

Ton plat parle de toi !

Se découvrir et découvrir les autres à travers son plat préféré est une belle aventure !

Voici un atelier/outil pour créer son portrait gourmand grâce à un exercice inspiré des **pratiques narratives***.

** L'approche narrative, créée par Michael White et David Epston, deux travailleurs sociaux et thérapeutes australiens, considère que l'identité d'une personne est construite par ses relations et par les histoires racontées à son propos.*



Matériel

- Stylos et feuilles de papier pour la prise de notes.
- 1 fiche portrait par élève ci-jointe
- crayons de couleurs
- feutres
- feuilles colorées
- ciseaux
- colle

Objectifs pédagogiques

- Créer du lien et favoriser l'écoute entre les élèves.
- Reconnaître l'individualité de chacun au sein de la classe.
- Travailler l'expression orale dont l'expression de soi.
- Exercer sa capacité à être en conscience de soi et à nommer ses émotions.

Astuces

- Vous pouvez réaliser l'atelier en trinôme : la troisième personne est alors le témoin (il observe). Il peut pré-remplir la fiche «Portrait gourmand»

Tableau des séquences

SEQUENCES	Objectifs spécifiques POURQUOI ?	Messages QUOI ?	Moyens d'animation COMMENT ?	Durée
Séquence 1 L'enseignant fabrique son portrait gourmand	S'entraîner pour transmettre • Vivre les deux postures : raconter et écouter • Découvrir la fiche portrait	Etape 1 : l'enseignant se fait interviewer par la personne de son choix (collègue, membre de sa famille, ami...) <u>Questions:</u> 1. Quel est ton plat préféré ? 2. Qu'est ce que ce plat raconte de toi ? 3. Est-ce qu'il y a d'autres moments qui t'apportent ça ? Etape 2 : l'enseignant interviewe à son tour. Il pose les mêmes questions. Etape 3 : l'enseignant peut, s'il le souhaite, compléter sa fiche portrait pour la présenter à sa classe.	Interview question-réponse 1 question à la fois. Les 3 règles pour l'écouter : • Il ne coupe pas la parole. • Il n'interrompt pas un silence. • Il peut, s'il le souhaite, écrire l'histoire sur un cahier tout en restant attentif au récit de l'autre.	2x10'
Séquence 2 L'enseignant présente son portrait à la classe	Donner envie	L'enseignant raconte à ses élèves son plat préféré et ce que ça raconte de lui.	Narration	5 '
Séquence 3 L'interview	Donner les consignes de l'interview	« Afin construire votre portrait gourmand, vous allez vous interviewer à tour de rôle » 1- Inscrire et présenter les questions au tableau. 2- Proposer aux élèves de former des binômes. 3- Transmettre les règles de l'écouter : • ne coupe pas la parole. • n'interrompt pas un silence. • peut, s'il le souhaite, écrire l'histoire sur un cahier tout en restant attentif au récit de l'autre.	Interview questions-réponses Interactif, en binôme	2x10'

SEQUENCES	Objectifs spécifiques POURQUOI ?	Messages QUOI ?	Moyens d'animation COMMENT ?	Durée
Séquence 4 Retranscription des informations pour fabriquer son portrait gourmand	Donner les consignes pour remplir la fiche portrait gourmand	Transmettre et expliquer les différents éléments de la fiche «portrait gourmand» aux élèves. « Chacun peut maintenant prendre un temps individuel et remplir sa fiche à l'aide des informations de son récit.» Une fois terminés, les portraits peuvent être exposés dans la classe ou dans l'école.	Activité plastique et création d'une exposition	30'
Séquence 5 Exposition	Partager les portraits dans la classe et endehors.	« A présent nous pouvons célé- brer notre travail en découvrant l'exposition <i>portraits gourmands</i> de notre groupe classe. » «Souhaiteriez-vous l'ouvrir à d'autres personnes ?»	Visite des portraits exposés	10'

Ce qui me **PLAÎT** 
dans ce plat :

Ce qu'il me rappelle
comme **BONS** 
SOUVENIRS :

DESSINE - PEINS - COLLE ...

NOM DE TON PLAT :

Ce que je ressens 
comme **ÉMOTIONS** :

D'AUTRES MOMENTS
qui m'offrent ses bonnes
sensations :

PORTRAIT GOURMAND DE



Ce qui me **PLAÎT** 
dans ce plat :

« Il est coloré, croustillant
et mou à la fois, sucré et salé
avec des aliments chauds et
froids ! J'adore la variété »

Ce qu'il me rappelle
comme **BONS** 
SOUVENIRS :

« Nos voyages – coup de
tête – à Paris, en famille,
pour se faire une expo
et manger le meilleur
bobun de la ville à
PHO14 dans le 13ème »

DESSINE - PEINS - COLLE ...



NOM DE TON PLAT : **BOBUN**

Ce que je ressens 
comme **ÉMOTIONS** :

Plaisir, excitation
et sécurité !

D'AUTRES MOMENTS
qui m'offrent ses bonnes
sensations :

« Partir à la mer à
l'improviste ;-) »

PORTRAIT GOURMAND DE

AUDREY