



ACCUEILLIR LES ELEVES EN CLASSE MATERNELLE LA COLLATION

- Quelques définitions
- Les textes
- Focus sur le dispositif des petits déjeuners
- Les autres prises alimentaires à l'école maternelle
- Les actions d'éducation nutritionnelle et d'éducation au goût



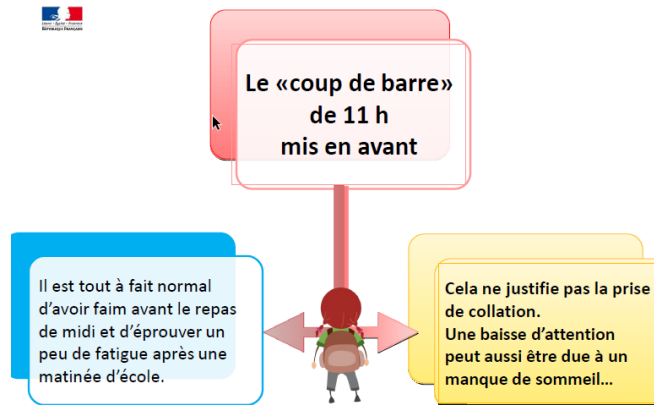
Quelques définitions

Une collation correspond à une prise d'aliments ou de boissons (autre que l'eau).

Instaurée dans les années 50 à l'école pour lutter contre les carences et la malnutrition des enfants, elle se composait alors essentiellement de lait afin de compenser des apports insuffisants liés à l'absence de petit-déjeuner. Cette distribution a été, par la suite, associée à d'autres aliments tels que des biscuits ou du chocolat, faisant de la collation matinale une prise alimentaire plus dense en énergie, avec des apports élevés en glucides simples et en lipides.

Aujourd'hui, le contexte a complètement changé et **une collation proposée à tous les élèves est totalement proscrite** :

- Elle brouille les messages d'éducation nutritionnelle recommandant d'éviter les apports alimentaires en dehors des repas et fait perdre à l'école son rôle de relais et d'exemplarité.
- Elle modifie les rythmes alimentaires de la totalité des écoliers et incite à manger avant que la sensation de faim ne soit ressentie. Elle légitime le grignotage.
- Elle constituerait pour certains une prise alimentaire supplémentaire à l'origine d'un excès calorique et va ainsi à l'encontre de la lutte contre l'obésité.



- Les recommandations de tous les spécialistes de la santé sont **d'encourager la prise quotidienne d'un vrai petit déjeuner avant de venir à l'école** ou en arrivant selon la mise en œuvre des dispositifs petits déjeuners.
- Cas particuliers : pour les élèves qui n'ont pas pris de petit-déjeuner, une prise est envisageable après concertation avec les familles.

Les textes

Dans le cadre du Programme national nutrition santé (PNNS), l'Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments (AFSSA) a rendu un avis le 23 janvier 2004 sur la collation matinale.

A l'issue de cette expertise, des recommandations ont été adressées aux écoles le 24 mars 2004.

http://cache.media.eduscol.education.fr/file/Action_sanitaire_et_sociale/36/4/note-collation-25-03-04_116364.pdf

Les principes régissant l'organisation générale des activités à l'école maternelle font l'objet d'un développement important dans le cadre des programmes d'enseignement de l'école primaire publiés au BOEN n° 1 du 14 février 2002. Il est notamment rappelé que « **l'accueil, les récréations, les temps de repos et de sieste, de goûter ou de restauration scolaire sont des temps d'éducation.** Ils sont organisés et exploités dans cette perspective par ceux qui en ont la responsabilité ». La question de la collation matinale, tout comme d'autres activités en rapport avec l'alimentation, ne peuvent être uniquement liées aux problèmes de surpoids et d'obésité, même si cet objectif de santé publique demeure prioritaire.

Les dimensions éducative, sociale et culturelle ainsi que les diversités locales, qu'elles soient d'ordre géographique ou socio-économique, doivent être prises en compte à l'école. Il faut rappeler que les familles ont un rôle primordial en ce qui concerne les rythmes alimentaires de l'enfant, en particulier pour le petit déjeuner, et qu'il convient **d'établir un lien étroit avec elles pour harmoniser les différentes prises alimentaires organisées à la maison et à l'école.**

Une information sur la collation et plus généralement sur les actions d'éducation à la nutrition fera l'objet d'une **communication en conseil d'école**. Cette information pourra associer les personnels de santé de l'éducation nationale et des partenaires extérieurs compétents dans ce domaine.

➤ Focus sur le dispositif des petits déjeuners

Dans le cadre de la stratégie de prévention et de lutte contre la pauvreté, des petits déjeuners sont offerts aux élèves dans les territoires prioritaires.

Lien EDUSCOL : <https://eduscol.education.fr/2179/focus-sur-le-dispositif-des-petits-dejeuners>

➤ Les autres prises alimentaires à l'école maternelle

D'autres moments de la vie de l'école, hors du déjeuner et du goûter, sont l'occasion de prises alimentaires supplémentaires : goûters d'anniversaire, fêtes de Noël, carnaval ou de fin d'année ... Ces événements festifs qui intègrent un apport alimentaire offrent, lorsqu'ils gardent leur caractère exceptionnel, un moment de convivialité, de partage et de diversité des plaisirs gustatifs, en même temps qu'ils créent des liens avec les familles le plus souvent associées à leur préparation. Il est cependant souhaitable de ne pas les multiplier et de les regrouper par exemple mensuellement, afin d'éviter des apports énergétiques excessifs.



➤ Les actions d'éducation nutritionnelle et d'éducation au goût

Il est prévu, dans le cadre des programmes de l'école primaire, une sensibilisation aux problèmes d'hygiène et de santé : régularité des repas, composition des menus (cycles 1 et 2), actions bénéfiques ou nocives des comportements, notamment dans l'alimentation (cycle 3).

En appui des enseignements, il est nécessaire de développer des actions nutritionnelles, d'éducation au goût et à la consommation. Des écoles ont déjà mis en place de tels projets, que ce soit dans le cadre des classes à projet artistique et culturel (PAC), des classes de découverte ou transplantées. D'autres projets impliquent la collaboration entre les écoles, les collectivités locales et les professionnels de soins

Les boissons ou aliments proposés aux élèves doivent permettre une **offre alimentaire diversifiée favorisant une liberté de choix**, en privilégiant l'eau, les purs jus de fruits, le lait ou les produits laitiers demi écrémés, le pain, les céréales non sucrées, **en évitant les produits à forte densité énergétique riches en sucre et matières grasses** (biscuits, céréales sucrées, viennoiseries, sodas..).



Chaque fois que possible, des dégustations de fruits peuvent également être encouragés.

Petits albums, documentaires pour enfants

	<p><i>Les fruits et légumes</i> Ed Milan Jeunesse</p> <p>Imagier sur les fruits et les légumes. (Dans la même série : A table)</p>
	<p><i>Pourquoi je dois manger équilibré</i> Ed Gamma</p> <p>2 copines s'encouragent à manger équilibré</p>
	<p><i>Les fruits du soleil</i></p> <p>Dominique Mwankumi Ecole des Loisirs Les fruits qui poussent dans les pays tropicaux.</p>
	<p><i>A table !</i></p> <p>Katy Couprie et Antonin Louchard Ed Thierry Magnier Imagier autour de la table, des aliments...</p>
	<p><i>La pomme</i> Mes premières découvertes Gallimard</p> <p>La graine, le pommier, tout sur la pomme... (Dans la même série : Le lait, Le pain)</p>
	<p><i>Le lait</i> Photimages PEMF</p> <p>De la vache aux produits laitiers... en photos, avec poster. (Dans la même série : Le pain)</p>
	<p><i>Non, je n'ai jamais mangé ça !</i> EDL</p> <p>De la graine au pain.</p>
	<p><i>Le musée des potagers</i> Ed Réunion des Musées Nationaux</p> <p>Imagier à partir de tableaux.</p>

Albums de la vie quotidienne

	<p><i>Et moi, Bob !</i> Alex Sanders EDL</p> <p>Partager ses gâteaux préférés...</p>
	<p><i>Pas de bol</i> Susie Morgenstern, Theresa Brown Ed Thierry Magnier</p> <p>Dispute autour des bols du petit-déjeuner...</p>
	<p><i>Pompon a oublié son goûter</i> Ed Milan</p> <p>Vol de goûter à l'école...</p>
	<p><i>Menu fille ou menu garçon ?</i> Thierry Lenain Ed. Nathan</p> <p>Echauffourée au fast-food...</p>
	<p><i>Raoul Patapouf</i> L'école des loisirs</p> <p>Trop gros pour être aimé ?</p>
	<p><i>Dame tartine</i> S. Devaux Ed Didier Jeunesse</p> <p>Comptine de friandises.... (Dans la même série : J'aime la galette) Pouvant être mis en relation : albums « Qui mange qui ? »</p>
	<p><i>L'ogre, le loup, la petite fille et le gâteau</i> P. Corentin Ed Ecole des loisirs</p> <p>Un problème d'organisation.... pour manger tout le monde...</p>
	<p><i>Marlaguette</i> Père Castor Flammarion</p> <p>Un loup peut-il manger de l'herbe ?</p>

 <p>Bon appétit! Monsieur Lapin</p>	<p><i>Bon appétit Monsieur Lapin</i> Claude Boujon EDL</p> <p>Monsieur Lapin n'aime plus les carottes, que mangent les voisins.... ?</p>
 <p>le géant de Zéralda</p>	<p><i>Le géant de Zéralda</i> Tomi Ungerer EDL</p> <p>Un ogre change d'alimentation...</p>

Comptines et chansons

Ribambelles (répertoire de Musique prim) : le goûter

Il faut manger de tout - <https://www.dailymotion.com/video/x2lw8g2>

Croque ta biscotte - <https://www.youtube.com/watch?v=1N9I27oP3SE>

Quel drôle de déjeuner - https://www.youtube.com/watch?v=lwW08Rr_5jY

Une miette de pain : <https://www.youtube.com/watch?v=wSETkhEwkgk>

Pour ne pas manger : <https://www.youtube.com/watch?v=7u8d3OG4EBA>