

# Évaluation de l'action « petit déjeuner » 2016-2017

réalisée au collège Jean Monnet LA LOUPE  
auprès des élèves de 6ème

Description de l'action qui s'est décomposée en 3 temps :

1<sup>er</sup> temps (1 heure) intervention de l'infirmière scolaire auprès de chaque classe de 6<sup>ème</sup>

- Les différents groupes d'aliments et leur rôle (rappels des acquis)
- Qu'est-ce qu'un petit déjeuner équilibré ?
- Echanger sur les rituels du petit déjeuner et du levé
- Les sucres et graisses cachés (s'il reste du temps)

2<sup>ème</sup> temps Réalisations autour du petit déjeuner avec les Professeurs Principaux, Professeur technologie, documentaliste

Réalisation de supports par les élèves (affiches en français et langues étrangères, utilisation de logiciel...)

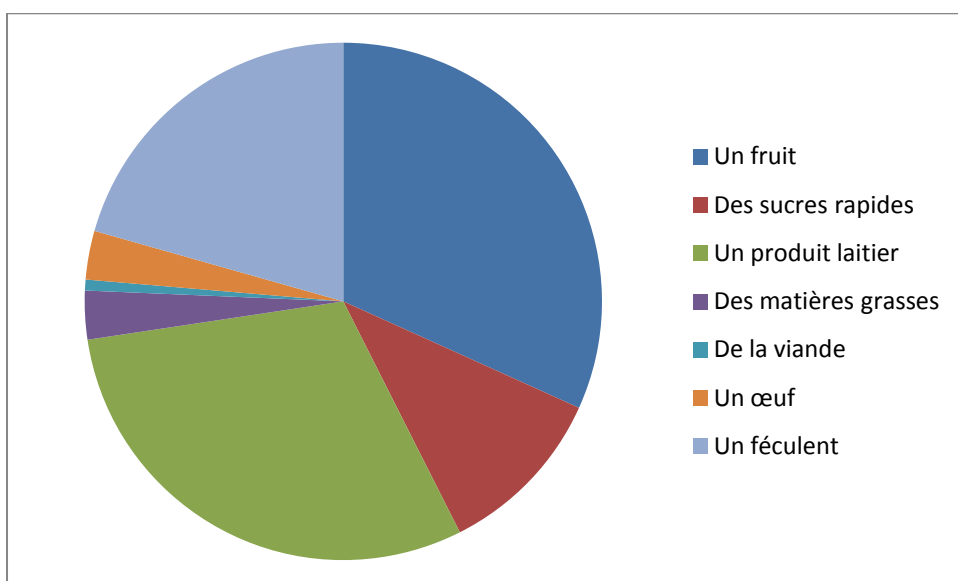
3<sup>ème</sup> temps : petit déjeuner au réfectoire du collège

Différents aliments sont proposés aux élèves qui composent chacun un petit déjeuner équilibré

Évaluation réalisée par Mme PARENT (infirmière scolaire) grâce à un questionnaire mis en ligne sur Pronote, géré et analysé par Mr Jammart (professeur de SVT).

**Objectif 1** : *Un petit déjeuner équilibré doit être composé d'un féculent, d'une portion de fruit et d'un produit laitier.*

Ce premier objectif est atteint puisque 90% des élèves pensent aux fruits et aux produits laitiers et plus de 60% aux féculents. Un tiers des élèves pensent toutefois à tort que les sucres rapides sont importants.



**Objectif 2** : Évaluer la capacité des élèves à reconnaître les aliments selon leur groupe d'aliments (rappel des acquis ou ajustement)

Grâce aux réponses des questions 2, 3 et 4, on observe que la majorité des élèves savent classer les aliments dans leur groupe respectif (même si il reste quelques petites confusions)

Sélectionnez les féculents (question 2)

**Les biscottes, le pain et les céréales sont bien repérés comme des féculents par les élèves. Le petit beurre reste cependant peu cité.**

Sélectionnez les laitages (question 3)

**Le chocolat chaud reste souvent oublié par les élèves, alors que le fromage et le yaourt sont bien cités comme laitages.**

Sélectionnez les portions de fruits (question 4)

Une petite erreur s'est glissée dans les esprits des élèves **qui pensent que la confiture peut remplacer une portion de fruits. La compote et le jus de fruit peuvent remplacer le fruit.**

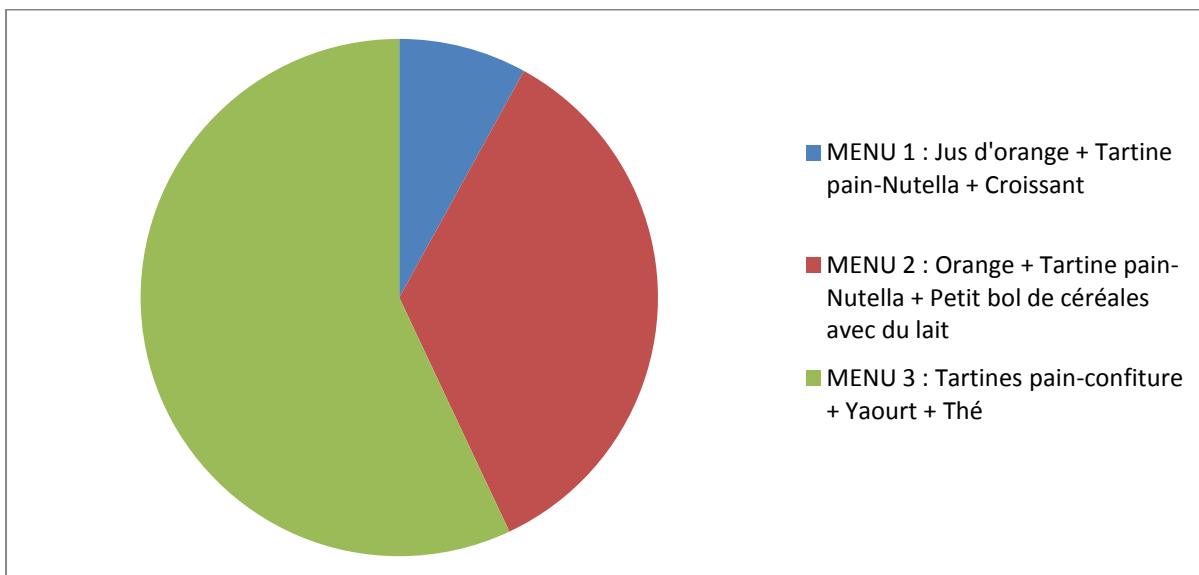
**Objectif 3** : Que chaque élève puisse repérer les produits très sucrés à limiter.

C'est un peu plus flou dans les réponses car un fruit a une saveur sucrée mais n'est pas un produit sucré à limiter. La formulation de la question n'était sans doute pas assez explicite.

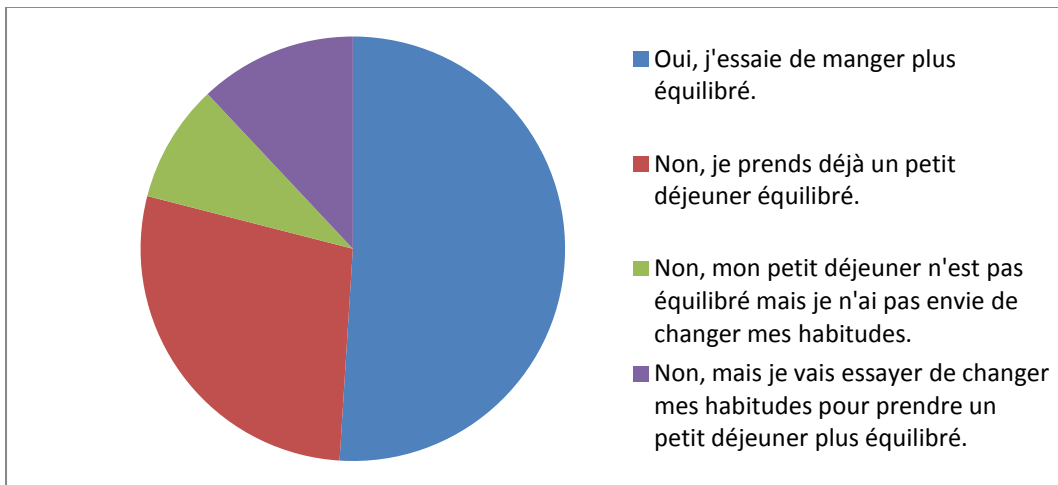
**Les plus évidents pour les élèves sont le Nutella, la brioche fourrée au chocolat et la confiture.**

**Objectif 4** : Développer les compétences des élèves pour faire les choix alimentaires adaptés à leur santé.

Sélectionnez le menu le plus équilibré pour votre petit déjeuner. **Une réponse majoritairement fautive des élèves, due probablement à la confusion confiture – portion de fruit citée plus haut.**



Avez-vous déjà changé vos habitudes à la suite du petit déjeuner pédagogique ? **Plus de la moitié des élèves ont changé ou veulent changer leurs habitudes pour prendre un petit déjeuner plus équilibré.**



**Objectif 5 :** *Sensibiliser les élèves à l'importance du petit déjeuner pour leur santé et le bon déroulement de leur journée.*

Pourquoi faut-il prendre un petit déjeuner équilibré ?

La moitié des élèves ont bien reçu le message : un petit déjeuner équilibré leur permettra d'être en forme toute la journée, de rester attentif en classe et de bien grandir.

**76% des élèves pensent avoir appris des choses** grâce à cette action et 17% répondent peut-être.

**64% des élèves ont beaucoup apprécié le petit déjeuner** et 25 % moyennement

*Remarque :*

Les supports réalisés par les différentes classes de 6ème sont à l'affichage dans la salle de restauration.

*Conclusion :*

**Le bilan de cette action est très positif.**

Elle est donc à renouveler l'année prochaine en améliorant l'organisation comme la participation plus forte des agents pour la présence au buffet et le service des élèves.

Avec les enseignants qui ont participé aux différentes étapes de l'action, nous avons évalué qu'il serait judicieux que l'infirmière se place à la fin du buffet pour discuter si besoin des plateaux mal équilibrés avec certains élèves.