

Cahier de l'élève

La trempette de Juliette



Nom : _____

Date : _____

Pour le premier cycle du primaire

Réalisé par Mathilde Couture, Cassandra Pelletier-Guimond et Yannick Turcotte
dans le cadre du cours Évaluation des compétences, plan d'intervention (ASD 240)

Grille d'évaluation



Nom de l'élève : _____

Critères d'évaluation	
Observer la diversité des contextes de communication - Causerie, discussion collective, entretien, etc.	/5
Observer la façon dont l'intention est prise en compte - Choix d'une intention de prise de parole	/5
Observer le contenu et la façon dont il est organisé - Choix des idées, pertinence, suffisance	/5
Observer la manière de dire quelque chose - Choix des éléments prosodiques (prononciation)	/5
Observer la façon de s'adapter au contexte d'écoute - Écoute attentive selon la formule retenue	/5



Légende	Résultats
Dépasse les attentes de l'enseignant	5
Répond très bien aux attentes	4
Répond passablement aux attentes	3
Ne répond pas à quelques-unes des attentes	2
Ne répond pas à la majorité des attentes	1
Ne répond pas aux attentes de l'enseignant	0

Commentaires : _____

Écris dans la bonne colonne s'il s'agit d'un fruit ou d'un légume.

Tomate 	Concombre 	Ananas 	Ciboulette 	Fraise 	Raisin 	Céleri 
Poivron 	Orange 	Carotte 	Pastèque 	Pomme 	Oignon 	Épinard 

Fruits	Légumes

Mise en situation

La meilleure trempette pour Juliette

Dans le cadre du défi 5/30, Juliette aimerait que ta classe participe au défi et que tu adoptes de bonnes habitudes de vie. Ainsi, durant tout le mois de mars, pour réussir le défi, Juliette devra manger 5 portions de fruits et légumes minimalement et faire 30 minutes d'exercice par jour. Elle se sent prête à relever ce défi, mais mon amie aimerait bien accompagner ses légumes avec une bonne trempette maison. Pour ce faire, elle a trouvé quatre recettes à essayer. Malheureusement, son emploi du temps chargé l'empêche de goûter aux trempettes. Elle se fie donc à toi et à ta classe afin de l'aider à trouver **LA** meilleure trempette pour relever son défi.

Avec ton équipe, tu devras cuisiner et goûter aux trempettes afin de trouver la grande gagnante. Par la suite, il te faudra remplir une grille d'appréciation sur laquelle tu devras écrire ton opinion sur la trempette goûtée. En équipe, vous allez comparer les résultats des grilles et trouver quelle recette a été la plus appréciée. Ensuite, vous allez devoir discuter avec les autres équipes et comparer les différents résultats. Finalement, il faudra annoncer à Juliette quelle trempette est la meilleure pour relever le défi 5/30.

Alors cher ami, au boulot, Juliette a besoin de toi!!!



Mes coéquipiers sont...

Ma recette est...

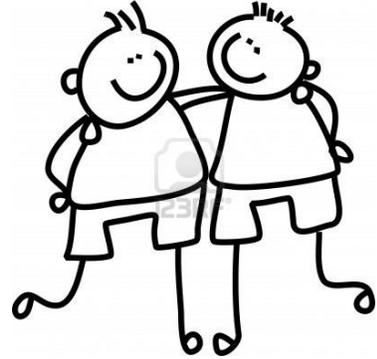
Mon équipe;

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____



Notre recette est celle _____.

C'est la recette numéro _____.

Règles de conduite

- 1) Un membre de ton équipe va chercher le matériel.
- 2) Tu laves tes mains avant de manipuler les ingrédients.
- 3) Tu suis la recette pour faire ta trempette.
- 4) Si tu as besoin de quelque chose, tu lèves ta main et j'irai te voir.
Tu demeures à ton endroit de travail en tout temps.
- 5) Tu me remets ta trempette lorsque tu as terminé.
- 6) Tu rassembles ton matériel et tu vas le nettoyer.
- 7) Tu nettoies ta surface de travail.
- 8) Tu réponds aux questions à la page 11 de ton cahier de l'élève.



Récepte #1

Trèmpette au cari

Le cari est un mélange d'épices réduites en poudre, d'origine indienne

Ingrédients :

- 250 ml de crème sure
- 100 ml de mayonnaise
- 5 ml de cari
- 2 ml de poivre de Cayenne
- 2 ml de sel
- 5 ml de poudre d'ail
- 5 ml de sauce Worcestershire



Comment faire :

- 1) Mélanger tous les ingrédients.
- 2) Verser dans un contenant hermétique.
- 3) Réfrigérer au moins quatre heures ou plus.

Recette #2

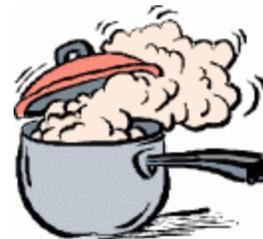
Trempelette aux épinards

Ingrédients :

- 250 ml de crème sure
- 250 ml de mayonnaise
- Un oignon haché finement ou 20 ml de flocons d'oignon séché
- Un paquet d'épinard frais ou congelé
- La moitié (35 g) d'un sachet de potage Knorr aux légumes
- Jus de citron

Comment faire :

- 1) Cuire les épinards en y ajoutant un peu de jus de citron. Bien égoutter.
(Les épinards sont déjà cuits.)
- 2) Couper les épinards en petits morceaux et les verser dans un bol.
- 3) Ajouter la crème sure, la mayonnaise, l'oignon et la moitié du sachet de soupe. Bien brasser.
- 4) Prendre une miché de pain, couper le dessus et enlever la mie.
- 5) Remplir le pain avec la trempelette.
- 6) Réfrigérer jusqu'au moment de servir.





Recette #3

Trèmpette à la ciboulette

La ciboulette est une plante cultivée pour ses feuilles creuses et cylindriques.

Ingrédients :

- 200 ml de crème sure
- 125 ml de yogourt nature ferme
- 10 ml de flocon d'oignon séché
- 30 ml de ciboulette séchée
- 2 ml de basilic séché
- 2 ml de sel
- 2 ml de poivre

Comment faire :

- 1) Mélanger tous les ingrédients.
- 2) Verser dans un contenant hermétique.
- 3) Réfrigérer pendant au moins 24 heures.



Recette #4

Trèmpette à l'estragon



L'estragon est une plante potagère aromatique.

Ingrédients :

- 125 ml de mayonnaise
- 125 ml de yogourt nature ferme
- 5 ml de flocons d'oignon séché
- 5 ml de poudre d'ail
- 5 ml d'estragon séché
- 2 ml de basilic séché
- 2 ml de poivre moulu
- 2 ml de sel

Comment faire :

- 1) Mélanger tous les ingrédients.
- 2) Verser dans un contenant hermétique.
- 3) Réfrigérer pendant au moins 24 heures.



Retour sur l'activité trompette

1) Qu'est-ce que tu as le plus apprécié dans cette activité?

2) Comment s'est déroulé votre travail d'équipe?

3) Est-ce que tous les membres de ton équipe ont participé?

4) Quel a été le rôle de chaque personne? (Qui a fait quoi)

Consignes à respecter pour la dégustation

- 1) Tu vas chercher tes légumes.
- 2) Tu te places avec ton équipe.
- 3) Tu goûtes à la trempette que tu as faite avec ton équipe.
- 4) Tu attends mon signal pour changer de station de dégustation. On fera une rotation.
- 5) Tu dois TOUJOURS rester avec ton équipe.
- 6) Après chaque dégustation, tu dois indiquer dans ta grille d'appréciation à la page 13 comment tu t'es senti.
- 7) Ensuite, tu réponds aux questions. Tu peux utiliser la banque de mots de la page 16 pour t'aider.

Grille d'appréciation

Pour chacune des trempettes, indique comment tu t'es senti.

	J'adore 	J'aime 	Comme si comme ça 	Je n'aime pas 
<u>Recette 1</u> Trempe au cari				
<u>Recette 2</u> Trempe aux épinards				
<u>Recette 3</u> Trempe à la ciboulette				
<u>Recette 4</u> Trempe à l'estragon				

Tu peux utiliser la banque de mots pour t'aider ! Va voir la page 16 de ton cahier de l'élève.

Ma trempette préférée est _____ parce

que _____

La trempette que j'ai le moins aimée est _____ parce

que _____

Nom : _____

Date : _____

L'autoévaluation de ma présentation

Indicateurs	Moi	Enseignant	Pairs
J'ai formulé clairement mes idées, mon opinion.			
J'ai utilisé un vocabulaire précis afin de bien exprimer mon opinion.			
J'ai utilisé le nouveau vocabulaire qui m'était présenté dans mon cahier de l'élève.			
J'ai pris le temps de bien prononcer mes mots.			
J'ai bien regardé mes camarades afin de créer un contact avec eux quand je voulais m'exprimer.			

L'autoévaluation de mon écoute lors de la présentation des membres de mon équipe

Indicateurs	Moi	Enseignant	Pairs
J'ai bien écouté l'opinion de mes camarades.			
Quand je voulais m'exprimer, j'attendais que mes camarades aient terminé d'exprimer leur opinion.			
J'ai bien exprimé ma réaction en respectant l'interlocuteur.			



Résultats	Légende
A	Excellent
B	Bien
C	À travailler
D	Ne répond pas aux exigences

😊 Pendant l'activité, j'ai appris :

😊 Ce que j'ai bien fait :

😞 Ce que j'aimerais améliorer :

Banque de mots

J'ai trouvé cette trempette...



Selon la texture

- Consistante

- Crémeuse

- Liquide

- _____

- _____

- Granuleuse

- Molle

- Onctueuse

- _____

- _____

Selon le goût

- Sucré

- Salée

- Épicée

- Exquise

- Savoureuse

- _____

- Goûteuse

- Parfumée

- Acide

- Succulente

- _____

- _____

Selon l'apparence

- Attrayante

- Repoussante

- _____

- Colorée

- _____

- _____

MOTS CACHÉS

Trouve les mots dans la grille et tu découvriras un message pour maintenir une bonne santé

B	P	O	I	V	R	O	N	I	E	E	N
P	A	M	P	L	E	M	O	U	S	S	E
U	O	H	C	S	A	E	K	L	I	I	U
O	P	O	I	R	E	L	I	M	E	R	G
L	A	I	T	U	E	O	W	S	M	E	N
A	V	O	C	A	T	N	I	E	N	C	A
T	T	C	O	N	C	O	M	B	R	E	M
N	E	E	R	C	B	E	S	A	A	M	S
A	I	L	T	M	I	M	P	N	I	M	I
C	O	E	A	A	N	A	N	A	S	O	D
A	B	R	I	C	O	T	R	N	I	P	A
T	F	I	G	U	E	A	N	E	N	T	R

Mots à trouver

Abricot

Ail

Ananas

Avocat

Banane

Cantaloup

Cerise

Céleri

Chou

Concombre

Figue

Framboise

Kiwi

Laitue

Lime

Mangue

Melon

Pamplemousse

Poire

Poivron

Pomme

Radis

Raisin

Message: _____

(Source : <http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/santepub/nutrition/jeux/jeu.html>)

Chaque jour, indique le nombre de fruits et légumes que tu manges! ☺



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
M	A	R	S		1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						