



Agrupamento de Escolas Alto dos Moinhos



L'Alimentation : Un Voyage Gourmand

Cours de FLE — Niveau 4ème · Durée : 90 minutes

THÈME : L'ALIMENTATION

VOCABULAIRE & EXPRESSION

Mise en route

Brainstorming

Activons nos connaissances ! En groupe, réfléchissons ensemble à tout le vocabulaire lié à l'alimentation.



🍎 Les aliments

Fruits, légumes, viandes,
produits laitiers, céréales...
Quels mots connais-tu déjà ?

🍴 Les repas

Le petit-déjeuner, le déjeuner, le
dîner, le goûter... Comment
s'organisent les repas en France
?

😊 Les goûts

Sucré, salé, acide, amer, épicé... Comment exprimer ce qu'on aime ou
n'aime pas ?



Consigne : Notez tous vos mots au tableau en nuage de mots.
Classez-les ensuite par catégories !

Activité 1 : Texte à Trous

OBJECTIF:

Écouter et comprendre une chanson en français pour **retrouver le vocabulaire de l'alimentation** dans un contexte authentique et amusant.

LA CHANSON:

« **Les Cornichons** » de **Nino Ferrer**



DÉROULEMENT:

1. Première écoute : repérer les aliments mentionnés
2. Deuxième écoute : compléter le texte à trous
3. Vérification collective et discussion



Vocabulaire clé : des cornichons · du poulet · de la moutarde · du pain
· du rôti · de la salade...

Activité 2 : Le Marché Français

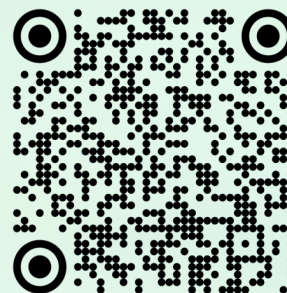
OBJECTIF:

Reconnaître et nommer les **produits du marché français** à travers un exercice interactif et ludique.

EXERCICE PADLET ARCADE

Clique sur le lien ci-dessous pour accéder au jeu :

 [Jouer : Le Marché Français](#)



DÉROULEMENT

1. Accéder au jeu via le lien ou le QR code
2. Répondre aux questions sur les produits du marché
3. Comparer les scores et discuter des erreurs



Activité 3 : De l'Entrée au Dessert

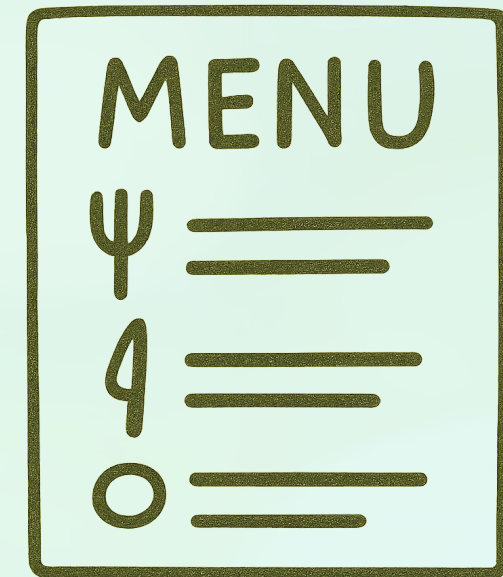
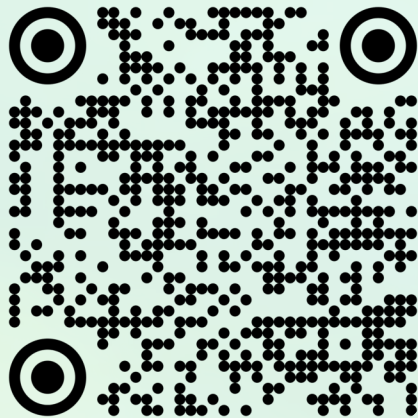
OBJECTIF:

Comprendre la **structure d'un repas français** et classer les plats dans le bon ordre : entrée, plat principal, fromage, dessert.

EXERCICE PADLET ARCADE

Clique sur le lien ci-dessous pour accéder au jeu :

[Jouer : De l'Entrée au Dessert](#)



DÉROULEMENT

1. Accéder au jeu via le lien ou le QR code
2. Classer les plats dans le bon ordre du repas
3. Mise en commun et explication des choix

 L'entrée

 Le plat principal

 Le fromage

 Le dessert

Activité 4 : Construire un Plateau-Repas

OBJECTIF:

Composer un **plateau-repas équilibré à la cantine** en choisissant les bons aliments pour chaque catégorie.

ACTIVITÉ INTERACTIVE GENIALLY

Accède à l'activité interactive pour composer ton plateau :

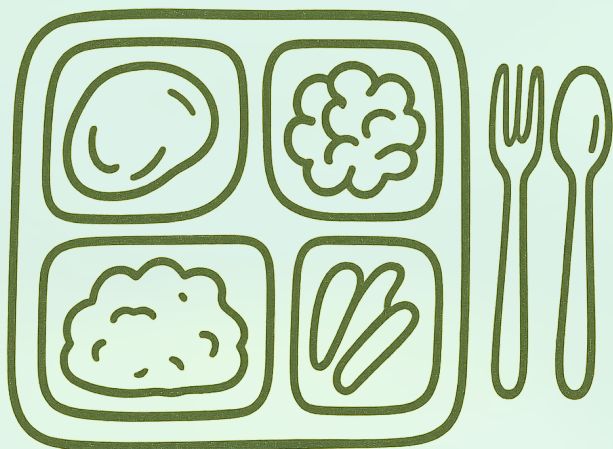
À la Cantine — Niveau A1/A2

DÉROULEMENT

1. Accéder à l'activité via le lien
2. Choisir les aliments pour composer ton plateau
3. Vérifier si ton repas est équilibré
4. Présenter ton plateau à un(e) camarade en justifiant tes choix



Expressions utiles : "Pour mon plateau, je prends..." · "Comme entrée, je choisis..." · "Comme dessert, je préfère..."



Activité 5 : Compréhension Écrite



LE TEXTE

Le petit-déjeuner en France

En France, le petit-déjeuner est un repas simple mais important. En général, les Français mangent une tartine — c'est une tranche de pain avec du beurre et de la confiture. Ils boivent souvent un café au lait, un chocolat chaud ou un jus d'orange.

Le week-end, c'est différent ! Beaucoup de familles vont à la boulangerie pour acheter des croissants ou des pains au chocolat. C'est un moment agréable en famille.

En semaine, le petit-déjeuner est rapide parce que les enfants partent à l'école et les parents vont travailler. Mais le dimanche matin, les Français aiment prendre leur temps et profiter d'un grand petit-déjeuner ensemble.

  **Vocabulaire clé** : une tartine · de la confiture · une boulangerie · un croissant · en semaine · le week-end



OBJECTIF:

Lire et comprendre un texte court sur **les habitudes alimentaires françaises** en répondant à des questions de compréhension.

QUESTIONS SUR LE TEXTE

Question 1

Qu'est-ce qu'une tartine ? Quels ingrédients utilise-t-on ?

Question 2

Que boivent souvent les Français au petit-déjeuner ? Donne **trois exemples**.

Question 3

Où vont les familles françaises le week-end pour acheter des viennoiseries ?

Question 4

Pourquoi le petit-déjeuner est-il rapide en semaine ? Explique avec tes propres mots.

Question 5

Vrai ou faux ? « Le dimanche, les Français mangent toujours rapidement. » Justifie ta réponse avec une phrase du texte.

Expression : Mon Petit-Déjeuner

Expression écrite



Écris **5 à 8 phrases** pour décrire ton petit-déjeuner habituel : qu'est-ce que tu manges et bois le matin ? À quelle heure ? Avec qui ?

Expression orale

Présente ton petit-déjeuner **à l'oral devant la classe** en 1 à 2 minutes. Compare-le avec le petit-déjeuner français typique !

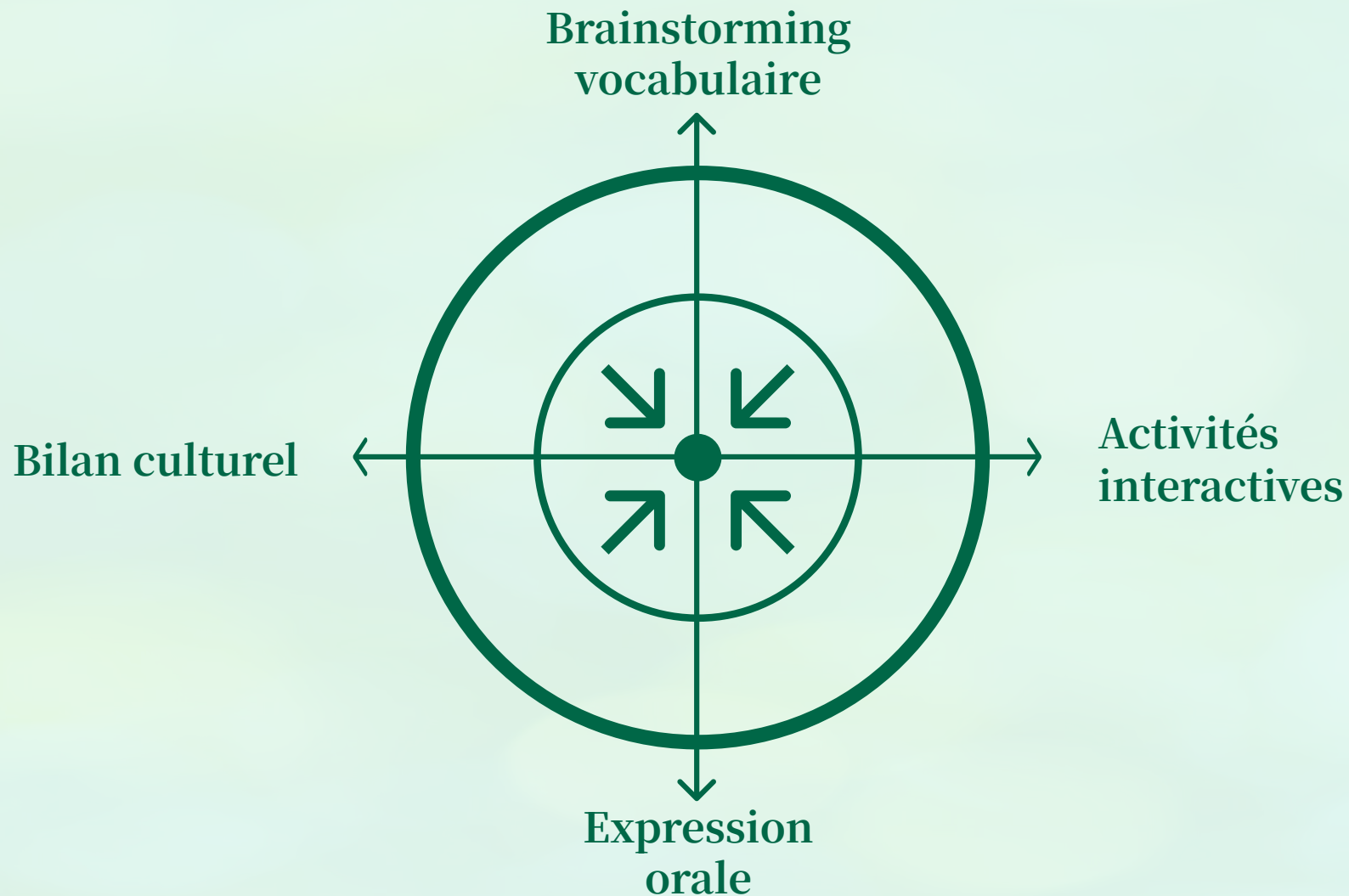
Comparaison culturelle

Y a-t-il des différences entre ton petit-déjeuner et celui des Français ? Quelles similitudes trouves-tu intéressantes ?

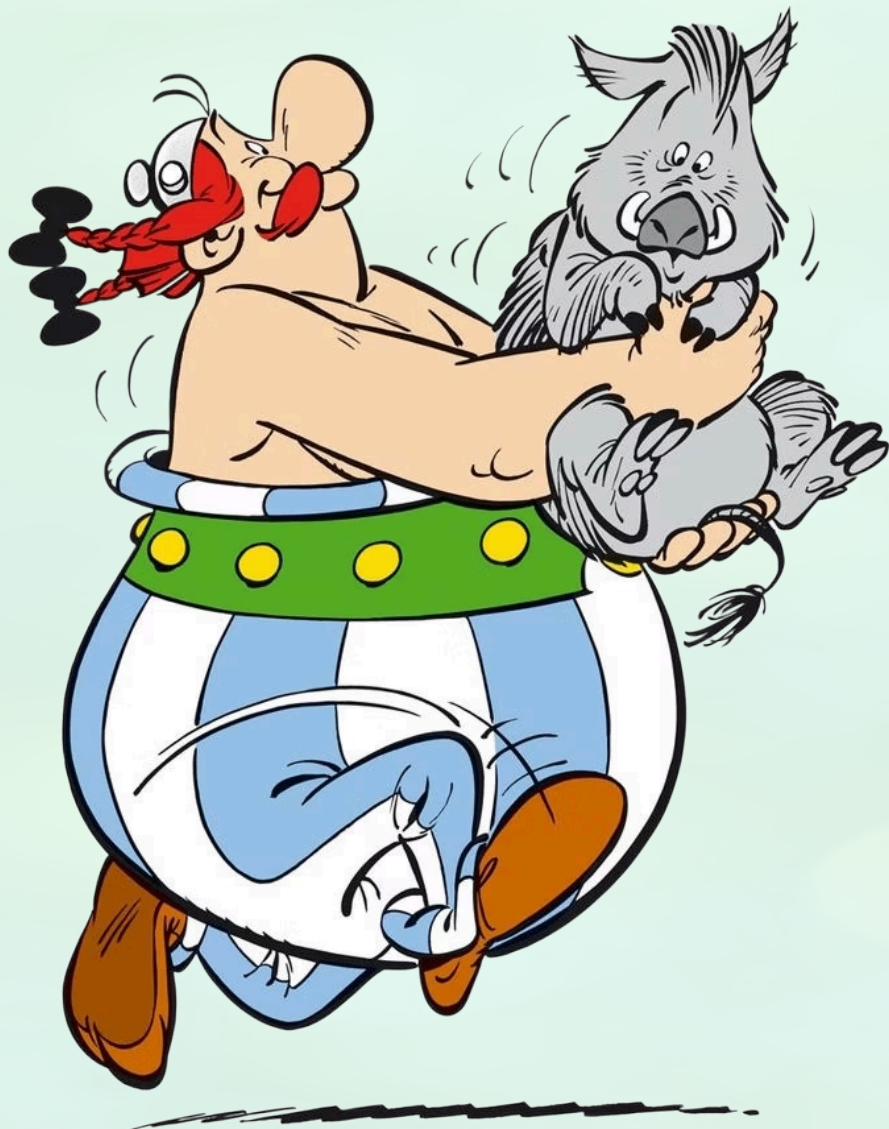
  **Expressions clés** : "Le matin, je mange..." · "D'habitude, je bois..." · "Je n'aime pas..." · "Chez moi, on mange souvent..." · "En France, on mange plutôt..."



Conclusion : Bon Appétit!



Vous avez exploré la gastronomie et les habitudes alimentaires françaises à travers des activités variées : chanson, jeux interactifs, composition de repas et expression personnelle. Continuez à découvrir la langue française par le biais de la cuisine ! **Régalez-vous** !



© Les Editions Albert-René/Gosciny-Uderzo - Tous droits réservés

À la maison

Décris ton petit-déjeuner idéal en 5 phrases et apporte la description au prochain cours !