

GUIDE ENSEIGNANT • ÉDITION 2026-2027

# LE GOÛT, ÇA S'APPREND.

38 ateliers clés en main et gratuits, de la maternelle au lycée,  
alignés sur les programmes 2026-2027 et sur la démarche  
sensorielle des classes du goût.

Chaque atelier existe en fiche PDF d'une page (objectifs, matériel,  
déroulé minuté, liens aux programmes) ; beaucoup  
s'accompagnent d'une annexe élève prête à photocopier. Tout se  
télécharge librement, sans inscription.

**Maternelle • 3 ateliers**

**CP-CE1 • 6 ateliers**

**CE2-CM2 • 9 ateliers**

**Collège • 12 ateliers**

**Lycée • 8 ateliers**

Espace en ligne : calculateur de morceaux de sucre projetable, quiz, affiches et  
carnets élèves.

Offert par Néogourmets, biscuiterie-chocolaterie familiale de Touraine. Aucune  
vente, aucune marque en classe.

# LE MODE D'EMPLOI EN UNE PAGE.

## LES PRINCIPES QUI TRAVERSENT TOUS LES ATELIERS

- **On explore, on compare, on ne fait la morale à personne.** Aucun atelier ne dit quoi manger : on observe, on mesure, on décrit. Les conclusions appartiennent aux élèves.
- **On ne force jamais un enfant à goûter,** et on ne commente jamais un refus. Sentir, toucher et reposer, c'est déjà participer. C'est la condition pour que l'exposition répétée fasse son effet, et c'est aussi ce qui protège l'enseignant.
- **Allergies et PAI :** toute séance de dégustation est annoncée aux familles à l'avance, avec la liste exacte des aliments proposés. Le rappel figure sur chaque fiche concernée.
- **Jamais de marque en classe.** Les produits utilisés en dégustation comparative sont anonymisés, et jamais des produits Néogourmets : ces ateliers ne sont pas des tests de marque. Quand les élèves travaillent sur des emballages, ce sont eux qui les apportent.
- **Les chiffres sont des moyennes de catégorie** (bases publiques Open Food Facts et Ciqual de l'Anses) : la valeur exacte se lit sur chaque emballage, et c'est précisément l'objet des ateliers.

## COMMENT EST CONSTRUITE CHAQUE FICHE

- **Durée · niveau · matériel** en tête, pour trier en dix secondes.
- **Un déroulé minuté** en 3 à 5 temps, testable sans préparation lourde.
- **Un encadré « Liens au programme 2026-2027 » :** domaines et thèmes officiels concernés, pour l'inscrire dans une progression et le justifier en conseil pédagogique.
- **Un « Le saviez-vous ? » sourcé,** à lire tel quel à la classe.

## L'ESPACE EN LIGNE

- **Le calculateur de morceaux de sucre** se projette au tableau (adresse directe : la page d'accueil + #calculateur). 1 morceau ≈ 5 g.
- **Le quiz du sucre :** 5 vrai/faux corrigés et sourcés.
- **Les affiches et carnets élèves** s'impriment en A4 depuis chaque espace de niveau.
- Pour être prévenu des nouvelles fiches et des packs saisonniers (Semaine du Goût, Pâques) : le formulaire de chaque espace. L'inscription n'est jamais une condition de téléchargement.

# MATERNELLE • TOUCHER, SENTIR, NOMMER.

À cet âge, l'objectif n'est pas de faire manger : c'est de multiplier les rencontres sensorielles sans obligation de goûter. La répétition fait tomber la méfiance (les travaux sur la néophobie parlent de huit à quinze présentations d'un aliment). La main vient avant la bouche.

## LES ATELIERS

| Atelier (fiche PDF + annexe le cas échéant) | Durée  | Domaines travaillés                                   |
|---------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------|
| La boîte mystère                            | 20 min | Monde du vivant · langage oral, vocabulaire sensoriel |
| L'orchestre des aliments                    | 20 min | Univers sonores · langage · découverte du monde       |
| Le même fruit, trois habits                 | 25 min | Matière et transformations simples · langage          |

### La séquence conseillée :

1. L'orchestre des aliments : le son, la porte d'entrée qui fait rire
2. La boîte mystère : la main avant la bouche
3. Le même fruit, trois habits : les textures
4. Reproposer la boîte mystère avec d'autres aliments deux fois dans l'année : c'est la répétition qui fait l'effet

### ANCRAGE DANS LES PROGRAMMES 2026-2027

Nouveau programme de l'école maternelle 2026 (BO n°19 du 7 mai 2026), notamment « Découvrir le monde du vivant, de la matière et des objets » et les univers sonores ; « Le développement et la structuration du langage oral et écrit » (réforme du BO n°41 du 31 octobre 2024, intégrée au programme 2026). Objectifs déclinés par âge sur chaque fiche.

Dégustations : uniquement des aliments bruts (fruits, légumes, pain), annoncés aux familles. Goûter reste toujours optionnel : sentir et toucher suffisent.

# CP-CE1 • PROTOCOLES ET VOTES.

L'âge où l'on lit, classe et compte, et où l'on adore que ce soit officiel. Le fil rouge : transformer le goût en petit protocole de classe (votes, affichages, retests) pour que les élèves constatent eux-mêmes que le goût s'apprend.

## LES ATELIERS

| Atelier (fiche PDF + annexe le cas échéant) | Durée                  | Domaines travaillés                     |
|---------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------|
| L'éveil du goût                             | 40 min                 | Questionner le monde · langage oral     |
| Les 5 saveurs                               | 40 min                 | Questionner le monde · vocabulaire      |
| Le jury du goûter (+ annexe)                | 30 min + 15 min à J+21 | Relevés de données · graphiques simples |
| Le portrait chinois d'un aliment (+ annexe) | 30 min                 | Langage oral · production d'écrit       |
| La carte d'identité d'un fruit (+ annexe)   | 35 min                 | Espace et temps · affichage à l'année   |
| L'eau, ma boisson (+ annexe)                | 30 min                 | Dénombrement · comparaison              |

### La séquence conseillée :

1. Les 5 saveurs, pour poser le vocabulaire
2. L'éveil du goût, la dégustation fondatrice
3. Le portrait chinois, décrire sans « bon/pas bon »
4. Le jury du goûter, le test affiché
5. Le jury, le retour à J+21 : la séance la plus importante, celle où les enfants constatent que leur goût a changé

### ANCRAGE DANS LES PROGRAMMES 2026-2027

« Questionner le monde » (CE1-CE2) et les nouveaux programmes du CP applicables à la rentrée 2026 (sciences et technologie ; histoire-géographie et EPS parus au BO du 28 mai 2026). Français : langage oral, lexique. Mathématiques : premiers relevés de données.

Le jury du goûter exige les MÊMES aliments aux deux séances : prévoir l'achat en double dès la séance 1.



# CE2-CM2 • MESURER ET COMPARER.

L'âge de la mesure et du projet collectif : on pèse, on chronomètre, on compare, et on commence à débusquer les contradictions. Deux ateliers phares : l'expérience du jus (la fibre restée dans le presse-agrumes) et le défi antigaspi, projet long qui produit une vraie donnée de classe.

## LES ATELIERS

| Atelier (fiche PDF + annexe le cas échéant)  | Durée                  | Domaines travaillés                                         |
|----------------------------------------------|------------------------|-------------------------------------------------------------|
| Le nez et le goût                            | 30 min                 | Démarche d'investigation                                    |
| Les fruits séchés                            | 30 min                 | Transformation, conservation · mesures                      |
| De la graine à l'assiette                    | 40 min                 | Origine des aliments · géographie                           |
| Le petit-déjeuner à la loupe                 | 35 min                 | Données · cultures du monde · observation sans prescription |
| Le défi antigaspi de la classe (+ diagramme) | 4 séances / 5 semaines | Mesures · diagramme · EMC                                   |
| La roue des goûters (+ gabarit)              | 40 min                 | Arts plastiques · lien classe-maison                        |
| L'expérience du jus                          | 40 min                 | Proportionnalité · volumes                                  |
| Le classement à l'aveugle (+ annexe)         | 40 min                 | Données · esprit critique                                   |
| De la fève à la tablette (+ annexe)          | 40 min                 | Du brut au fini · géographie                                |

### La séquence conseillée :

1. Le nez et le goût, pour installer la démarche sensorielle
2. Le classement à l'aveugle, pour ébranler les certitudes
3. L'expérience du jus, pour la mesure
4. La roue des goûters, pour ramener quelque chose à la maison
5. Le défi antigaspi, le projet long des cinq semaines suivantes

### ANCRAGE DANS LES PROGRAMMES 2026-2027

Sciences et technologie cycle 3 (programme 2023) : l'alimentation humaine, origine, transformation et conservation des aliments. Mathématiques : grandeurs et mesures, proportionnalité, organisation de données. EMC : projet collectif.

Classement à l'aveugle : produits d'une même catégorie transvasés dans des contenants neutres, jamais de produits Néogourmets.

# COLLÈGE • APPRENDRE À DÉCODER.

Une seule accroche fonctionne à cet âge : on ne vous dit pas quoi manger, on vous apprend à ne pas vous faire avoir. Étiquettes, publicités, portions, prix au kilo : chaque atelier arme le regard, et ce sont les élèves qui apportent les emballages.

## LES ATELIERS

| Atelier (fiche PDF + annexe le cas échéant)            | Durée  | Domaines travaillés                 |
|--------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------|
| <b>Le détective des étiquettes</b>                     | 45 min | SVT · maths · EMI                   |
| <b>Les 1000 noms du sucre (+ annexe)</b>               | 40 min | SVT · EMI · lexique                 |
| <b>Décrypter une pub (+ annexe)</b>                    | 45 min | EMI · argumentation · EMC           |
| <b>Le sucre dans ce qu'on boit</b>                     | 40 min | SVT · proportionnalité              |
| <b>Le Nutri-Score décodé</b>                           | 40 min | SVT · EMI · technologie             |
| <b>Le rayon reconstitué (+ annexe)</b>                 | 45 min | SVT · EMI · maths                   |
| <b>Combien de fruits là-dedans ?</b>                   | 40 min | Proportionnalité, pourcentages      |
| <b>Le procès de la publicité</b>                       | 55 min | Débat réglé · EMC · EMI             |
| <b>Le prix au kilo d'un goûter (+ annexe)</b>          | 40 min | Prix unitaires · EMC consommation   |
| <b>Refaire l'étiquette (+ annexe)</b>                  | 45 min | Écrit normé · technologie · métiers |
| <b>Le goûter comparé</b>                               | 40 min | Statistiques · tri multicritère     |
| <b>Du produit brut au produit fini (+ annexe NOVA)</b> | 40 min | Technologie · SVT                   |

### La séquence conseillée :

1. Le détective des étiquettes, pour apprendre à lire
2. Les 1000 noms du sucre, pour aiguïser l'œil
3. Combien de fruits là-dedans, pour compter
4. Le procès de la publicité, pour débattre
5. Refaire l'étiquette, pour refermer la boucle

### ANCRAGE DANS LES PROGRAMMES 2026-2027

Cycle 4 : SVT « Le corps humain et la santé » (alimentation) · Éducation aux médias et à l'information · mathématiques (proportionnalité, pourcentages, statistiques) · français (argumentation) · EMC. Repère source utilisé : OMS, sucres libres sous 10 % de l'énergie quotidienne, idéalement 5 % (~25 g/j).

En classe, les marques restent à l'oral des élèves : sur les supports et les restitutions affichées, on parle en catégories (« une pâte à tartiner du commerce »).

# LYCÉE • DONNÉES ET PROTOCOLES.

Identité visuelle « néo » assumée pour ce niveau (les supports lycée gardent leur style moderne). Pas d'ateliers « jeunesse » : des données réelles, des protocoles rigoureux et des débats documentés, calés sur les programmes. La règle du jeu annoncée aux élèves : la méthode EST le contenu. Les cinq séances préparent utilement aux épreuves orales.

## LES ATELIERS

| Atelier (fiche PDF + annexe le cas échéant)                   | Durée      | Domaines travaillés                                 |
|---------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------|
| <b>L'algorithme dans l'assiette (+ fiche d'exploration)</b>   | 55 min     | SNT 2de : données structurées · EMC                 |
| <b>Le microbiote à table (+ corpus documentaire)</b>          | 55 min     | SVT 2de : corps humain et santé                     |
| <b>Nourrir 10 milliards d'humains (+ fiches-rôles)</b>        | 55 min     | SVT 2de : agrosystèmes · débat EMC                  |
| <b>Le protocole en double aveugle (+ protocole et fiches)</b> | 55 min     | Enseignement scientifique · maths (échantillonnage) |
| <b>L'audit d'un packaging (+ grille d'audit)</b>              | 55 min     | STMG mercatique · SES · EMC · EMI                   |
| <b>Le cacao, géopolitique d'une matière première</b>          | 55 min     | HGGSP · géographie · SES · Grand oral               |
| <b>Le marketing du sucre, une histoire vraie</b>              | 55 min     | SES 1re (marchés imparfaits) · EMI · histoire       |
| <b>Concevoir un produit honnête (projet de synthèse)</b>      | 2 × 55 min | EMC · STMG · SES                                    |

### La séquence conseillée :

1. L'algorithme dans l'assiette, pour ouvrir les données
2. L'audit d'un packaging, pour décoder la surface
3. Le protocole en double aveugle, pour la rigueur
4. Le microbiote à table, pour la science en train de se faire
5. Nourrir 10 milliards, pour le débat final

### ANCRAGE DANS LES PROGRAMMES 2026-2027

SNT 2de (les données structurées et leur traitement, avec Open Food Facts comme dans les activités académiques existantes) · SVT 2de (corps humain et santé : microbiote · enjeux contemporains : agrosystèmes) · enseignement scientifique 1re (démarche scientifique) · mathématiques (échantillonnage, fluctuation) · STMG mercatique · SES · EMC. Utile pour le Grand oral.

Double aveugle : produits anonymisés par un élève superviseur, jamais de produits Néogourmets.

**UNE QUESTION, UN PROJET, UNE VISITE D'ATELIER ?**  
**BONJOUR@NEOGOURMETS.COM**