Formation continue attestée

Cours 20-AT202

Éducation sensorielle.
L'alimentation à travers les 5 sens

Si vous souhaitez aborder l'Education à l'Alimentation par une approche sensorielle ce cours est pour vous.

Vous souhaitez aborder l'Education à l'alimentation par une approche sensorielle mettant en avant les perceptions ressenties lors de la prise alimentaire?
Cette formation est destinée aux enseignant-e-s généralistes. Les cinq sens sont au centre des sensations et émotions vécues lors de la découverte alimentaire. Les récepteurs sensoriels se modifiant en fonction de ce que l'on mange cela peut créer de fortes variations entre individus mais c'est aussi la clé pour développer "le goût". Par "goût" on entend les saveurs, les odeurs, arômes, etc.
L'expérimentation alimentaire régulière, dès le plus jeune âge, a un impact majeur sur les réactions émotionnelles et sur le développement du "goût". Elle permet aux enfants de découvrir et de se familiariser avec des aliments qu'ils ne connaitraient pas et de les appréhender avec plus de sérénité afin de réduire les comportements de rejet ou de néophobie alimentaire. Au fur et à mesure du temps, l'expérimentation alimentaire régulière va forger une empreinte alimentaire, à la base des comportements alimentaires. Les expériences alimentaires ne s'arrêtent pas là, toute une partie de l'éducation sensorielle consiste à exprimer ses ressentis en apprenant à les verbaliser avec un vocabulaire riche, précis et étayé.
Ce cours a comme but, à travers diverses expériences sensorielles et des explications au sujet des 5 sens, de vous faire prendre conscience des sensations et émotions engendrées par les aliments et d'apprendre à les reconnaitre, les développer et les verbaliser.

Intentions
Permettre aux participantes et participants de :
- approfondir ses connaissances sur les 5 sens, leurs récepteurs sensoriels et l'empreinte alimentaire cérébrale
- développer ses perceptions sensorielles, notamment le "goût" à travers des dégustations et exercices
- apprendre à verbaliser ses ressentis à l'aide d'un vocabulaire précis, riche et étayé
- découvrir les ressources pédagogiques et didactiques en Education sensorielle afin de pouvoir les transposer en classe aux cycles 1 et 2

Modalités de travail
2 rencontres de 4 heures
Expériences - Dégustations

Lien(s) avec les domaines de la "Formation générale" du PER
Santé et bien-être

Destinataires
Cette formation s'adresse principalement aux enseignant-e-s généralistes dispensant des cours d'Education à l'alimentation, d'Education sensorielle ou d'Education nutritionnelle.

Mode d'inscription
Inscriptions individuelles uniquement

Dates
Session 1:
Mercredi 27.1.2021,
jeudi 18.2.2021,
de 14h à 17h15.
Session 2:
Jeudi 29.4.2021,
mercredi 19.5.2021,
de 14h à 17h15.

Délai d'inscription
Session 1: 20 novembre 2020
Session 2: 19 février 2021

Matériel des participant-e-s
Aucun

Frais
CHF 15.- pour les dégustations et supports de cours.

hep/ haute école pédagogique vaud

Contacts
Tél. : +41 21 316 95 70
Fax : +41 21 316 24 21
filiere-fca@hepl.ch
candidat.hepl.ch/fc

Informations administratives
Filière Formation continue attestée
Haute école pédagogique
Avenue de Cour 33
CH-1014 Lausanne

Inscriptions
Inscription en ligne ou bulletin d'inscription sous candidat.hepl.ch/fc

Lien(s) avec les "Capacités transversales" du PER

Communication | Stratégies d'apprentissage

Formatrices, formateurs

Céline Ohayon, biologiste spécialisée en nutrition, collaboratrice scientifique, HEP Vaud, UER AT

Contacts
Tél. : +41 21 316 95 70
Fax : +41 21 316 24 21
filiere-fca@hepl.ch
candidat.hepl.ch/fc

Informations administratives
Filière Formation continue attestée
Haute école pédagogique
Avenue de Cour 33
CH-1014 Lausanne

Inscriptions
Inscription en ligne ou bulletin d'inscription sous candidat.hepl.ch/fc