

**Fiche pédagogique réalisée dans le cadre la formation du CREFECO « Développer les compétences des apprenants en FLE par les approches plurielles des langues et des cultures » animée par Monica Vlad, Professeur à l'Université Ovidius de Constanța, à Chisinau (Moldavie) en novembre 2023.**

### Séquence didactique

## Titre : Les repas.

**Auteurs :** Chiper Valentina, Procopii Tatiana, Rotari Valentina

**Approche plurielle privilégiée :** Approche interculturelle, éveil aux langues

**Public cible :** A2-B1

**Durée de la séquence :** 45 minutes

**Ressources :** Cadre de référence pour les approches plurielles des langues et des cultures (CARAP)

K 9.2.2	Connaitre (dans sa propre culture ou dans d'autres cultures) quelques normes propres à certains groupes sociaux, régionaux ou générationnels relatives aux pratiques sociales
A-2.4.1	Être sensible (à la fois) à la grande diversité des façons de se saluer, d'entrer en communication, de marquer la temporalité, de se nourrir, de jouer, etc., ainsi qu'aux similitudes dans le besoin universel auquel elles répondent
S 1.1.4	Savoir s'appuyer sur l'observation simultanée de diverses langues ou cultures pour formuler des hypothèses en vue d'une analyse de phénomènes dans une langue ou une culture particulière
K 11.3.1	Savoir que les cultures peuvent s'influencer les unes les autres
A-5.3.3.1	Être ouvert (et maîtriser ses propres résistances éventuelles) envers ce qui semble incompréhensible et différent
S 6.4.1.1	Savoir présenter dans une langue un commentaire ou un exposé à partir d'un ensemble plurilingue de documents
K 15.1	Savoir que l'appartenance à une culture ou l'enculturation sont le fruit d'un long apprentissage (largement implicite et inconscient)
A-15.2	Ressentir toute langue ou toute culture comme un « objet » accessible (dont certains aspects sont déjà connus)

<b>S 2.3</b>	Savoir, à partir de différents indices linguistiques, identifier (ou: repérer) des mots d'origines diverses
<b>K 12.4</b>	Savoir que diverses cultures sont sans cesse en contact dans notre environnement le plus proche
<b>A-14.3.1</b>	Confiance en ses capacités d'observation ou d'analyse de langues non ou peu familières
<b>S 7.3.2</b>	Savoir utiliser les connaissances et compétences acquises dans une langue pour apprendre une autre langue
<b>K 8.4</b>	Savoir que dans chaque culture les acteurs définissent des règles, normes ou valeurs (partiellement) spécifiques, concernant les pratiques sociales ou les comportements
<b>A-8.5</b>	Désir de découvrir d'autres langues, d'autres cultures ou d'autres peuples
<b>S 4.1</b>	Savoir construire des explications adaptées à un interlocuteur étranger sur un fait de sa propre culture ; savoir construire des explications adaptées à un interlocuteur de sa propre culture sur un fait d'une autre culture
<b>K 13.2</b>	Savoir qu'il peut y avoir des ressemblances et des différences entre cultures
<b>A-3.2.1</b>	Être curieux (et désireux) de comprendre les similitudes et différences entre sa langue, sa culture et la langue ou la culture cibles
<b>S 3.10.2</b>	Savoir percevoir quelques différences et similitudes concernant divers domaines de la vie sociale (p. ex. conditions de vie, vie professionnelle, vie associative, respect de l'environnement, etc.)
<b>K 10.4</b>	Savoir que les relations et la communication interculturelles sont influencées par les connaissances ou représentations que l'on a des autres cultures et que les autres ont de notre propre culture
<b>K 15.2</b>	Savoir que l'on peut s'approprier une nouvelle culture pour autant que l'on en ait envie et que l'on accepte d'adhérer aux valeurs liées à cette culture
<b>A-19.1</b>	Disponibilité à modifier ses connaissances ou représentations, en vue de l'apprentissage des langues, lorsqu'elles peuvent apparaître comme peu favorables à l'apprentissage (p. ex. préjugés négatifs)
<b>S 4.4</b>	Savoir argumenter à propos de la diversité culturelle (p. ex. avantages, inconvénients, difficultés, etc.) et construire sa propre opinion à ce sujet

## Scénario didactique

**Activité 1.** Les apprenants découvrent les habitudes alimentaires de leurs collègues par *le panier des repas*. (**Annexe 1**)

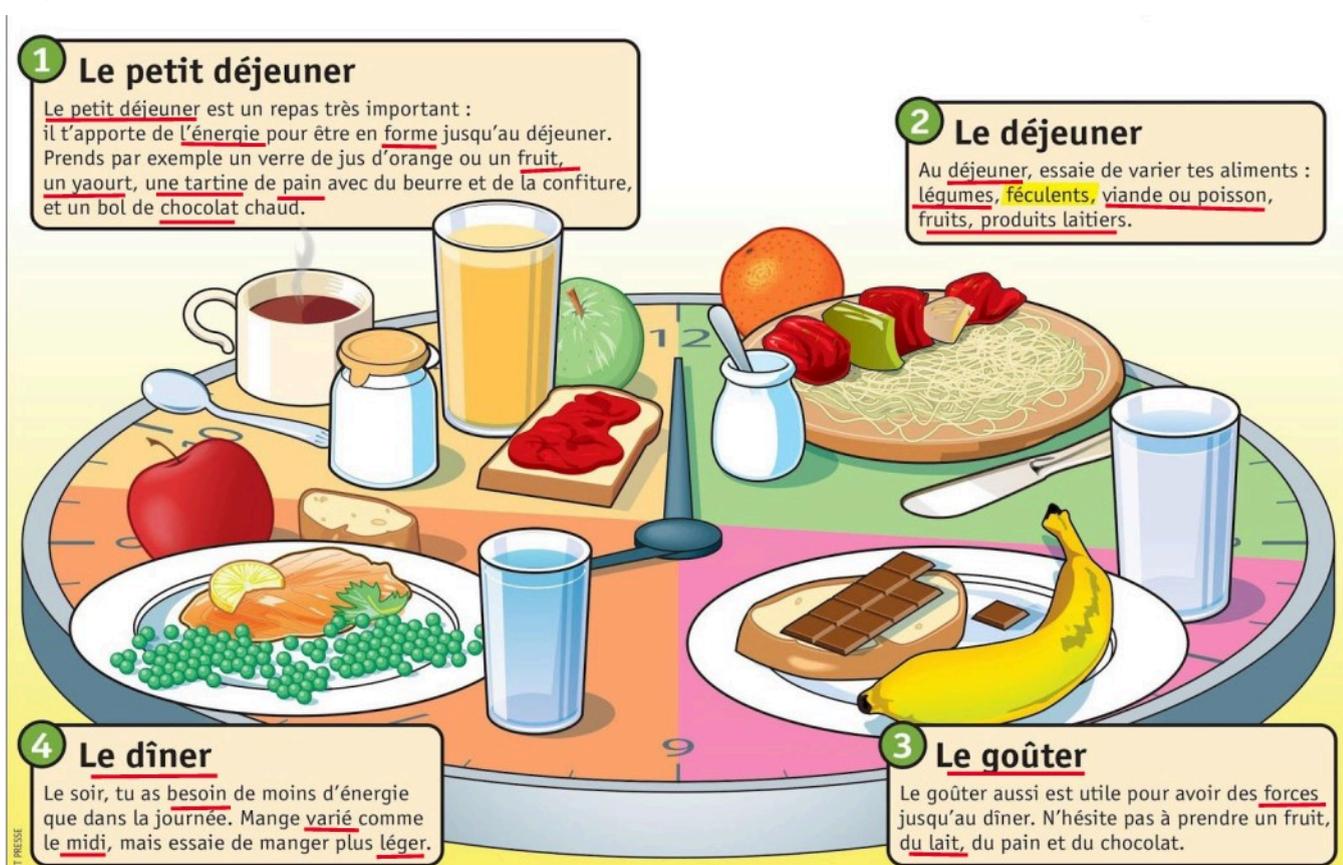
**Tâche 1.** Les apprenants choisissent du panier (un panier où se trouvent des images au sujet « Les aliments », découpées d’avance) (**Annexe 1, point 1**) les images qui représentent les aliments qu’ils consomment à chaque repas. Ils font le tableau de leurs habitudes en matière de la nourriture en complétant « L’heure des repas » (**Annexe 1, point 2**). Ils décrivent en 2 phrases ce qu’on préfère à chaque repas de la journée. Ils tirent des conclusions et découvrent les habitudes nutritionnelles de leurs collègues, en s’exprimant dans la langue étrangère qu’ils étudient.

**Tâche 2.** A la suite de la découverte de ceux qui ne mangent pas le matin ou l’après-midi, le professeur propose aux apprenants **un débat de 5 minutes** pour apporter des arguments en faveur ou en défaveur des repas à l’heure. Les apprenants sont réunis en 2 groupes selon leur habitude à respecter les repas ou non les heures de repas. Ils s’expriment dans la langue étrangère qu’ils étudient.

Pour les repas à heure fixe	Contre les repas à l’heure

**Tâche 3.** Les apprenants complètent leurs acquis en utilisant l’infographie proposée (ci-dessous). Les apprenants lisent les infos et traduisent les mots liés au sujet « Les repas » dans les langues qu’ils connaissent déjà. Les élèves lancent une conclusion à la suite du débat en partant de l’image mise en discussion. Ils s’expriment dans la langue étrangère qu’ils

étudiant.



Source : <https://fleso.blogspot.com/2011/02/les-repas-de-la-journee.html?m=1>

**Activité 2.** Les apprenants découvrent la culture alimentaire en France, en Allemagne, en Italie, en Espagne, en Roumanie à partir de la lecture des textes proposés. Les élèves travaillent en groupes, réunis selon la langue étrangère qu'ils maîtrisent le mieux parmi leurs collègues (en tenant compte qu'il y a un élève dans chaque groupe capable de comprendre la langue dont le texte est écrit). Ils s'expriment dans la langue étrangère qu'ils étudient. (Annexe 2)

**Tâche 1.** Lisez les textes proposés. Soulignez les mots qui se réfèrent à la nourriture. Complétez le tableau en y ajoutant des images du panier pour représenter la culture du régime alimentaire du pays indiqué. Exprimez-vous dans la langue étrangère que vous étudiez. (images de l'Annexe 1, point 1)

	France	Roumanie	Allemagne	Italie	Espagne
Petit-déjeuner					
Déjeuner					
Goûter					
Dîner					

**Tâche 2.** Décrivez à partir du tableau complété les repas d'autre pays selon les critères proposés. Expliquez en deux phrases ce que vous appréciez dans la culture du pays découvert ou traité. Exprimez-vous dans la langue étrangère que vous étudiez.

**Activité 3.** Les apprenants comparent les cultures alimentaires de quelques pays. Ils choisissent les meilleures pratiques alimentaires de ces pays.

**Tâche 1.** Complétez le diagramme de Venn pour établir les ressemblances et les différences des préférences alimentaires entre les pays découverts et leur propre culture familiale. Ils s'expriment dans la langue étrangère qu'ils étudient. **(Annexe 3)**

**Tâche 2 .** Modifiez vos habitudes alimentaires pendant une semaine en empruntant ce que vous appréciez le plus de chaque culture découverte pendant la leçon. À la suite des remarques faites pendant cette semaine, notez une conclusion. Sur la base de cette conclusion, rédigez un mot d'ordre en plusieurs langues pour inviter les gens à adopter un mode alimentaire plus sain. Partagez ce mot d'ordre sur tous les réseaux sociaux, sous forme de vidéo, dessin, poster, ou bande dessinée.

**Annexe 1. Choisir du panier les produits alimentaires :**

*Image 1.*



Source : <https://coolsymbol.com/>

Image 2.







Source : <https://www.pinterest.fr/pin/1548181159539465/>

1. Complétez le tableau des repas de la journée :



Source :

[https://cache.cosmopolitan.fr/data/photo/w1000\\_ci/62/heure-manger-perdre-poids.jpg](https://cache.cosmopolitan.fr/data/photo/w1000_ci/62/heure-manger-perdre-poids.jpg)

## Annexe 2.

### **Les repas en France**

#### *Le petit-déjeuner*

Au petit-déjeuner, en général, on prend du pain ou des biscottes. Sur le pain, on met du beurre et de la confiture. On appelle ça des tartines. On boit aussi du café, du café au lait, du thé ou du chocolat chaud. On peut aussi prendre un bol de lait avec des céréales. Bien sûr, ça dépend des familles, mais on peut aussi boire un jus de fruits ou manger un yaourt. Le dimanche matin, les Français vont à la boulangerie pour acheter des croissants, des pains au chocolat ou de la brioche, en plus de la baguette.

#### *Le déjeuner*

A midi : on appelle le repas « le déjeuner » ou « le midi ». Au déjeuner, on mange plus qu'au petit déjeuner. Il y a souvent une entrée, un plat et un dessert. Comme entrée, on peut prendre par exemple un peu de salade, des carottes râpées ou de la charcuterie (du jambon, du saucisson, du pâté). Comme le plat principal, il y a souvent de la viande (du poulet, du bœuf ou du porc). On mange la viande avec des frites, des pâtes, des haricots verts ou du riz. Si on habite près de la mer, on mange plus de poisson. Comme dessert, on prend un fruit ou un yaourt. Avant le dessert, souvent on mange un peu de fromage avec du pain. On boit surtout de l'eau. On termine souvent le repas par un café.

#### *Le dîner*

Le soir, le repas s'appelle « le dîner » ou « le souper ». La différence avec le repas de midi n'est pas très grande. On mange moins et quelquefois on prend au lieu un peu de vin ou de la bière de l'eau. Et au lieu du café, on boit plutôt une tisane... mais ça dépend des familles : chaque famille a ses habitudes.

Source : [https://www.podcastfrancaisfacile.com/texte/les\\_repas.html](https://www.podcastfrancaisfacile.com/texte/les_repas.html)

### **Mesele zilei la români**

Micul dejun poate fi alcătuit din produse lactate: lapte, brânză, iaurturi, brânzeturi proaspete sau fermentate, cereale sau pâine; produse din carne: salam, șuncă, slănină; ouă preparate fierte, omletă, ochiuri sau în diverse combinații cu legume și carne, fructe proaspete sau preparate sub formă de gemuri sau dulcețuri.

Prânzul este adesea masa principală a zilei și poate fi compus din unul sau mai multe feluri de mâncare, cel servit în mod tradițional fiind alcătuit din trei feluri de mâncare: o ciorbă sau supă, un fel principal și un desert, compus din una sau mai multe prăjituri, plăcinte, fructe sau tarte.

Cina este, în mod tradițional, o masă mai ușoară, compusă din preparate ușor de digerat precum legumele, fructele sau salatele. Gustările, reci sau calde, pot alcătui în sine mesele de dimineață sau seară, sau pot fi incluse în mesele de prânz înaintea primului fel de mâncare.

Source : *Bacalbașa, Constantin ( 2018 ) [1935]. Dictatura gastronomică. 1501 feluri de mâncări. București: Carusel Books. ISBN 978-606-94574-0-5*

Source : <https://de.scribd.com/document/523053454/Mahlzeiten-in-Deutschland-text-a1>

## ESSGEWOHNHEITEN DER DEUTSCHEN



Traditionell isst man in Deutschland 3 Mahlzeiten: das Frühstück, das Mittagessen und das Abendessen. Die meisten Deutschen nehmen sich Zeit zum frühstücken. Sie essen verschiedenes Brot und Brötchen, Butter, Marmelade, Käse, Wurst, Eier, Müsli, Joghurt und Obst. Man trinkt Fruchtsaft, Kaffee oder Tee. Am Wochenende treffen sich viele junge Leute für ein kräftiges Frühstück im Café. Die Hauptmahlzeit der Deutschen

ist das Mittagessen. Die meisten Leute essen zwischen 12 und 13 Uhr. Man isst zuerst eine Suppe, dann Fleisch, Fisch oder Huhn mit Kartoffel oder Knödel, Gemüse und Salat. Als Nachspeise gibt es meistens Obst oder eine Mehlspeise.

Die Leute trinken Wasser, Wein oder Bier.

Wer Zeit hat, isst gegen 4 Uhr eine Jause. Kaffee oder Tee mit Kuchen.

Das Abendessen, gegen 7 Uhr, ist traditionell eine kalte Mahlzeit. Man isst Wurst, Käse und Salat mit verschiedenen Brotsorten.

Natürlich haben sich die Essgewohnheiten der Deutschen in den letzten Jahren sehr geändert.

Die Einflüsse anderer Länder wie zum Beispiel die asiatische Küche lassen typisch deutsche Gerichte wie Einsbein und Sauerkraut verschwinden. Außerdem haben viele Leute zu Mittag nur wenig Zeit zum Essen und ihre Hauptmahlzeit ist das Abendessen.

Neben der traditionellen Esskultur gibt es heute sehr viele Fastfood-Restaurants und Pizzerias, die besonders bei Kindern und Jugendlichen sehr beliebt sind. Diese neuen Essgewohnheiten bringen aber auch viele Probleme mit sich. Viele Kinder sind heute zu dick und ungesund.

## I PASTI PRINCIPALI IN ITALIA

In Italia i pasti principali sono tre: colazione, pranzo e cena. I pasti principali, specialmente la cena, sono un momento di incontro per tutta la famiglia. Di solito gli italiani a colazione non mangiano molto: bevono una bevanda calda (caffè, latte, tè) e mangiano una cosa dolce (biscotti, pane burro e marmellata, brioches).

Molto popolare è anche l'abitudine di fare colazione al bar, dove generalmente mangiano

un cornetto con un caffè o un cappuccino.

Prendere un caffè al bar, è un'abitudine molto diffusa non solo a colazione, ma anche a metà mattina o dopo pranzo e cena.

Gli italiani di solito pranzano verso l'una. Il pranzo tradizionale è molto ricco, anche se molti italiani a causa dell'orario di lavoro mangiano solo un panino al bar.

Le persone che pranzano a casa, di solito mangiano un primo piatto (pasta o riso), un secondo (carne, pesce, uova) la verdura, la frutta e il caffè. I giorni di festa, come la domenica, dopo pranzo bevono il caffè e mangiano un dolce.

La cena è un momento molto importante per gli italiani. Alla fine della giornata di lavoro, tutta la famiglia si incontra per mangiare la cena insieme e raccontare cosa è successo durante la giornata. Di solito a cena gli italiani mangiano cose leggere come zuppe, formaggi, verdura e frutta.

Il caffè in Italia è molto popolare e quasi tutti gli italiani lo bevono.

Di solito il caffè si beve la mattina a colazione, a metà mattina (per la pausa dal lavoro o dallo studio) e dopo pranzo.

Alcune persone bevono il caffè anche dopo cena.

Spesso invitiamo un amico, un'amica o un collega di lavoro al bar, gli offriamo un caffè e parliamo delle nostre cose personali o di lavoro.

Source : <https://key4development.eu/project/modulo-9-il-cibo/>

### ***LOS ESPAÑOLES TIENEN 3 COMIDAS PRINCIPALES Y 2 GUARNICIONES, ALMUERZO Y MERIENDA***

Desayuno español : Se llama desayuno y no es una gran comida. Junto al café, se compone de leche, tostadas con mermelada y mantequilla o con aceite de oliva o zumo de tomate, bollería, galletas, cereales y zumos. Los alimentos salados para el desayuno, como huevos, tocino o frijoles, son raros.

Tradicionalmente, el desayuno en Valencia se compone de fartons y café u horchata. El fartó , como se dice en valenciano, es una tarta de hojaldre alargada con glaseado de azúcar, propia de la localidad de Alboraya. La orchata es una bebida natural propia de Valencia, elaborada a base de chufa, conocida localmente como chufa, muy rica en vitaminas. Tradicionalmente, los fartons y la horchata se sirven juntos..

Almuerzo - Se toma a media mañana, normalmente entre las 11.30 y las 12.00 horas, en plena jornada laboral. Para muchos españoles es un segundo desayuno, porque desayunar en casa es muy fácil. Consiste en un snack, que se suele tomar en un bar o cafetería.

Las tapas son aperitivos o snacks de la cocina española preparados a partir de la combinación de diferentes platos. Son fríos y calientes y se sirven en casi todos los bares

con la bebida. En Andalucía es tradición tomar una tapa de aceitunas o algo salado con un vaso de bebida, mientras que en Valencia te lo traerán sólo si lo pides o si esa es la política del restaurante. Algunos restaurantes tienen tapas incluidas en la carta como platos.

El almuerzo - El menú típico de almuerzo consta de tres platos. El primero se compone de verduras, mientras que el segundo hay una variedad de carnes y pescados. Ambos platos van siempre acompañados de pan, que normalmente te lo traen sin que te lo pidan. La ensalada puede ser un primer plato, acompañando al segundo o colocada en el centro de la mesa para compartir. El postre suele ser una pieza de fruta o algo dulce. Además, es muy habitual tomar un café para cerrar la comida. Cuidadoso! Si no coméis pan, rehusadlo cuando os lo traigan, o lo pagaréis. Especialmente en las zonas turísticas de Valencia se han vuelto habituales los menús fijos, todos de 3 platos.

Merienda- Es una tabla que se observa únicamente con respecto a los niños. Se toma sobre las 18.00 horas y consiste en una merienda acompañada de leche, yogur, fruta o algo dulce.

Cena En cuanto a la cena, suele ser mucho más ligera que el almuerzo. Suele constar de un solo plato principal (sopa, ensalada, huevos, etc.) y un postre (fruta, yogur, etc.). Siendo turista no creo que tengas tiempo de adaptarte al horario de comida español. Estando en Valencia creo que te limitarás a los diferentes tipos de paella, pescado frito o marisco. Hablando de postres, no puedo pasar del tema sin hablaros de mi postre favorito, el yogur helado con toppings de... qué queréis (yo prefiero chocolate negro y mango, que además lleva trozos de fruta).

Source : <https://valenciana.ro/despre-programul-de-lucru-si-orele-de-masa-in-spania-si-valencia/>