

L'éducation nutritionnelle dans le Plan d'études romand

Le Plan d'études romand (PER) vise à assurer le développement «de connaissances et de comportements assurant l'épanouissement corporel et la préservation de sa propre santé»¹. L'Ecole a pour mission d'éveiller chez l'élève «la conscience de ses besoins physiologiques et alimentaires, ainsi que de sa responsabilité face aux divers comportements à risques.»

Viridiana Marc

Inscrite dans le domaine «Corps et mouvement» du PER, l'éducation nutritionnelle côtoie l'éducation physique, s'inscrivant ainsi dans une approche de santé globale. Ce domaine vise, pour l'élève, à «connaître son corps, en prendre soin et reconnaître ses besoins physiologiques et nutritionnels, à préserver son capital santé par le choix responsable d'activités sportives et de pratiques alimentaires». Il s'agit de placer l'élève dans un rapport actif vis-à-vis de son propre corps, de celui des autres et de son environnement afin qu'il agisse sur le maintien et le développement de sa santé physique et psychique. Dans une visée préventive, les activités proposées doivent développer «les connaissances et les attitudes permettant de limiter les comportements à risques, de prévenir les accidents et de prendre conscience des dérives rencontrées (...) tant dans le monde sportif que dans le domaine de l'alimentation». L'éducation nutritionnelle doit apporter les connaissances alimentaires théoriques et les pratiques nécessaires à la préservation de la santé, faisant ainsi écho aux aspects de «Condition physique et santé» traités en éducation physique. Les objectifs d'apprentissage touchent aux:

- «Sens et besoins physiologiques,
- Equilibre alimentaire».

Ils entretiennent de nombreux liens avec les objectifs des Sciences de la nature sur le «Corps humain», de la «Perception dans les Arts», ou encore de «Santé et bien-être» dans Formation générale.

Aux cycles 1 et 2, les grilles horaires hebdomadaires ne comportent généralement pas d'heure spécifique dédiée à l'éducation nutritionnelle. De cas en cas, des semaines thématiques intégrant cette éducation sont organisées; elles sont parfois inscrites dans un projet d'établissement ou de classe. Les enseignantes et les enseignants de ces cycles intègrent toutefois régu-



© Philippe Martin

lièrement ces apprentissages dans nombre d'activités complémentaires qui impliquent la préparation d'un met ou d'une collation lors de moments particuliers: fêtes et manifestations, rencontres avec les parents, etc. Ils traitent aussi des questions d'alimentation dans l'enseignement de certaines disciplines. En biologie, par exemple, lorsqu'ils étudient le corps humain.

Au cycle 1, les objectifs sont les suivants:

- «Détecter le caractère sensitif des aliments et utiliser un vocabulaire spécifique (CM15)
- Percevoir l'importance de l'alimentation (CM16)».

Les élèves abordent ainsi les sens en testant des saveurs et des odeurs, en classant et en goûtant des aliments. Le rythme biologique lié à la nutrition est identifié en le mettant en lien avec les sensations de faim et de soif.

Au cycle 2, identifier les divers organes impliqués dans la digestion appelle le classement des différents aliments, alors que l'observation des rythmes biologiques est mise en lien avec les fonctions de l'alimentation.

Les objectifs sont:

- «Identifier les besoins nutritionnels de l'organisme (CM 25)
- Identifier les notions de base d'une alimentation équilibrée (CM 26)».

Au cycle 3, les cantons peuvent choisir d'agrémenter l'éducation nutritionnelle d'aspects liés à la gestion d'un ménage et à la réflexion sur la consommation, proposant ainsi des cours d'Economie familiale dans les écoles. Dans la plupart des cantons, des périodes sont alors clairement inscrites à la grille horaire des élèves certaines années (en 9e, en 10e ou en 11e, en fonction des différentes filières ou niveaux), afin de développer les objectifs suivants:

- «Distinguer les particularités des nutriments et étudier leurs rôles dans l'alimentation (CM 35)

- Exercer des savoir-faire culinaires et équilibrer son alimentation (CM 36)
- Opérer des choix en consommateur averti (CM 37 – objectif ajouté pour l'Economie familiale)».

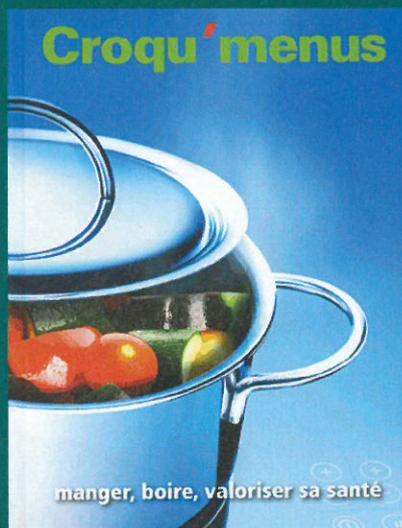
Cette contribution complémentaire que propose ce dernier objectif revêt un sens particulier dans le contexte actuel, en dotant l'élève d'outils simples et concrets lui permettant d'agir pour son bien-être et de faire des choix responsables. L'ouvrage *Croq'menus* est alors souvent utilisé.

Ainsi, dans le projet global de formation que propose le PER, l'éducation nutritionnelle apporte à l'élève les connaissances alimentaires théoriques et pratiques nécessaires à la préservation de sa santé. Elle permet de développer la coopération et la convivialité, la stimulation des sens et la découverte d'autres saveurs, ainsi que la prise de conscience d'autres cultures alimentaires. Elle contribue à faire de l'élève un consommateur, une consommatrice autonome, conscient-e de ses choix... espérons-le, jusque dans les recettes qui auront sa préférence, tant pour le plaisir de les réaliser que pour celui de les déguster!

¹ Déclaration politique de la CIIP de 2003 - www.plandetudes.ch/PG2-declaration

² Les objectifs pour les trois cycles se trouvent sous www.plandetudes.ch/education-nutritionnelle sur la plateforme du PER

Le manuel qui franchit le Röstigraben



Croq'menu en Suisse romande, *Tiptopf* en Suisse alémanique: un best seller dans le monde des manuels scolaires! En 2011, ils en étaient à leur deux millionième exemplaire: un re-

cord de longévité dans le monde des manuels.

Histoire d'un grand succès

En 1989, l'ouvrage classique des cours d'économie domestique *Recettes culinaires et hygiène alimentaire* est remplacé en Suisse romande par un nouvel ouvrage: *Croq'menus*. Il s'agit d'une adaptation de *Tiptopf*, un manuel réalisé en 1986 par des maîtresses d'économie familiale des cantons de Zurich et de Lucerne. En Suisse alémanique, toutes les recettes sont sans alcool. Il n'en va pas de même dans l'adaptation romande. En 2009, *Croq'menus* et *Tiptopf* sont remis au goût du jour à la demande des enseignants. Ouverts sur les questions de l'écologie et de la diversité des cultures, ils proposent des recettes venues d'ailleurs et préconisent d'ache-

ter des produits agricoles locaux. *Croq'menus* déclenche toutefois des protestations en Suisse romande, car les recettes contenant de l'alcool ont été supprimées. La fondue au cidre passe mal... En fait, le manuel applique la loi fédérale qui interdit la vente de boissons alcoolisées aux jeunes de moins de 16 ans. Pas de quoi en faire un fromage...

Réédité en 2014, le manuel est l'ouvrage le plus populaire dans les écoles et les cuisines familiales alémaniques et romandes. Et si, dans les leçons d'économie familiale, on lisait les recettes en allemand en Suisse romande et en français en Suisse alémanique? Il suffit d'un seul ouvrage par classe dans la langue «étrangère».

Simone Forster