait les perturber et qu'ils se concentrent uniquement sur ce qu'il se passe dans leur bouche. Nous avons ainsi choisi de demander aux élèves de choisir l'aliment à déguster puis de l'amener à leur place, de se bander les yeux et de le déguster. Nous voulons qu'ils puissent voir l'objet avant de le manger pour éviter toutes craintes ou appréhensions qui pourraient être liées à une visibilité masquée. Nous avons choisi ce procédé pour que les élèves puissent être dans leur bulle et qu'ils puissent se concentrer exclusivement sur ce qu'il se passe dans leur bouche.

D'ailleurs, Clément le cite dans son article (2003) : « Cette rencontre avec de nouvelles saveurs doit s'effectuer, dans des conditions optimales, dans un climat attentif et bienveillant » (p.2).

L'omnivore - Le langage et l'alimentation

Nous travaillons autour du vocabulaire de la dégustation ; Lévi-Strauss explique que l'alimentation est un langage. Selon ses recherches, il lie le langage à l'alimentation. Pour lui il y a une analogie langue-cuisine. Il dit que tous les hommes parlent, mais nous ne parlons pas tous la même langue. Ainsi en tant qu'être humain, nous mangeons tous des aliments cuisinés mais nous ne mangeons pas la même cuisine. La langue représente l'aspect codifié, socialisé du langage, c'est une institution résultante d'un vaste contrat entre les hommes. Pour

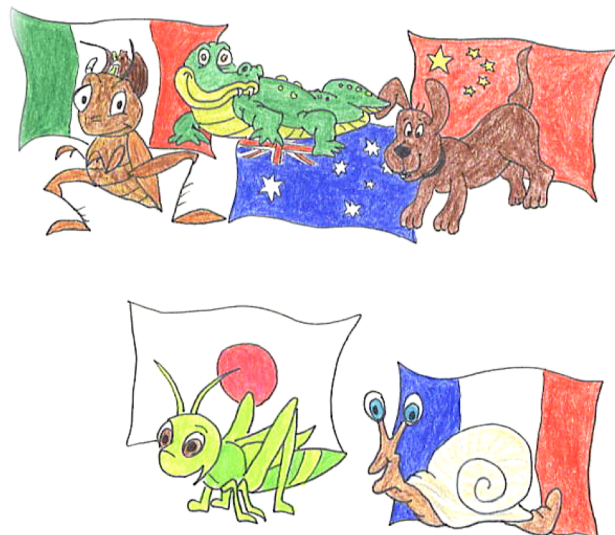
que cela existe et fonctionne il a fallu que les hommes conviennent d'un ensemble de conventions qui ont été adoptées par tous pour permettre de communiquer entre nous. Par opposition la parole est « cet individuel de volonté et d'intelligence ». La parole c'est la manière particulière qui est propre à chacun, c'est la manière dont un individu utilise le langage (Poulain, 2002).

Bezençon (2005) mentionne également la vision de Lévi-Strauss, pour l'office fédéral de la santé publique : Selon Lévi-Strauss, la cuisine compose un langage dans lequel chaque société code des messages qui lui permettent de signifier au moins une partie de ce qu'elle est, c'est-à-dire un langage dans lequel elle traduit inconsciemment sa structure (Giard ; 254).

On peut ainsi distinguer pour l'alimentation :

- les modèles alimentaires : qui sont un ensemble de pratiques culinaires et de table socialisées, ce qui équivaut à la langue.
- les manières de telle ou telle ménagère de cuisiner, les manières particulières de tel ou tel individu de manger et d'apprécier ce qui est mangeable et bon dans sa culture d'appartenance, l'équivalent de la parole (Poulain, 1985).

Les aliments et les plats sont utilisés pour se différencier d'un groupe par rapport à un autre. L'homme a depuis toujours voulu appartenir à un groupe tout en gardant une certaine originalité, se démarquer des autres pour être reconnu en tant qu'individu à part entière. Ainsi, selon notre culture, nous avons les mêmes méthodes alimentaires entre personnes de la même culture. Mais pour se démarquer des autres nous avons tous des manières de cuisiner propres à chacun, par exemple il y a la tarte aux pommes de grand-maman qui est unique. Elle respecte les modèles alimentaires de la société dans laquelle nous vivons mais cette tarte aux pommes est unique et reconnaissable parmi beaucoup, car la grand-maman qui l'a faite a ses petites astuces qui lui permettent de se démarquer des autres.



Poulain cite de Garine (1979) : « La différenciation des attitudes et des comportements alimentaires tout à la fois contribue à marquer la cohésion du groupe d'origine et à maintenir entre les individus, les groupes sociaux et les cultures, une hétérogénéité qui favorise la communication et l'échange sans lesquels il ne peut exister de société humaine » (2002, p.30).

Lévi-Strauss dit également que la cuisine permet de distinguer des catégories empiriques universelles, c'est-à-dire des habitudes, des manières de faire qui se ressemblent dans le monde entier, même si les contenus des repas restent propres à chaque société. Par exemple, dans ces catégories empiriques universelles, on peut voir que certaines saveurs sont de manière innée préférées chez tous les êtres humains, alors que d'autres sont repoussantes, comme l'amer. Il faut savoir que les préférences innées dont nous venons de parler sont réversibles, ce qui veut dire que le goût est modifiable et s'adapte à nos habitudes alimentaires.

En prenant comme base le principe général du paradoxe de l'omnivore de Fischler, comment expliquer que certains aliments très rares et/ou très chers sont pourtant très appréciés ? D'ailleurs, c'est même parfois leur rareté qui contribuerait à les rendre désirables. De plus, certains aliments, tel que le piment, ne sont naturellement pas agréables au goût, ils peuvent même être nocifs voire douloureux. Cependant, ils sont tout de même mangés par de nombreuses populations. Cela ne peut pas être un facteur relatif à des qualités objectives (c'est-à-dire des qualités reconnues pour l'organisme ou non), car selon les cultures ces aliments seront indispensables ou à l'inverse totalement rejetés.

Nous sommes des homo sapiens et avons un néocortex très développé. Il ne serait donc pas étonnant que des facteurs cognitifs ou idéels jouent un rôle dans la manière dont l'homme

s'adapte à son environnement, surtout en matière de choix alimentaires. On peut donc en déduire que la réponse aux questions ci-dessus réside dans le mangeur et non dans les aliments eux-mêmes. Tout est basé sur des représentations qui nous sont inculquées par notre système culturel. Des indices ont montré que les aliments choisis par les humains sont en grande partie réglés en fonction des systèmes culturels alimentaires, aussi appelé des cuisines.

« Si nous ne consommons pas tout ce qui est idéologiquement comestible, c'est que tout ce qui est biologiquement mangeable n'est pas culturellement comestible » (Fischler, 2001).

Le Plan d'étude romand

L'enseignement au niveau de l'alimentation est qualifié d' « Education nutritionnelle » dans le Plan d'étude romand et y figure comme discipline.

Le domaine disciplinaire « Corps et mouvement » de ce Plan d'étude se divise en deux branches. D'une part, il y a l'éducation physique et d'autre part, l'éducation nutritionnelle. Si l'on va plus loin, les sous-points de l'éducation nutritionnelle sont : « Sens et besoins physiologiques » et « Equilibre alimentaire ».

Pour le cycle 1, la rubrique « CM15 Sens et besoins physiologiques » mentionne : « Détecter le caractère sensitif des aliments et utiliser un vocabulaire spécifique....

- 1)... en différenciant et en exerçant les cinq sens
- 2)... en reconnaissant et en décrivant les caractéristiques de divers aliments
- 3)... en identifiant les différentes saveurs (sucrée, salée, acide, amère)
- 4)... en affinant ses sensations
- 5)... en exprimant ses envies, ses goûts et ses dégoûts ».

Nous n'allons pas entrer en détail dans la rubrique « CM16 Equilibre alimentaire », car notre mémoire ne va pas se pencher sur les perceptions de l'importance de l'alimentation avec les élèves, ni sur la notion d'équilibre alimentaire. En effet, pour notre recherche nous nous sommes appuyées sur le CM15 mentionné ci-dessus et avons abordé toutes les composantes.

Bien que l'éducation nutritionnelle figure comme une discipline à part entière dans le Plan d'étude, elle ne dispose d'aucune période sur la grille horaire. Ce n'est donc pas le fait que

cette discipline figure sur le plan d'étude qui prouve que son enseignement soit réellement prodigué dans les classes vaudoises.

La méthode Senso5

La méthode Senso5 est la méthode officielle pour l'enseignement de l'éducation nutritionnelle dans les classes. Le slogan de cette méthode est « 5 sens pour apprendre, le plaisir de la diversité alimentaire ». Bien qu'étant la méthode officielle, le manuel ainsi que le matériel n'est pas disponible dans la Centrale d'achats du matériel scolaire vaudois (CADEV), cela explique en partie que l'éducation nutritionnelle n'est presque pas enseignée dans les classes romandes.

Le mode d'enseignement prôné par cette méthode va dans la direction de l'éducation sensorielle. Voici la définition de ce terme tiré de la brochure explicative : « Education sensorielle : ensemble des processus éducatifs basés sur la découverte des perceptions sensorielles procurées par les aliments, qui vise leur appréhension au-delà d'une réponse dichotomique et normative de type « bon / mauvais ».

« L'éducation sensorielle [...] invite l'enfant à prendre conscience que sa bouche n'est pas une simple voie d'introduction des aliments. Elle valorise ses sensations et l'éveille à une réflexion et à une communication sur ses perceptions qui lui permettent de dépasser « c'est bon » ou « beurk ». Elle se rapproche de l'éveil musical, de l'éveil aux arts plastiques ou de l'éducation physique. Elle aide l'enfant à se connaître et à analyser ses réactions dans un environnement qui s'impose à lui par ses organes des sens. » (Senso5, Système sensoriel, 2012).

« Les deux objectifs principaux du projet Senso5 sont de développer des outils d'apprentissage pluri sensoriels ainsi que la curiosité et le plaisir d'une alimentation diversifiée des enfants ». (Senso5, 2012).

Nous nous sommes donc inspirées de l'éducation sensorielle vers laquelle tend la méthode Senso5 pour élaborer notre démarche de recherche et nos récoltes de données.

Problème professionnel, question de recherche et hypothèses

Problème professionnel

Nous aimerions mieux comprendre les comportements d'élèves que nous avons rencontré lors de nos différents stages face à la nourriture. Lors d'activités de cuisine mises en place en classe, différents comportements sont observables chez les élèves.

Nous aimerions observer s'il est possible d'atténuer ces peurs et ces difficultés par des activités en classe et grâce à un travail sur ce sujet. Pour ce faire, nous allons expérimenter si cette peur diminue lorsque la maîtrise des perceptions ressenties augmente. Nous visons à augmenter les perceptions ressenties en étayant le vocabulaire des enfants par des dégustations fréquentes.

Nous tenons à préciser que nous avons fait le choix de ne pas débattre autour de la qualité d'un aliment (sain ou malsain). En effet, nous ne désirons pas porter de jugement qui pourrait atteindre les habitudes alimentaires de certains enfants. Nous ne voulons pas non plus aller vers un jugement à l'égard des parents. Ils sont libres d'avoir l'alimentation qu'ils pensent être la meilleure pour leur enfant et nous ne voulons pas créer de conflit de loyauté entre l'école et la famille. L'aspect « santé » ne sera donc pas présent dans notre mémoire.

Nous pensons que si l'éducation nutritionnelle était effectivement dispensée comme le demande le Plan d'étude, les connaissances des élèves sur l'alimentation seraient plus consistantes que ce qu'elles sont actuellement. Cependant, dans notre cas, nous qui visons à enseigner dans les premiers degrés de la scolarité, nous souhaitons faire entrer ce thème dans le cadre de l'école. Nous allons travailler cette thématique avec des activités adaptées aux plus petits, c'est-à-dire le travail sur les sens et plus particulièrement sur les dégustations. En tant que futures enseignantes, nous nous demandons si l'école a la possibilité d'ouvrir les élèves à de nouvelles expériences gustatives, dans le but de leur donner envie de découvrir de nouveaux aliments.

Question de recherche

Suite aux informations mentionnées dans la partie « problème professionnel », nous avons formulé notre question de recherche de cette manière : **Développer le vocabulaire des enfants sur les perceptions du goût influence-t-il leur position face à de nouveaux aliments ?**

Hypothèses

Pour mener à bien notre recherche et répondre à notre question de recherche nous nous basons sur deux hypothèses :

- Notre première hypothèse est qu'il est possible de lier vocabulaire et dégustation pour diminuer la néophobie. Ce qui va dans la direction que Lévi-Strauss a montré en liant langage et alimentation. En effet, en se basant sur le lien créé entre le langage et l'alimentation, nous pensons qu'il est possible de lier à son tour le vocabulaire et la dégustation.
- Notre deuxième hypothèse est qu'en créant ce lien, cela va aider à diminuer la néophobie de nos élèves. Nous espérons donc obtenir ces résultats en comparant le pré-test et le post-test.

Nous souhaitons réussir à comprendre les différents rôles que ces deux concepts (vocabulaire et dégustation) jouent l'un sur l'autre. Nous allons expliquer leur relation avec pour objectif d'utiliser le vocabulaire comme outil pour développer les sensations gustatives chez les enfants lors de différentes expériences de dégustation. Nous aimerions finalement établir le constat suivant : les élèves osent plus goûter des aliments qu'ils ne connaissent pas s'ils ont un vocabulaire pour décrire les perceptions ressenties lorsque l'aliment est en bouche.

Méthode de recherche

Nous avons commencé la recherche avec un pré-test. Ce dernier consiste en une dégustation. Les élèves ont eu 10 aliments à déguster parmi lesquels ils ont pu en choisir 4. Il y avait différentes familles d'aliments, ceux qui sont : sucrés, salés, mous, croquants, croustillants, acides, amers, solides et liquides.

Les aliments à choix étaient les mêmes lors du pré-test et du post-test. Nous avons mis à disposition les aliments suivants : du sirop d'érable, des chips à la betterave, de la banane, des Sugus, du pamplemousse, des endives, des Rices Krispies, du jus de tomates, de la noix de coco et du chocolat blanc.

Dans un premier temps, les élèves ont regardé et choisi les aliments qu'ils désiraient goûter. Puis, grâce à des classeurs, nous avons mis une séparation entre les élèves pour que le climat soit calme et favorable à la dégustation. Mais ceci aussi afin qu'ils puissent se concentrer sur les sensations en bouche et ne pas être distraits par leurs camarades.

Une fois que l'élève a choisi ses aliments et est retourné à sa place, l'enseignante lui a bandé les yeux pour mettre l'aliment en bouche. Nous avons décidé de bander les yeux aux élèves lorsqu'ils goûtent, pour qu'ils ne soient pas distraits par ce qui se passe autour d'eux et pour qu'ils puissent vraiment se concentrer sur ce qui se passe dans leur bouche.

Suite à la dégustation du premier aliment, l'élève est venu vers l'enseignante (Noémie ou Sarah) afin de lui donner une description de ce qu'il a goûté. Nous les avons d'abord laissés parler et quand ils avaient dit tout ce que l'aliment créait comme sensations, nous avons posé des questions afin que l'élève ait vraiment la possibilité de restituer tout ce qu'il sait déjà ou tout ce qu'il a acquis lors des séquences précédentes pour le post-test. Nous nous sommes donc permises de relancer et guider sous forme de questions préalablement rédigées, afin de bénéficier du plus grand nombre de connaissances déjà acquises par l'élève. Nous avons l'intention de réaliser cette démarche complète avec chaque élève et pour chaque aliment dégusté.

Les questions posées aux élèves pour qu'ils étayent leur description étaient les suivantes :

Questions types à poser aux élèves :

- Qu'est-ce que tu as goûté ? Ca s'appelle comment ?
- Est-ce que tu connais cet aliment ?
- En as-tu déjà mangé ?
- Est-ce que tu peux me décrire le goût que ça a ?
- Quelles sont tes impressions par rapport à ce que tu as goûté ?
- Comment est-ce qu'on appelle cette sensation ?

Toutes les interactions ont été enregistrées, afin de transcrire les descriptions données par tous les élèves par la suite, sans trop prendre de temps pour cela lors de la leçon. Les dégustations et les transcriptions des commentaires des élèves nous ont servi d'évaluation formative. Toutes les interactions figurent en annexe I en fin de dossier.

La méthode de récolte de données utilisée a donc été l'entretien individuel. Nous avons réalisé de petits entretiens avec chaque élève après qu'ils aient goûté un aliment. Pour l'analyse des données nous avons utilisé les protocoles des enregistrements présents dans l'annexe I. Afin de définir s'il y a eu une évolution entre le pré-test et le post-test, nous avons décidé de compter le nombre d'aliments dégustés et comparer le tout au pré-test. Le post-test a été réalisé dans les mêmes conditions que le pré-test, avec les mêmes aliments.

Afin de répondre à la question de recherche, nous allons comparer le nombre d'aliments dégustés qui sont connus ou nouveaux et qui ont été choisis délibérément par les élèves au pré-test et au post-test.

Le déroulement des activités a été inspiré de la méthode « Senso5 ». La durée de la récolte de données a duré 6 semaines, pré-test et post-test inclus.



Voici la mise en place de la phase de pré-test dans la classe des 2H :



Voici ci-dessous le détail des semaines avec les différents aliments dégustés :

- Semaine 1 :
 - pré-test, aliments proposés : du sirop d'érable, des chips à la betterave, de la banane, des Sugus, du pamplemousse, des endives, des Rices Krispies, du jus de tomates, de la noix de coco et du chocolat blanc.
- Semaine 2 :
 - le sucré, aliments proposés : du sucre, des popcorns sucrés, du chocolat au lait, du miel et de la mangue.
 - le salé, aliments proposés : du fromage (gruyère salé), du bouillon, des popcorns salés, des chips, des branches de céleri, du jambon et des pipas.
- Semaine 3 :
 - le mou, aliments proposés : un cake au citron, du fromage mou (Cottage cheese), du yoghourt et de la mie de pain.
 - le croquant, aliments proposés : des carottes, des pommes, du chocolat au lait, de la croûte de pain et des Tuc.
- Semaine 4 :
 - l'acide, aliments proposés : du jus de citron, de la mandarine, des oranges et du vinaigre.
 - l'amer, aliments proposés : des endives et du chocolat noir.
- Semaine 5 :
 - le solide, aliments proposés : de la poire dure, des céréales (muesli), des carottes, des graines de maïs et des chips.
 - le liquide : du sirop à la fraise, du miel, du yoghourt, de l'eau et du jus d'orange.
- Semaine 6 :
 - post-test, les aliments proposés sont les mêmes qu'au pré-test : du sirop d'érable, des chips à la betterave, de la banane, des Sugus, du pamplemousse,

des endives, des Rices Krispies, du jus de tomates, de la noix de coco et du chocolat blanc.

Dans ce laps de temps, nous avons également travaillé sur l'étayage du vocabulaire. Chaque semaine nous avons travaillé deux goûts ou textures spécifiques avec une différence de sensation très marquée. Voici la liste des sensations que nous avons voulu développer chez les élèves : sucré, salé, mou, solide, amer, acide, solide et liquide.

Ajustements didactiques

Suite au premier pré-test, nous nous sommes rendu compte qu'il fallait faire des ajustements dans la planification pour mener à bien les différentes phases de recherche. Effectivement, suite au pré-test, nous avons constaté que le temps de prendre note du ressenti des élèves était bien plus long que celui que les élèves prenaient pour la dégustation. Il y avait donc de nombreux élèves qui attendaient pour expliquer les sensations sur l'aliment avant d'en goûter un autre. Durant ce temps d'attente, certains élèves avaient oublié ce qu'ils avaient dégusté et d'autres avaient décroché de l'activité.

Voici donc les solutions trouvées et mises en œuvre pour réduire l'attente et maintenir l'intérêt des élèves :

- limiter le nombre d'aliments à déguster à 4 par élève ;
- ne pas bander les yeux mais demander aux élèves de fermer les yeux lorsqu'ils dégustaient un aliment ;
- faire passer les élèves à tour de rôle à la dégustation du post-test et donner de quoi s'occuper, de manière autonome, aux autres.

Données récoltées

Grâce aux informations récoltées, nous allons analyser l'évolution de chaque élève, le nombre de mots de vocabulaire utilisés, ainsi que le type d'aliment dégusté (aliment nouveau pour l'enfant ou déjà connu).

Pour chaque classe, nous avons construit un tableau de synthèse avec tous les aliments. Le détail par élève et par aliment se trouve en annexe I. Il y a par exemple des précisions comme le nom que l'élève a donné à l'aliment et également la description des sensations ressenties quand l'élève a réussi à en donner une.

La première récolte de données, pour le pré-test, a été effectuée dans une classe avec des élèves de 2H. Le nombre total d'élèves en temps normal est de 13. Cependant, il y avait un élève malade et une autre qui présente des allergies aux arachides et ne pouvait donc pas déguster certains aliments.

Les tableaux ci-dessous sont les synthèses des aliments dégustés par les différents élèves. Pour préserver l'anonymat des élèves, leurs prénoms ont été modifiés. La première ligne représente les aliments proposés par l'enseignante et la première colonne représente les noms des élèves ayant participé aux dégustations. Dans les cases des aliments dégustés, il est mentionné si l'aliment était déjà connu par l'enfant ou non.

Les tableaux sont présentés par classe, il y a donc d'abord le pré-test des 2H puis le post-test des 2H. Les tableaux qui suivent sont le pré-test des 3-4H et puis le post-test de 3-4H.

Pré-test 2H

	Pamplemousse	Endives	Chocolat blanc	Sugus	Rice Krispies	Jus de tomates	Sirop d'érable	Chips à la betterave	Banane	Noix de coco
Rafa			Inconnu	Connu	Inconnu				Connu	
Mati			Connu		Connu		Inconnu		Connu	
Lori				Inconnu	Connu				Connu	Inconnu
Elio			Connu	Connu	Inconnu				Connu	
Mano					Inconnu		Inconnu	Inconnu		Connu
Eli	Connu*			Connu	Connu				Connu	
Emi			Inconnu	Inconnu	Inconnu					Inconnu*
Lé			Connu	Inconnu	Connu				Connu	
Matt	Connu*				Connu				Connu	Inconnu
Nol	Connu*			Inconnu	Connu		Inconnu			
Cla			Connu	Inconnu	Connu					Connu
Ell¹		Inconnu	-	Inconnu	-		Inconnu	-	Connu	
12	3	1	6	9	11	0	4	1	8	5

¹ Elève allergique aux arachides, elle ne pouvait pas déguster les Rices Krispies ainsi que les chips à la betterave

Post-test 2H

	Pamplemousse	Endives	Chocolat blanc	Sugus	Rice Krispies	Jus de tomates	Sirop d'érable	Chips à la betterave	Banane	Noix de coco
Rafa			Inconnu	Inconnu	Connu					Inconnu
Mati			Connu				Connu	Inconnu		Connu
Lori				Connu	Connu				Connu	Inconnu
Elio			Connu	Connu	Connu				Connu	
Mano		Inconnu	Connu	Inconnu						Connu
Luc²	Connu*			Inconnu	Connu					Inconnu
Eli	Connu*		Connu	Connu	Inconnu					
Emi		Inconnu	Connu		Connu		Inconnu			
Lé				Inconnu	Connu				Connu	Connu
Matt	Connu*		Connu		Connu				Connu	
Nol			Connu	Connu	Connu		Inconnu			
Cla			Connu	Inconnu	Connu					Connu
El³			Inconnu	Connu			Inconnu		Connu	
13	3	2	10	10	10	0	4	1	5	7

² Elève n'a pas participé au pré-test car il était malade

³ Elève allergique aux arachides, elle ne pouvait pas déguster les Rices Krispies ainsi que les chips à la betterave

Pré-test 3-4H

	Pamplemousse	Endives	Chocolat blanc	Sugus	Rice Krispies	Jus de tomates	Sirop d'érable	Chips à la betterave	Banane	Noix de coco
A			Connu *	Connu	Connu				Connu	
B		Connu *	Connu	Connu			Inconnu			
C			Connu	Connu	Connu		Inconnu			
D				Inconnu	Connu		Inconnu		Connu	
E		Connu *	Connu				Connu			Connu
F				Connu	Connu		Inconnu			Connu
G			Connu	Connu			Inconnu	Inconnu		
H		Connu *	Connu				Connu *			Connu
I				Connu					Connu	
J			Connu	Connu			Connu *			Connu
K				Inconnu	Connu		Connu *			Connu
L			Connu	Inconnu	Connu			Inconnu		
M			Connu	Connu *			Connu			Connu
N			Connu *	Connu		Inconnu	Connu *			
O							Connu *	Inconnu	Connu	Connu

P	Connu *		Connu				Connu			Connu
Q				Connu *			Inconnu	Connu *		Connu
R						Inconnu	Inconnu	Inconnu		Connu
1 3 11 13 6 2 15 5 4 10										

Post-test 3-4H

	Pamplemousse	Endives	Chocolat blanc	Sugus	Rice Krispies	Jus de tomates	Sirop d'érable	Chips à la betterave	Banane	Noix de coco
A			Connu *	Inconnu	Connu				Connu	
B		Connu *	Connu	Connu				Inconnu		
C			Connu	Connu	Connu					Inconnu
D				Connu	connu		Connu *		Connu	
E			Connu	Connu	Connu					Connu
F			Connu	Connu				Connu *		Connu
G			Connu	Connu	Connu					
H			Connu	Connu	Connu					Connu
I			Connu *						Connu	
J				Connu	Connu					Connu
K				Connu	Connu		Connu *			Connu
L			Connu	Connu	Connu			Connu		
M			Connu	Connu					Connu	Connu
N		Connu *		Connu	Connu		Connu		Connu	
O	Inconnu				Connu				Connu	Connu

P			Connu	Connu				Connu		Connu
Q				Connu *	Connu				Connu	Connu
R						Inconnu	Inconnu	Inconnu		Connu
1 2 11 15 12 1 4 5 7 11										

Analyse de données

Pour analyser nos données, nous avons comparé les tableaux des résultats. Les astérisx signifient que l'élève a affirmé connaître l'aliment alors qu'il l'a nommé de manière incorrecte. Par exemple, pour le sirop d'érable l'élève dit « Oui je connais, c'est du caramel. ».

Nous avons souligné en jaune dans les post-tests tout ce que les élèves avaient déjà goûté durant le pré-test.

Les éléments inscrits en bordeaux, dans les tableaux post-tests, sont les aliments que les élèves ont affirmé ne pas connaître, alors qu'ils les avaient dégusté lors du pré-test.

Résultats des dégustations de la classe de 2H

Nous pouvons constater que lors du pré-test 27/48 aliments choisis par les élèves étaient connus de ceux-ci, soit 56,25% des aliments goûtés leur étaient déjà familiers. Dans le post-test, 35/52 aliments choisis leur étaient familiers, ce qui équivaut à 67.3 %. Nous avons également remarqué que les élèves ont choisi 29/48 fois un aliment déjà dégusté lors du pré-test, c'est-à-dire qu'à 60.42 % ils ont dégusté deux fois la même chose.

Le nombre d'aliments total, 48 pour le pré-test et 52 pour le post-test, varie selon le nombre d'aliments goûtés par élève et également selon le nombre d'élèves présents lors de la dégustation.

Si l'on compare le nombre d'aliments dégustés lors du pré-test puis dans le post-test, nous arrivons au tableau ci-dessous :

La première ligne correspond au pré-test et la seconde au post-test.

Pample-mousse	Endives	Choc. blanc	Sugus	Rice Krispies	Jus tomate	Sirop D'érable	Chips betterave	Banane	Noix coco
3	1	6	9	11	0	4	1	8	5
3	2	10	10	10	0	4	1	5	7

Résultats des dégustations de la classe de 3-4H

Lors du pré-test nous pouvons voir que 54/70 des aliments choisis étaient connus pour les élèves ; ce qui fait 77,14 % d'aliments connus. Puis lors du post-test, 62/69 des aliments dégustés étaient connus, ce qui équivaut à un pourcentage de 89.85% d'aliments connus qui ont été dégustés. Concernant les aliments qui ont été choisis dans le pré-test comme dans le post-test, 48/69 ont à nouveau été choisis par les élèves, ce qui fait qu'ils ont à 69.56% dégusté les mêmes aliments lors des phases de test.

Si l'on compare le nombre d'aliments dégustés lors du pré-test puis dans le post-test, nous arrivons au tableau ci-dessous :

La première ligne correspond au pré-test et la seconde au post-test.

Pample-mousse	endives	Choc. Blanc	Sugus	Rice Krispies	Jus tomate	Sirop D'érable	Chips betterave	banane	Noix coco
1	3	11	13	6	2	15	5	4	10
1	2	11	15	12	1	4	5	7	11

Suite à ces résultats qui sont relativement semblables entre les deux classes, nous pouvons remarquer que les élèves ont tendance à choisir principalement les aliments qui leur sont familiers. Malgré une séquence d'enseignement entièrement axée sur les dégustations et sur la description de ce qui se passe dans la bouche, les élèves se sont dirigés vers les aliments connus. Ce qui nous a le plus surpris, c'est que le pourcentage d'aliments connus est plus élevé au post-test qu'au pré-test. A cet âge-là, les élèves sont encore dans la phase de la néophobie, phase qui dure jusqu'aux alentours de 7 ans. Comme nous l'avons cité dans la définition de la néophobie, les enfants refusent tout aliment inconnu et les aliments qui leur sont favoris sont les aliments sucrés. Cela se confirme et nous le constatons avec les pourcentages dans les deux classes, soit 56% des aliments dégustés chez l'une et 77% dans la deuxième classe, sont des aliments que les élèves connaissent.

Nous pouvons donc à présent réellement confirmer cette néophobie, car nous l'avons observé l'attirance des élèves envers ce qu'ils connaissent le mieux. Le résultat de cette recherche est

compréhensible. En effet, tout être humain a tendance à aller vers ce qu'il connaît. La période de sevrage est pour l'enfant le moment où il accepte le plus facilement de nouveaux aliments. C'est durant cette période que son goût et ses modèles alimentaires vont commencer à se développer. Nous avons vu que selon les habitudes alimentaires, les aliments considérés comme familiers diffèrent. De plus, avec le fort développement de notre néocortex, ce sont nos représentations, apprises dans le système culturel, qui vont majoritairement influencer notre alimentation et non les aliments eux-mêmes. Lors des dégustations, les élèves habitués à ces aliments les trouvaient bons, alors que ceux qui les dégustaient pour la première fois ne les aimaient pas. Cela montre que les enfants également se plaisent dans ce qu'ils connaissent et que pour eux aussi les habitudes sont rassurantes. Ils restent généralement dans ce qu'ils connaissent et ce qu'ils apprécient.

Il y a un autre point dont nous devons également tenir compte. Comme cela a déjà été mentionné dans le cadre théorique de ce mémoire, le sucré est le premier goût qui se développe et qui est apprécié dès les premières heures de la vie du nouveau né. Les autres saveurs se développent et se construisent tout au long de notre vie. Les enfants ayant participé à notre recherche ont encore une préférence pour le sucré, ce qui s'est vu dans les différents résultats des pré-tests et post-tests. Tous les aliments choisis par les élèves étaient sucrés à part quelques rares exceptions.

La sensation de faim présente ou non peut également jouer un rôle dans le choix des aliments par les enfants. Les dégustations ont été réalisées dans les deux classes en début d'après-midi, les élèves avaient mangé avant de revenir à l'école et ils étaient déjà rassasiés. Ce qu'ils goûtaient est donc considéré comme de la pure gourmandise. Généralement les envies « gourmandes » sont majoritairement sucrées ; c'est une hypothèse dont il faut tenir compte.

Dans les deux classes les résultats globaux sont très semblables. Le nombre de chaque aliment dégusté lors du pré-test et du post-test est également similaire. Cependant, il y a tout de même une exception, le sirop d'érable, qui avait conquis 15 goûteurs lors du pré-test a dégringolé à 4 lors du post-test. Nous pensons que cela pouvait s'expliquer par l'imitation. Nous avons remarqué que les élèves prenaient souvent les mêmes aliments que leurs camarades. Lors du pré-test, un des élèves a dû prendre du sirop d'érable et affirmer que « c'était bon », les autres ont donc tout naturellement voulu déguster cet aliment, le nombre de goûteurs s'est donc trouvé en hausse. La situation joue un rôle non négligeable dans l'alimentation, c'est même

l'un des trois éléments qui constitue le triangle du mangeur selon Corbeau et Ledrut (Calandre ; 54). Une réponse positive, une attirance d'un élève pour un aliment en particulier peut avoir une influence sur le choix d'un autre élève. C'est de cette manière que l'enfant va construire son registre alimentaire propre à lui, grâce aux interactions et en partageant avec les personnes autour de lui, en observant les réponses positives ou négatives de chacun face à tel ou tel aliment.

Avant la phase de recherche, nous avions fait l'hypothèse que le fait d'enrichir le vocabulaire des élèves afin de mettre des mots sur les sensations ressenties dans leur bouche pourrait les amener à choisir plus facilement un aliment inconnu. Suite à la récolte et à l'analyse des données, nous nous rendons compte que le travail qui a été fait n'a pas amené les enfants à aller vers de nouveaux aliments. Ils ont préféré rester dans ce qu'ils connaissaient et ce qui leur plaisait.

Résultats concernant le développement du vocabulaire

Afin d'évaluer si notre séquence d'enseignement a permis aux élèves de développer le vocabulaire lié au goût, nous avons compté les mots qu'ils ont utilisés lors du pré-test et du post-test et avons observé s'il y avait une évolution.

Le vocabulaire que nous avons travaillé avec eux est le suivant :

- mou ;
- croquant ;
- solide ;
- liquide ;
- acide ;
- amer ;
- sucré ;
- salé.

Nous avons choisi d'observer l'évolution individuelle des élèves. Les résultats de chaque élève sont récoltés sous forme de tableaux. Ces tableaux sont présents à l'annexe II et l'analyse des tableaux est faite ci-dessous :

Nous pouvons voir que les élèves ont majoritairement appris du vocabulaire, soit en utilisant plus de mots ou expressions, soit en utilisant un vocabulaire plus adapté. Nos résultats le montrent : 15 élèves sur 30 ont augmenté leur vocabulaire et les élèves sont passés de « craquant », « ça craquait », « dû croquer », « croquer », « j'ai croqué », ... à « croquant » et « dû sucer » pour le jus à « liquide » ou encore « pas dur » à « mou ». Cependant, il y a 6 élèves qui ont utilisé le même nombre de mots de vocabulaire lors du pré-test que lors du post-test.

Les termes : amer, acide, liquide, salé et solide sont bien plus utilisés lors du post-test que lors du pré-test. Ce vocabulaire étant relativement nouveau, les élèves ne l'utilisent pas encore instinctivement. Cependant, ils le comprennent même s'ils n'utilisent pas toujours le terme précis. Dorénavant, lorsqu'ils entendront ce vocabulaire, cela leur semblera plus familier et après avoir entendu ces différents mots à plusieurs reprises, ils s'approprieront ces termes spécifiques au goût. Les résultats de l'apprentissage du vocabulaire ne sont pas encore être exactement définis, car nous avons juste entamé cet apprentissage et les véritables acquisitions s'observeront davantage dans quelques mois.

Nous avons remarqué que les élèves de 1-2H ont réussi à ne plus utiliser de réponses hédonistes du type de « j'aime, j'aime pas, j'adore » ... lors du post-test pour les remplacer par des termes spécifiques qui se réfèrent au goût. Par contre, ce travail a été beaucoup plus compliqué pour la classe de 3-4H, qui a continué à utiliser ces réponses hédonistes et ils en ont encore même parfois utilisées plus lors du post-test. Nous avons appris, lors de nos cours à la HEP, et plus précisément au module de BP21LAC travaillé au printemps 2014, qu'il y a deux explosions de l'acquisition du lexique. Ces explosions du lexique ont lieu à deux reprises dans la vie des enfants. La première se rencontre entre 12 et 18 mois, et la seconde entre 7 et 11 ans, liée à l'entrée dans la lecture. Cependant, chaque élève apprend à son rythme et cela est encore plus marqué au premier cycle de la scolarité. Nous faisons l'hypothèse que certains élèves de 2H sont déjà entrés dans cette période où il y a un boom au niveau de l'apprentissage du vocabulaire, et que les élèves de 3H ne le sont pas encore. De plus, les 3H sont largement majoritaires dans la classe de 3-4H. En effet, dans cette classe à deux niveaux, il y a 13 élèves de 3H et seulement 6 de 4H. Il est possible qu'une grande partie des élèves de 3H ne soit pas encore entrée en phase d'explosion lexicale. Cela pourrait expliquer pourquoi les élèves en 2H ont intégré plus facilement ce vocabulaire et ainsi ils n'ont pas eu besoin d'utiliser des réponses hédonistes. Cela leur a permis de rester objectifs sur la description des aliments. Alors que pour les élèves de 3H, l'explosion de l'apprentissage du lexique n'a pas encore eu lieu et, par conséquent, ils ont intégré le nouveau vocabulaire plus lentement et ils auront besoin d'entendre les mots plus de fois pour les intégrer à leur vocabulaire. Mais comme il a déjà été mentionné plus haut, chaque élève est différent et a un différent rythme d'apprentissage, tout comme chaque enseignante a ses propres méthodes d'enseignement.

Les élèves ayant eu l'occasion de déguster une seule fois chaque nouvel aliment, n'ont pas eu le temps d'éloigner cette crainte de l'aliment nouveau. En effet, comme il a été mentionné dans la partie théorique à la page 12, il faut qu'un aliment soit dégusté au moins cinq fois sous la même forme pour qu'il commence à être apprécié et connu pour l'enfant. Il faudrait donc continuer ce travail et proposer plusieurs fois les mêmes aliments, ce qui n'a pas été le cas dans notre recherche.

De plus, il ne faut pas oublier que les choix alimentaires sont basés sur 3 pôles. Le pôle de l'aliment a été abordé et nous avons travaillé dessus lors des dégustations et lors du travail sur le vocabulaire. Le deuxième pôle est celui de la situation, qui a également été présent dans

notre recherche car les élèves étaient dans un cadre spécifique pour goûter et déguster et nous nous sommes rendu compte que le fait d'être entourés de leurs camarades les a aidé à dépasser certaines craintes. Lors des différentes leçons de dégustation les élèves ont tous, sauf quelques exceptions telles qu'allergies ou aliment connu et non aimé, goûté tout ce qui était proposé. Parfois lorsque nous présentions un nouvel aliment, certains élèves disaient « non merci je ne veux pas goûter », puis ils revenaient vers nous afin de nous demander s'ils pouvaient quand même goûter, car ils avaient vu leurs camarades manger et surtout aimer. Nous pouvons donc noter une réduction de la néophobie lorsque les dégustations se sont passées dans ce contexte-là. Le contexte a permis aux élèves de tourner cette activité comme un jeu, oser essayer pour savoir ce que cela fait dans la bouche. Le paradoxe de l'omnivore était très présent : essayer pour voir ce que cela fait et avoir osé ou ne pas manger de peur que ça ne soit pas bon.

Cependant, le 3^{ème} pôle qui est celui du mangeur, n'a pas réellement été touché, car toute la construction du goût se fait dès le plus jeune âge. Etant donné que c'est lors de la période de sevrage que les enfants acceptent le plus la nouveauté, nous ne pouvions pas jouer de rôle à ce niveau-là dans le cadre scolaire. Toutefois, nous savons que le goût est modifiable et qu'il est à tout moment possible de s'accommoder, même un tout petit peu, à une nouvelle saveur. Néanmoins, le rôle que nous pouvons jouer sur le mangeur (Bezançon) dans le cadre scolaire est donc minime.

Lors des différentes phases de dégustation, nous n'avons pas dit aux élèves quel était chaque aliment. Nous les avons laissé goûter avec l'objectif d'identifier les textures et arômes. Pourtant diverses études ont montré que l'enfant qui connaît et qui sait ce qu'il va manger est préparé, et donc l'attitude néophobe serait moins présente. En effet, cela aurait pu rassurer certains élèves et les encourager dans les diverses dégustations. Nous n'avons pas choisi ce processus, car le fait de dire quel est cet aliment peut aussi braquer les élèves et avoir l'effet inverse ; nous voulions surtout que les élèves se concentrent sur les sensations en bouche sans être influencés par le fait de connaître ou non l'aliment.

Il aurait été possible de travailler sur les sensations dans la bouche comme nous l'avons fait mais en rajoutant d'éventuels souvenirs liés au goût, au moment de dégustation ou à l'aliment en lui-même. Nous pensons que si les élèves avaient partagé leurs souvenirs, cela aurait éveillé la curiosité des autres et peut-être fait balancer le paradoxe de l'omnivore. Par

exemple, un élève a dit « Ah ça c'est une banane, je me souviens que j'en mangeais quand j'allais à la garderie, j'aimais bien », et le partage de ce bon souvenir pourrait faire voir l'aliment de manière positive aux autres élèves de la classe et donc les encourager à déguster.

Il est également possible d'avoir dans nos classes des élèves qui ont une grande sensibilité, on dit qu'ils sont hypergeusiques. Avec ces élèves, le travail sur les aliments inconnus et nouveaux serait encore un peu plus compliqué, mais en l'amenant par le biais du vocabulaire, ces élèves pourraient apprendre énormément, car ils pourraient trouver des goûts que les autres élèves ne sentent pas. C'est donc à double tranchant, ces élèves peuvent amener toute la classe encore plus loin dans ce travail, comme ils peuvent se bloquer et refuser de participer à l'activité.

Il ne faut également pas oublier que nous sommes deux enseignantes qui avons chacune nos méthodes d'enseignement, nos manières d'amener les choses ; malgré nos efforts et notre préparation commune afin de rester au plus proche l'une de l'autre au niveau du déroulement de notre recherche, il y a tout de même eu des différences dans notre enseignement et il est important d'en avoir conscience.

Limites de la recherche

Il y a plusieurs facteurs qui provoquent que notre recherche est sujette à certaines limites. Suite à notre récolte de données et à l'analyse de celles-ci, nous nous sommes rendu compte qu'il y a deux facteurs principaux qui font que notre recherche ne peut pas être complètement représentative pour des enfants âgés de 5 à 8 ans.

D'une part, il y a le temps à disposition pour récolter les données et mener les séquences d'enseignement en classe.

D'autre part, il y a le nombre d'enfants impliqués dans cette recherche. Néanmoins, elle représente un début de recherche dans cette thématique-là et il serait nécessaire de la compléter afin de fournir une étude qui permette de faire une généralisation. Nous avons également relevé un 3^{ème} facteur qui serait lié à la récolte de données.

Limites dues au temps à disposition

Nous avons réalisé la séquence en 6 leçons, pré-test et post-test inclus. Nous l'avions mentionné, dans le cadre théorique, mais cela n'a pas été mis en pratique dans notre expérimentation; pour qu'une personne et dans notre cas, plus spécifiquement un enfant, commence à apprécier et à accepter un nouvel aliment, il doit le goûter au moins 5 fois sous la même forme. Lors de nos dégustations, nous avons toujours présenté différents produits, les élèves n'ont donc pas eu le temps de se familiariser avec un aliment en particulier et le processus d'appréciation ou d'acceptation d'un nouvel aliment n'a donc pas réellement pu évoluer entre les deux phases de test.

En effet, les contraintes liées à l'écriture et à la restitution de ce travail de mémoire ne nous permettaient pas de prolonger les phases de dégustations. Nous pensons que pour voir des évolutions notables dans le choix des aliments lors du post-test, les phases de dégustations auraient dû être plus longues. Pour que chaque élève goûte au moins 5 fois chaque aliment proposé, la recherche aurait dû s'étaler sur l'année scolaire entière, ce qui n'était pas possible pour nous. Il y a plusieurs raisons à cela ; d'une part nous devons respecter le programme scolaire et les objectifs attendus par le PER. Étaler la phase de dégustations sur l'année

scolaire n'était pas faisable car nous ne sommes en stage que quelques jours par semaine. D'autre part, la vie de la classe ne rend pas la recherche aisée à mener. Il y a l'exemple, lors du pré-test de la classe de 2H, un élève malade. Il n'était logistiquement pas possible de faire rattraper ce moment à l'élève absent. Il y a également d'autres obstacles comme certains élèves qui sortent de la classe pour des appuis ou encore des projets d'établissement qui ne permettent pas de faire des dégustations de manière ponctuelle chaque semaine. Aujourd'hui nous pensons qu'en ne prenant en compte que le cadre scolaire et le contexte de la recherche (étudiantes en stage), il était difficile d'atteindre notre ambition initiale.

Limites dues au nombre d'élèves

En comptant tous les élèves de nos deux classes, nous avons travaillé avec 32 enfants entre 5 et 8 ans. Cela constitue un faible échantillon de population interrogé. Par conséquent, cela ne peut pas représenter de manière objective la réalité des enfants de cette tranche d'âge. Ce nombre ne suffit pas pour tirer des généralisations, car l'échantillon soumis à la recherche est insuffisant. Nous pouvons cependant affirmer que, d'un point de vue qualitatif, la recherche a porté ses fruits, et que la séquence pourrait être reprise avec d'autres élèves afin d'augmenter le nombre d'enfants impliqués. Cela aurait pour conséquence l'augmentation quantitative d'enfants interrogés et pourrait permettre d'établir une généralité. Nous pensons que si une dizaine de classe avait participé à cette séquence, les résultats seraient peut-être plus probants.

Limites dues à la méthode de recherche

Nous avons fait le choix de faire le pré-test et le post-test de manière individuelle avec chaque élève. De plus, celui-ci devait fermer les yeux lors de la dégustation de l'aliment. Nous avons observé une volonté chez la majorité des élèves de déguster de nouveaux aliments lors des phases collectives de dégustations. Nous avons mentionné, dans l'analyse des données, que lorsqu'un élève goûtait quelque chose qui semblait bon, les autres suivaient et désiraient également déguster.

Nous nous demandons si la mise en place de « tests » individuels, que nous avons qualifié de pré-test et de post-test n'était pas un facteur supplémentaire de peur de l'inconnu. Lors de ces deux phases, nous avons également enregistré les élèves, comme il était prévu de le faire, par

souci de rapidité sur le moment et pour faciliter la transcription exacte pour la rédaction de ce mémoire. Il y a également un facteur en plus qui varie des phases collectives de dégustations à celles des pré-tests et post-tests : pendant les dégustations collectives, les élèves échangeaient librement entre eux en mangeant les mêmes aliments que les autres camarades et tout cela les yeux ouverts.

Avec ces trois différents éléments supplémentaires (dégustation individuelle, le fait d'être enregistré et de manger les yeux fermés), la confiance en soi de l'élève n'était peut être pas optimale au moment du post-test. Il y a trois éléments qui diffèrent des phases de dégustations collectives, et ce nombre est peut-être un peu trop élevé pour que l'élève se sente totalement en confiance. Cela pourrait même avoir eu un effet négatif sur les résultats obtenus au post-test. En effet, il se pourrait que cela ait engendré un facteur de peur, de stress supplémentaire, encourageant l'élève à aller vers ce qu'il connaît déjà, pour le rassurer, pour faire bien son test et pour répondre correctement aux questions posées par l'enseignante lors de la dégustation.

En plus de ces trois limites évoquées, il y a de nombreux autres aspects à prendre en compte. En effet, l'alimentation, comme nous l'avons écrit dans le cadre théorique, est liée à énormément de facteurs d'influences, que ce soit dans la culture de la société, la culture familiale, le goût personnel, l'environnement, le contexte, l'âge, Toutes ces variables qui jouent un rôle dans l'alimentation de chaque enfant démontrent à quel point ce domaine est complexe. Pour atteindre une réelle évolution ou de réels changements dans l'alimentation des enfants, il faut faire plusieurs expériences et travailler de nombreuses situations. Nous étions donc ambitieuses de vouloir observer une évolution chez nos élèves dans ce domaine. Cependant, nous n'avions pas pour but d'établir des changements dans les habitudes des élèves et modifier leur alimentation. Loin de là était notre but, notre projet. Nous voulions, dans le contexte précis de la classe, travailler sur le vocabulaire, éviter la vision du « j'aime » ou « j'aime pas » et dépasser ce cap pour déguster dans le but d'être sensibilisé aux sensations en bouche.

Nous nous sommes rendu compte que pour agir et voir une réelle évolution dans cette situation précise il faut du temps et un long travail. Si nous continuerions nos recherches nous procéderions de manière différente. Nous aurions mis en place des séances plus espacées et sur une plus longue durée. Nous faisons l'hypothèse que de réels résultats pourraient être visibles après une année de travail. Nous aurions évidemment gardé notre thématique sur les

dégustations et l'apprentissage du vocabulaire mais nous aurions dégusté moins d'aliments par séance. De plus, nous aurions choisi un certain nombre d'aliments cible, environ quatre. Ces aliments seraient présentés une première fois et nous aurions récolté les ressentis des élèves. Puis, nous les aurions présenté sous la même forme dans différentes dégustations de manière aléatoire, cinq fois. Puis nous aurions présenté à nouveau ces aliments et nous aurions à nouveau récolté les ressentis des élèves.

Cette méthode permettrait d'éviter les limites de temps car nous nous accorderions une plus longue période pour apprendre sur ce sujet avec les élèves. Les élèves étant plus habitués à une séance de ce type auraient, au fur et à mesure que les leçons passent, plus d'autonomie et de confiance en eux ; ils seraient moins influencés par leurs camarades. Pour la première et la dernière séance, il faudrait prévoir un travail en parallèle dans lequel les élèves seraient autonomes. Ainsi, nous pourrions inviter un élève à la fois au bureau pour qu'il puisse déguster les différents aliments et directement exprimer son ressenti, sans être influencé par ce que ses camarades auraient dit avant lui et pour ne pas devoir faire la file et risquer d'oublier toutes les sensations ressenties.

Cependant, nous ne regrettons pas notre choix et la méthode mise en place. Nous pensons que c'était une étape à faire pour ensuite prendre du recul et se rendre compte des modifications possibles à apporter. Et sûrement que si nous mettions cette nouvelle méthode en place dans nos classes, nous nous rendrions compte que de nouvelles limites apparaîtraient et elle évoluerait à nouveau.

Conclusion

Le domaine de l'alimentation est une thématique très vaste et il nous a été nécessaire de faire le tri dans ce qui existait déjà afin de nous centrer sur ce qui nous intéressait. Les recherches actuelles qui ont été menées dans ce domaine se centrent principalement autour du « manger sainement » et plus rarement autour du développement du goût, bien que certaines recherches existent, comme celles menées par exemple par Lévi-Strauss. Cependant, lors de l'élaboration de notre mémoire, nous n'avons pas pu nous appuyer sur des recherches existantes qui visent le même objectif que le nôtre, soit une diminution de la néophobie par un enrichissement du vocabulaire lors de dégustations régulières. Nous considérons que cette recherche ne représente qu'une première étape et que le résultat obtenu ne peut pas représenter, en l'état, une généralité pour des enfants de cette tranche d'âge.

Dans notre hypothèse, nous avons émis l'idée qu'il était possible de lier vocabulaire et dégustation pour diminuer la néophobie. Lors de l'analyse des données, nous nous sommes aperçues que cette hypothèse ne pouvait pas être démontrée. Cependant, lors des diverses phases de la séquence d'enseignement, nous avons noté de nombreuses découvertes chez les enfants. Ils ont tous découvert au moins un nouvel aliment, ils ont travaillé la distinction des saveurs et finalement ils ont réussi à mettre des mots sur ce qui se passait dans leur bouche. Nous retenons que la partie « développement du vocabulaire » est très positive ; malgré les limites mentionnées précédemment, nous avons relevé un progrès chez un nombre significatif d'élèves. La séquence d'enseignement est donc réussie du point de vue de l'augmentation du vocabulaire, celui-ci passant forcément par la prise de conscience des perceptions en bouche.

Nous avons également noté une évolution au niveau du comportement des élèves entre les premières et les dernières dégustations. Au fil du temps, nous les avons sentis moins méfiants et plus enclins à goûter ce qui était proposé. Un important lien de confiance a commencé à se tisser et ainsi l'anxiété initiale, liée au paradoxe de l'omnivore, s'est peu à peu estompée. En effet, lors des différentes phases de dégustations, les élèves ont presque tous goûté à l'ensemble des aliments proposés. Nos hypothèses se révélaient donc en partie exactes, car les enfants étaient plus ouverts à déguster en fonction du contexte mis en place. Lors des séquences de dégustations collectives, certains élèves goûtaient en premier entraînant les autres membres du groupe qui démontraient leur envie d'essayer. Parfois un élève disait

« non, je ne veux pas ! », puis voyant que ses copains osaient, il nous redemandait : « est-ce que je peux aussi goûter finalement ? ». Nous avons donc bien remarqué une réduction de la néophobie lorsque ces conditions favorables étaient réunies. Voir les pairs déguster et mettre en mots ce qui se passait dans leur bouche leur a permis de pencher vers le pôle néophilique, d'élargir leur « palettes gustatives » et donc d'augmenter leur capital de saveurs découvertes.

Nous espérons que ce travail, mis en place dans des classes de cycle 1, puisse aiguiller les élèves vers une attitude d'ouverture à la nouveauté. Nous estimons que c'est une thématique importante qui doit être abordée à l'école et comptons le faire avec nos futures classes. Nous pensons que le travail sur les sensations devrait être soigneusement exploité avec des enfants de cette tranche d'âge et voudrions leur offrir l'opportunité de faire de nouvelles expériences gustatives, notamment pour ceux qui n'ont pas souvent l'occasion d'en faire l'expérience.

Toutes les recherches dont nous avons pris connaissance vont dans le sens de la nôtre ; familiariser les élèves avec de nouvelles saveurs joue un rôle très important dans l'acceptation de certaines saveurs. Il y a un goût qui est inné et pareil à tout être humain, mais ce goût est modifiable et s'adapte à nos habitudes alimentaires. Cela montre qu'il est primordial de travailler la dégustation avec les élèves, que c'est un travail et un processus qui exige du temps et dont les effets ne sont pas immédiatement perceptibles. Cependant, nous pensons qu'il est important de réaliser diverses dégustations durant l'année, pour que les élèves reconnaissent différentes saveurs dans le but de prolonger et développer cet apprentissage.

Nous avons eu beaucoup de plaisir à réaliser ce travail qui nous a énormément apporté. Nous nous sommes rendu compte de l'ampleur de ce domaine et à quel point il était complexe et influencé par une multitude d'éléments complémentaires. En réalisant cette recherche, nous avons non seulement beaucoup appris, mais nous avons également pris conscience de nombreuses interrogations telles que :

- En ajustant notre méthode de recherche, quelles auraient été les modifications comportementales des élèves ?
- Quels résultats aurait-on obtenus en bénéficiant d'une durée d'exploration plus importante ?
- Une planification répartie sur l'année scolaire serait-elle susceptible de modifier les résultats obtenus ?
- ...

Toutes ces interrogations nous donnent envie de poursuivre nos recherches dans ce domaine et enrichir notre statut d'expertes naissant. Ce mémoire, et plus particulièrement les résultats de notre recherche, nous ont rendues encore plus curieuses qu'initialement.

Bibliographie

Ouvrages

- Bezençon, C. (2005). *L'alimentation salubre : une évidence problématique*. Office fédéral de la santé publique. Berne.
- Fischler, C. (2001). *L'omnivore. Le goût, la cuisine et le corps*. Editions Odile Jacob.
- Puaisis, J. & Pierre, C. (1987). *Le goût chez l'enfant l'apprentissage en famille*. Editions Flammarion.

Articles

- Clément M.-C. (2003). *Une cuillère pour maman, une cuillère pour papa... deux cuillères pour moi !* La lettre de l'enfance et de l'adolescence 2/2003 (n° 52), p. 63-70.
- Clément M.-C. (2004). *Goûts et Dégoûts de l'enfance : la construction de la personnalité*. Lemangeur-ocha.com
- Goanec, M. (2014). Article sur Fischler, C. (2013). *Les alimentations particulières. Mangerons-nous encore ensemble demain ?* Editions Odile Jacob.
- Poulain, J.-P. (2002). Article sur Lévi-Strauss, C. (2002). *Manger aujourd'hui. Attitudes, normes et pratiques*. Editions Privat. Lemangeur-ocha.com
- Rajohanesa N., Ayadi K., Masserot C. (2010). *L'enfant, les aliments plaisir et l'équilibre alimentaire : paradoxe ou complémentarité ?* Management & Avenir 7/2010 (n° 37), p. 140-158.
- Rigal N. (2002). *La naissance du goût*. La Mission Agrobiosciences.

Sites internet

- <http://www.senso5.ch/wordpress/extranet/>, consulté le 12 juillet 2015
- <http://www.plandetudes.ch/education-nutritionnelle>, consulté le 12 et le 31 juillet 2015
- <http://sante.lefigaro.fr/mieux-etre/nutrition-pratique/neophobie-alimentaire/quest-ce-que-cest>, consulté le 31 juillet 2015
- <http://www.amici.ch/fr/art-de-la-degustation/>, consulté le 14 septembre 2015
- <http://www.hugolescargot.com/article-comment-reconnait-on-le-gout-des-aliments.htm>, consulté le 19 avril 2016

Illustrations

Les différents dessins ont été réalisés par Noémie Melchiorre (2016)

Mémoires professionnels

Henry, L. (2012). *Les conditions de plaisir dans l'acte alimentaire chez les élèves de deuxième primaire*. HEP Lausanne.

Muffat, L. & Roche-Meredith, M. (2012). *Sur quoi les élèves s'appuient-ils pour construire une décision alimentaire ?* HEP Lausanne.

Cours HEP

Thonhauser, I. (semestre de printemps 2014). *Cours BP21LAC*. Lausanne : HEP Vaud

Annexes I

Pré-test (1) et post-test (2) de la classe 2H, détails par élève

Elève Rafa 1

Chocolat blanc : pas nommé / inconnu / pas d'explication sur les impressions et la sensation ressentie

Rice Krispies : pas nommé / inconnu / pas de goût / j'ai dû mâcher

Sugus : nommé bonbon / connu / goût de cerise / j'ai dû croquer

Banane : correctement nommé / connu / goût de banane / c'était bon et j'ai dû croquer mais c'était pas dur, c'était mou.

Elève Rafa 2

Chocolat blanc : pas nommé / inconnu / pas d'explication sur les impressions et la sensation ressentie

Rice Krispies : nommé céréales / connu / c'était croquant

Sugus : nommé bonbon mais connais pas cette sorte / inconnu

Noix de coco : pas nommé / inconnu / c'était croquant

Elève Mati 1

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / j'ai dû croquer

Banane : correctement nommé / connu / je l'ai croqué

Rice Krispies : nommé céréales / connu / j'ai dû croquer, c'était dur

Sirop d'érable : pas réussi à nommer / inconnu / un peu le goût de café / j'ai dû avaler tout de suite parce que c'était liquide

Elève Mati 2

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / c'était dur et sucré

Chips à la betterave : pas nommé / inconnu / c'était dur

Noix de coco : correctement nommé / connu / c'était salé et c'était dur

Sirop d'érable : correctement nommé / connu / c'était sucré et liquide

Elève Lori 1

Banane : correctement nommé / connu / pas d'explication sur les sensations

Sugus : nommé bonbon / inconnu / pas d'explication sur les sensations

Rice Krispies : nommé céréales / connu / j'ai d'abord laissé un peu dans ma bouche, puis j'ai croqué

Noix de coco : pas nommé / inconnu / pas d'explication sur les sensations

Elève Lori 2

Banane : correctement nommé / connu / c'était glissant et mou

Sugus : nommé bonbon / connu / c'était fort

Rice Krispies : nommé céréales / connu / c'était croquant

Noix de coco : pas nommé / inconnu / c'était croquant

Elève Elio 1

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / pas d'explication sur les sensations

Sugus : nommé bonbon / connu / le bonbon était dur

Rice Krispies : nommé céréales / inconnu / je ne me souviens plus comment c'était dans ma bouche

Banane : correctement nommé / connu / j'ai dû mâcher mais c'était pas dur

Elève Elio 2

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / c'était dur mais ça fond vite dans la bouche, ça avait le goût de lait

Sugus : nommé bonbon / connu / le bonbon était dur et glissant

Rice Krispies : nommé céréales / connu mais pas cette sorte / c'était dur

Banane : correctement nommé / connu / c'était mou

Elève Mano 1

Noix de coco : correctement nommé / connu / pas d'explication sur les sensations

Rice Krispies : nommé cornflakes / inconnu / ça avait un goût normal

Sirop d'érable : nommé quelque chose au caramel / inconnu / c'était bon, j'ai mangé avec la cuillère parce que c'était liquide

Chips à la betterave : nommé tomate sec / inconnu / c'était bon, c'était rouge et dur

Elève Mano 2

Noix de coco : correctement nommé / connu / c'était croustillant

Endive : pas nommé / inconnu / c'était croustillant et acide

Sugus : nommé bonbon / je ne connais pas cette sorte / c'était mou

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / c'était dur

Elève Eli 1

Sugus : nommé bonbon / goût de bonbon / impression : très bon / j'ai d'abord sucé et après j'ai commencé à la croquer

Rice Krispies : pas nommé / inconnu / ça n'avait pas de goût

Banane : correctement nommé / connu / sensation : bon

Pamplemousse : nommé orange / connu / ça avait un goût pas très bon, j'ai dû écraser dans ma joue pour presser parce qu'il y avait du plastique

Elève Eli 2

Sugus : nommé bonbon / connu / c'était mou puis liquide dans ma bouche

Rice Krispies : nommé céréales / inconnu car pas cette sorte / c'était un peu dur

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / c'était gluant

Pamplemousse : nommé orange / connu / c'était liquide

Elève Emi 1

Rice Krispies : nommé cornflakes / inconnu / pas d'impression / d'abord sucé après croqué

Chocolat blanc : correctement nommé / inconnu / d'abord j'ai croqué et puis j'ai mâché

Noix de coco : nommé cacao / inconnu / goût de cacao / c'était dur

Sugus : nommé bonbon jaune / inconnu / dur

Elève Emi 2

Rice Krispies : nommé céréales / connu / c'était croustillant - amer

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / c'était croquant et salé

Sirop d'érable : nommé d'abord miel puis thé / inconnu / c'était liquide

Endive : pas nommé / inconnu / c'était salé

Elève Lé 1

Banane : correctement nommé / connu / goût sucré / pas réussi à fournir d'impressions ou de sensations sur l'aliment à par « bon »

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / j'ai dû croquer

Rice Krispies : nommé cornflakes / connu / ça n'a pas beaucoup de goût, c'était croquant

Sugus : pas nommé / inconnu / c'était sucré, j'ai dû croquer

Elève Lé 2

Banane : correctement nommé / connu / c'était mou

Noix de coco : correctement nommé / connu / c'était croquant et salé

Rice Krispies : nommé cornflakes / connu / c'était sucré

Sugus : pas nommé / inconnu / c'était mou et puis collant

Elève Matt 1

Pamplemousse : nommé orange / connu / croquer

Banane : correctement nommé / connu / pas d'explication sur les sensations en bouche

Noix de coco : pas réussi à nommer / inconnu / goût de noix de coco / pas d'explication sur les sensations

Rice Krispies : nommé céréales ou alors Miel Pops / connu / goût de Miel Pops / c'était un petit peu dur et ça faisait le bruit « crac-crac »

Elève Matt 2

Banane : correctement nommé / connu / c'était glissant

Pamplemousse : nommé orange / connu / c'était salé

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / c'était dur et sucré

Rice Krispies : nommé céréales / connu / c'était un peu dur et c'était croquant

Elève Nol 1

Sugus : nommé bonbon / inconnu / impression : bon

Pamplemousse : nommé orange / connu / j'ai dû croquer et sucer, sucer pour le jus et croquer le reste.

Rice Krispies : nommé céréales / connu / c'était croquant

Sirop d'érable : nommé caramel / inconnu / goût de caramel / j'ai dû sucer

Elève Nol 2

Sugus : nommé bonbon / connu / c'était sucré et moyen croquant

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / c'était croquant-mou et après fondant

Rice Krispies : nommé céréales / connu / c'était croquant

Sirop d'érable : pas nommé / inconnu / c'était liquide

Elève Cla 1

Sugus : nommé bonbon / connu / je l'ai d'abord sucé un peu et après je l'ai mâché

Noix de coco : correctement nommé / connu / j'ai dû croquer

Rice Krispies : nommé céréales / inconnu / pas d'explication sur les sensations

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / pas d'explication sur les sensations

Elève Cla 2

Sugus : nommé bonbon mais pas cette sorte / inconnu / c'était mou et sucré

Noix de coco : correctement nommé / connu / j'ai dû croquer

Rice Krispies : nommé céréales / connu / c'était croquant

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / c'était mou, croquant et sucré

Elève Ell 1

Sugus : nommé bonbon / inconnu / pas d'explication sur les sensations

Endives : pas nommé / inconnu / pas d'explication sur les sensations

Sirop d'érable : pas nommé / inconnu / pas d'explication sur les sensations

Banane : correctement nommé / connu / pas d'explication sur les sensations

Elève Ell 2

Sugus : nommé bonbon / inconnu / c'était croquant

Chocolat blanc : pas nommé / inconnu / pas d'explication sur les sensations

Sirop d'érable : pas nommé / inconnu / c'était liquide

Banane : correctement nommé / connu / c'était mou

Elève Luc 1

Absent lors du pré-test

Elève Luc 2

Pamplemousse : nommé mandarine / je connais car ma maman des fois elle en achète / c'est acide et mou

Rice Krispies : nommé céréales / connu / liquide

Noix de coco : pas nommé / inconnu / c'était dur

Sugus : pas nommé / inconnu / c'était dur

Pré-test (1) et post-test (2) de la classe 3-4H, détails par élève

Elève A 1

Chocolat blanc : pas nommé, petit morceau blanc / connu / déjà mangé/ ça avait le goût de chocolat blanc, ça allait comme ça, ça m'a gonflé la joue, je sais pas

Sugus : pas nommé, petit truc qui ressemble et avait la forme d'un rond / inconnu / jamais mangé / odeur d'un sugus, un peu acide

Rice Krispies : nommé céréales / connu / déjà mangé / ça donnait un peu un goût de croustillant et ça craquait un peu

Banane : correctement nommé / connu / déjà mangé / je sais pas comment dire le goût mais ça glissait sur la langue.

Elève A 2

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé, 3^{ème} fois / au début c'était dure et après c'était mou, le goût il reste dans la bouche

Sugus : nommé, un truc qui avait le goût d'un sugus à la fraise / inconnu / déjà mangé / c'est mou

Rice Krispies : nommé des mini trucs, des céréales / connu / déjà mangé / c'était bon, dur et croquant

Banane : nommé un truc rond, pas très épais et c'était de la banane / connu / déjà mangé / c'était bon, c'était mou

Elève B 1

Sirop d'érable : correctement nommé / inconnu / jamais mangé / pas trop aimé, le goût d'une noix

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / déjà mangé / j'ai aimé, c'était bon

Sugus : nommé bonbon / connu / déjà mangé / ça avait le goût d'un sugus, mou

Sarah Peeroo

Noémie Melchiorre

Endive : nommé salade / connu / déjà mangé / c'était frais, croquant et c'est tout

Elève B 2

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / déjà mangé / au début c'était dur et à la fin mou, c'était jaune

Sugus : nommé bonbon / connu / déjà mangé / il était collant, un peu dur

Endive : nommé salade / connu / déjà mangé / c'était croquant, c'était vert

Chips à la betterave : nommé chips / inconnu / jamais mangé / c'était croquant et violet

Elève C 1

Rice Krispies : nommé céréales / connu / déjà mangé / non je sais pas, l'impression du plastique

Chocolat blanc : correctement nommé / connu / déjà mangé / ça a le goût de myrtille

Sugus : nommé bonbon / inconnu / jamais mangé / ça a le goût du bonbon et un petit goût de caramel

Sirop d'érable : nommé je sais pas ce que j'ai goûté, ah oui du sirop de caramel / inconnu / jamais mangé / ça collait partout, et dans la cuillère ça coulait, et ça m'a collé dans les mains

Elève C 2

Sugus : nommé / connu / jamais mangé / c'était pas dur, bon

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / bien aimé, c'était mou

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / c'est croquant, c'est nature et c'est bon

Noix de coco : pas nommé / inconnu / jamais mangé / c'était bon, croquant et ça avait pas de goût

Elève D 1

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / craquant, ça craque dans la bouche

Sugus : nommé : ça ressemblait à un bloque de caramel / inconnu / jamais mangé / trouvais ça très bon, J'ai trouvé ça que ça colle aux dents, léger un peu

Banane : nommé / connu / déjà mangé, je connais depuis 1000 fois / c'était tout mou, et très bon

Sirop d'érable : nommé / inconnu / jamais mangé / je trouvais ça pas bon, goût du café au lait ou non un peu le goût du café

Elève D 2

Sugus : nommé / connu / déjà mangé / j'aimais bien et c'était un peu solide et un peu liquide

Céréales : nommé cornflakes / connu / déjà mangé / c'est croquant,

Banane : nommé / connu / déjà mangé / j'aimais bien,

Sirop d'érable : nommé miel / connu / déjà mangé / j'aime très bien, c'était liquide

Elève E 1

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé, ressenti un goût fondant, comme si c'était du chocolat qui était fondu

Noix de coco : nommé / connu / jamais mangé / bien aimé, croquant

Sirop d'érable : nommé / connu / jamais mangé / j'ai pas du tout aimé, c'était un peu comme du liquide très très liquide et un peu froid

Endives : nommé salade / connu / déjà mangé / j'ai adoré, j'en mange tout le temps, craquant, doux, froid

Elève E 2

Sugus : nommé / connu / jamais goûté / c'était mou et ça collait un peu sur les dents

Chocolat blanc : nommé / connu / jamais mangé / c'était croquant et à la fin c'était mou

Noix de coco : nommé / connu / jamais mangé / je trouvais que c'était croquant

Céréales : nommé / connu / déjà mangé, mais pas les mêmes / c'était croquant

Elève F 1

Sirop d'érable : nommé liquide qui se ressemblait à du miel, et au caramel / inconnu / jamais mangé / c'était un espace de caramel, j'ai senti que ça fondait

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / c'était bon, c'était un peu dur et gourmand

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / c'est craquant, et puis ça avait le goût des céréales

Sugus : nommé / connu mais pas cette sorte / déjà mangé, mais pas cette sorte / comme un sugus, c'est un peu collant aux dents

Elève F 2

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / c'était dur, croquant et bon

Sugus : nommé / connu / déjà mangé / c'était sucré, bon, collant, ça collait aux dents

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / dur et sucré et c'était bon

Sarah Peeroo

Noémie Melchiorre

Chips betterave, nommé chips / connu / déjà mangé / croquant, dur et bon

Elève G 1

Sirop d'érable : nommé, sirop / inconnu / jamais mangé / pas trop bien aimé, ça avait un goût pas très bon, liquide, et il y avait un peu de petites choses que je sentais dans ma bouche

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / croquant, il y avait un goût un peu du lait et le goût que j'aime bien

Sugus : nommé bonbon / connu / déjà mangé / ben c'était sucré et collant dans mes dents

Chips à la betterave : nommé quelque chose qui était rose / inconnu / jamais mangé / ça avait le goût d'un chips et c'était croquant, c'était un peu sucré

Elève G 2

Sugus : nommé / connu / déjà mangé / c'était sucré, collant dans la bouche quand on croquait

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / c'était dur et c'était assez sucré et j'ai bien aimé

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / croquant, petit, jaune et bon

Elève H 1

Sirop d'érable : nommé caramel / connu / déjà mangé / non pas vraiment, c'était sucré et un peu écoeurant

Noix de coco : nommé / connu / jamais mangé / c'était acide, j'ai vraiment pas aimé,

Endive : nommé salade / connu / déjà mangé / c'était bon, aussi c'était je crois bien que c'était de la salade nature

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / c'était sucré et puis j'ai beaucoup aimé, ça avait un goût de lait

Elève H 2

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / ça avait le goût du miel, sucré

Sugus : nommé / connu / déjà mangé / sucré, c'était bon et collant

Noix de coco : nommé / connu / jamais mangé / j'ai pas vraiment aimé, c'était blanc, un petit peu carré et ça avait le goût du lait

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / c'était croustillant, croquant, dur si t'appuies pas trop fort

Elève I 1

Banane : nommé paire de banane / connu / déjà mangé / c'était bon

Sugus : nommé bonbon / connu / déjà mangé / ça collait beaucoup et sinon c'était bon, rien d'autre

Elève I 2

Banane : nommé / connu / déjà mangé / c'était sucré, bon

Chocolat blanc : nommé c'était un peu du fromage, qui ressemble un peu à du chocolat / inconnu / jamais mangé / c'est salé

Banane : nommé / connu / déjà mangé / c'était bien, un peu sucré et un goût que je connais

Banane : nommé banane / connu / déjà mangé / acide un peu

Elève J 1

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / sucré, rien d'autre

Sirop d'érable : nommé caramel / connu / jamais mangé / c'était sucré

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / un peu un goût de vin, c'était croustillant

Sugus : nommé bonbon / connu / déjà mangé / à la pêche, un peu mou et un peu croustillant

Elève J 2

Sugus : nommé bonbon / connu / déjà mangé / sucré

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / c'était sucré

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / c'était croquant

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / c'était sucré

Elève K 1

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / non, dur et croquant

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / c'était croquant y avait un petit goût

Sugus : nommé un bonbon / inconnu / jamais mangé / sucré, dur

Sirop d'érable : nommé caramel / connu / jamais mangé / un petit goût piquant après c'est redevenu normal

Elève K 2

Sugus : nommé / connu / déjà mangé / sucré, mou

Sirop d'érable : nommé miel / connu / déjà mangé / c'était sucré, mou, liquide

Sarah Peeroo

Noémie Melchiorre

Céréales : nommé / connu / déjà mangé, la toute première fois / c'était croquant, sucré et j'ai bien aimé

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / croquant et j'aime

Elève L 1

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / un peu acide et c'était trop bon, il y avait beaucoup de goût

Céréales : nommé / connu / jamais mangé, non pas celles –ci / il y avait un peu le goût, un peu moins de goût que le chocolat blanc

Sugus : nommé c'était des bonbons / inconnu / jamais mangé / qui avait le goût de caramel, ça avait un peu le goût de bonbon caramel

Chips à la betterave : nommé c'était un truc rouge / inconnu / jamais mangé / c'était pas bon du tout, pas bon, rien d'autre

Elève L 2

Sugus : nommé / connu / déjà mangé / un peu le goût de caramel

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / c'était le même goût que le chocolat, alors j'ai bien aimé

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / c'était bon, j'ai bien aimé, c'était croquant

Chips à la betterave : nommé des sortes de chips, violet avec des petites bosses / inconnu / jamais mangé / pas trop aimé

Elève M 1

Sirop d'érable : nommé / connu / jamais mangé / pas trop, c'était frais et un peu froid

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / c'était un petit peu frais et croustillant

Sugus : nommé un bonbon au caramel je crois / connu / déjà mangé, mais d'une autre sorte / c'était un petit peu mou, un peu dur et très collant

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / un peu dur et très bon

Elève M 2

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / c'était un peu froid, dur et croquant

Sugus : nommé / connu / déjà mangé / c'était un peu collant aux dents, au début c'était dur et après il devenait mou et plus c'était mou plus c'était collant

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / c'était un peu dur et après mou

Banane : nommé / connu / déjà mangé / mou

Elève N 1

Sirop d'érable : nommé sirop / connu / déjà mangé / c'était bon, j'ai aimé, frais et liquide

Sugus : nommé bonbon / connu / déjà mangé / dur et mou et mou et dur et sucré

Jus de tomate : nommé sorte de vin / inconnu / jamais mangé / j'aimais pas trop, j'arrive pas à expliquer

Chocolat blanc : nommé chocolat au lait / connu / déjà mangé / c'était croquant, savoureux et j'ai bien aimé

Elève N 2

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / c'était croquant, pis bon et jaune

Sugus : nommé une sorte de bonbon sugus / connu / déjà mangé / c'était au citron, j'ai bien aimé

Banane : nommé une sorte de banane / connu / déjà mangé / c'était bon, c'était sucré et j'ai bien aimé

Sirop d'érable : nommé un peu une sorte de sirop d'érable / connu / déjà mangé / c'était bon, sucré et liquide

Endive : nommé salade / connu / déjà mangé / c'était amer, j'ai pas trop aimé et c'est tout

Elève O 1

Sirop d'érable : nommé sirop / connu / déjà mangé / j'aimais pas parce qu'une fois c'était un médicament

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / j'adore, c'était bon, il y avait le goût de la noix de coco

Chips à la betterave : nommé chips / inconnu / jamais mangé / j'aimais pas parce que ça piquait un peu la gorge

Banane : nommé / connu / déjà mangé / y avait le même goût de la banane c'était trop bon, j'adorais, c'était tout mou

Elève O 2

Noix de coco : nommé / connu, car mangé y a très longtemps car j'en ai mangé en République

Dominicaine / déjà mangé / croquant et il y avait le goût de la noix de coco

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / trop bon, croustillant

Sarah Peeroo

Noémie Melchiorre

Banane : nommé / connu / déjà mangé / mou et trop bon

Pamplemousse : nommé je sais pas, un peu rose / inconnu / jamais mangé / c'était mou et acide

Elève P 1

Sirop d'érable : nommé / connu / déjà mangé / je sais pas, liquide, un peu froid

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / c'était un peu collant

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / c'était dur

Pamplemousse : nommé orange / connu / déjà mangé / ça avait le goût de l'orange et ça collait, c'était bon

Elève P 2

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / c'était dur

Sugus : nommé / connu / déjà mangé / c'était sucré, un peu dur et collant

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / c'était blanc, dur et sucré

Chips à la betterave : nommé chips / connu / déjà mangé / un peu dur et c'est tout

Elève Q 1

Sirop d'érable : nommé sirop / inconnu / jamais mangé / liquide

Noix de coco : nommé / connu / jamais mangé / pas mou, croustillant

Sugus : nommé bonbon au caramel / connu / jamais mangé, pas la même sorte / c'était collant, c'était un petit peu dur

Chips à la betterave : nommé chips / connu / déjà mangé / c'était un petit peu craquant un peu mou et puis voilà

Elève Q 2

Noix de coco : nommé / connu / jamais mangé / croquant

Sugus : nommé / connu / jamais mangé / c'était collant et bon

Chocolat blanc : nommé / connu / déjà mangé / c'était bon et c'était blanc et assez croquant dans la bouche

Endive : nommé salade sans sauce / connu / déjà mangé mais avec sauce / c'était dur au milieu et mou sur les côtés

Chips à la betterave : nommé quelque chose de violet / inconnu / jamais mangé / il y avait des bosses, croquant

Elève R 1

Sirop d'érable : nommé caramel / inconnu / jamais mangé / un goût je sais pas, c'était un peu liquide

Jus de tomate : nommé je sais pas comment ça s'appelle / inconnu / jamais mangé / ça avait le goût du sirop et puis du fromage avec des pâtes

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / ça avait le goût un peu comme du lait

Chips à la betterave : nommé un truc comme ça / inconnu / jamais mangé / c'était dégoûtant, je savais pas quel goût c'était

Elève R 2

Noix de coco : nommé / connu / déjà mangé / c'était un peu croquant

Céréales : nommé / connu / déjà mangé / croquant

Banane : nommé / connu / déjà mangé / c'était un peu mou et puis je dois en manger quand je suis malade

Sugus : nommé caramel / connu / jamais mangé / pas croquant

Annexes II

Elève Rafa :

Pré-test	Post-test
Dû croquer	croquant
Dû mâcher	
Pas dur	
mou	

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 1 -> 0

Elève Mati :

Pré test	Post-test
Dû croquer	
Dur	Dur
Dû avaler	
Liquide	Liquide
	Sucré
	Salé

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 0

Elève Lori :

Pré-test	Post-test
J'ai croqué	Croquant
	Glissant
	Mou
	Fort

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 0

Elève Elio :

Pré-test	Post-test
Dur	Dur
Dû mâcher	
Pas dur	Mou
	Fond vite
	Glissant

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 0

Elève Mano :

Pré-test	Post-test
Liquide	
Dur	Dur
	Croustillant
	Acide
	Mou

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 2 -> 0

Elève Eli :

Pré-test	Post-test
Croquer	
Ecraser	
	Mou
	Liquide
	Dur
	Gluant

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 3 -> 0

Elève Emi :

Pré-test	Post-test
Croqué	Croquant
Mâché	
Dur	
	Amer
	Salé
	Croustillant
	Liquide

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 0

Elève Lé :

Pré-test	Post-test
Dû croquer, croquant	Croquant
Sucré	Sucré
	Mou
	Salé
	Collant

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 1 -> 0

Elève Matt :

Pré-test	Post-test
Croquer	Ccroquant
Dur	Dur
Faisait crac-crac	
	Glissant
	Salé
	Sucré

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 0

Elève Nol :

Pré-test	Post-test
Dû croquer, croquant	Croquant
Dû sucer pour le jus	Liquide
	Sucré
	Mou
	Fondant

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 1 -> 0

Elève Cla :

Pré-test	Post-test
Sucé	
Mâché	
Dû croquer	Dû croquer, croquant
	Mou
	Sucré

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 0

Elève Ell :

Pré-test	Post-test
	Croquant
	Liquide
	Mou

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 0

Elève A :

Pré-test	Post-test
Gonflé la joue	
Acide	
Croustillant	

Ca craquait	Croquant
Ça glissait	
	Dur
	Mou

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 2

Elève B :

Pré-test	Post-test
Mou	Mou
Frais	
Croquant	Croquant
	Collant
	Dur

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 2 -> 0

Elève C :

Pré-test	Post-test
Ça coulait	
Ça collait	
	Pas dur
	Mou
	Croquant

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 4

Elève D :

Pré-test	Post-test
Craquant	Croquant
Colle aux dents	
Léger un peu	
Mou	
	Un peu solide

	Un peu liquide, liquide
--	-------------------------

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 3 -> 3

Elève E :

Pré-test	Post-test
Fondant	
Croquant, craquant	Croquant
Liquide	
Froid	
Doux	
	Mou
	Collait

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 3 -> 0

Elève F :

Pré-test	Post-test
Ça fondait	
Dur	Dur
Gourmand	
Craquant	Croquant
Collant	
	Sucré

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 1 -> 3

Elève G :

Pré-test	Post-test
Liquide	
Croquant	Croquant
Sucré	Sucré
Collant	Collant
	Dur

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 2 -> 2

Elève H :

Pré-test	Post-test
Sucré	Sucré
Ecorant	
Acide	
	Collant
	Croustillant
	Croquant
	Dur

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 3 -> 2

Elève I :

Pré-test	Post-test
Ça collait	
	Sucré
	Salé
	Acide

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 2 -> 2

Elève J :

Pré-test	Post-test
Sucré	Sucré
Croustillant	
Mou	
	Croquant

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 0

Elève K :

Pré-test	Post-test
Dur	
Croquant	Croquant
Sucré	Sucré
Piquant	
	Mou
	Liquide

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 2

Elève L :

Pré-test	Post-test
Acide	
	Croquant

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 2 -> 3

Elève M :

Pré-test	Post-test
Frais	
Froid	Froid
Croustillant	
Mou	Mou
Dur	Dur
Collant	Collant

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 0

Elève N :

Pré-test	Post-test
Frais	
Liquide	Liquide

Dur	
Mou	
Sucré	Sucré
Croquant	Croquant
Savoureux	
	Amer

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 3 -> 4

Elève O :

Pré-test	Post-test
	Croquant
	Croustillant
Mou	Mou
	Acide
Ça piquait	

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 3 -> 2

Elève P :

Pré-test	Post-test
Liquide	
Froid	
Collant	Collant
Dur	Dur
	Sucré

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 1 -> 0

Elève Q :

Pré-test	Post-test
Liquide	
Mou	Mou
Croustillant	

Collant	Collant
Dur	Dur
Craquant	Croquant

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 0 -> 2

Elève R :

Pré-test	Post-test
Liquide	
	Croquant
	Mou

Nombre de j'aime ou j'aime pas : 1 -> 2

Mots clés

- Dégustation ;
- Développement des perceptions ;
- Augmentation du vocabulaire sur le thème ;
- Réduction de la néophobie.

Résumé

Nous sommes 2 étudiantes en profil 1-4H qui avons envie de travailler autour du thème de l'alimentation pour notre travail de mémoire. Nous avons choisi d'orienter le travail sur les sens et plus particulièrement sur les dégustations. Nous avons comme ambition de donner envie aux élèves de découvrir de nouvelles saveurs. Nous pensons réaliser cette ambition en liant alimentation et vocabulaire. En effet, nous comptons travailler sur le vocabulaire relatif aux perceptions lors de diverses dégustations et pensons que l'augmentation du vocabulaire sur les perceptions permettra aux enfants de limiter la peur des nouveaux aliments et même les ouvrir à la nouveauté.

Nous nous demandons donc également quel rôle l'école peut avoir dans cette problématique. En effet, l'éducation nutritionnelle est une discipline présente dans le Plan d'Etudes Romand, mais ne figure pas sur la grille horaire. Nous faisons l'hypothèse que si l'éducation nutritionnelle était effectivement dispensée comme le demande le Plan d'Etudes, les connaissances des élèves sur l'alimentation seraient plus consistantes qu'elles ne le sont actuellement.

En analysant nos données, nous nous sommes aperçues que les enfants ayant participé à notre recherche ont une préférence pour le sucré, ce qui s'est vu dans les différents résultats des pré-tests et post-tests. Nous pouvons également confirmer l'attrance des élèves pour les aliments déjà connus et appréciés. Nous avons observé une belle progression dans l'utilisation du vocabulaire, sur les perceptions des sensations en bouche et également sur la motivation à déguster des aliments lorsque que la dégustation se faisait de manière collective. La néophobie était réduite si certaines conditions étaient réunies : les dégustations collectives, ne pas être le premier à goûter et partager ses impressions avec ses camarades.