

Economie familiale

EPS Aubonne

[Accueil](#) - [Histoire et évolution](#) - [PER](#) - [Créativité](#) - [Évaluation](#) - [Santé](#) - [Galerie](#) - [Forum](#)

Accueil

Pourquoi un cours d'économie familiale? Qu'est-ce qu'on y apprend? N'est-il pas important de savoir composer une assiette équilibrée? N'est-il pas aussi utile de comprendre pourquoi il est mieux de favoriser les produits du pays? Ce n'est pas qu'au sein de la famille que les jeunes peuvent développer un sens critique et un bon sens vis-à-vis de leur alimentation et de leur consommation. Le cours d'économie familiale a pour but de développer ces compétences à travers un enseignement axé tant sur la pratique que sur la théorie, dans un environnement convivial et favorisant le bien-être de chacun au quotidien. Et ne sait-on jamais, l'économie familiale pourrait réveiller des passions.

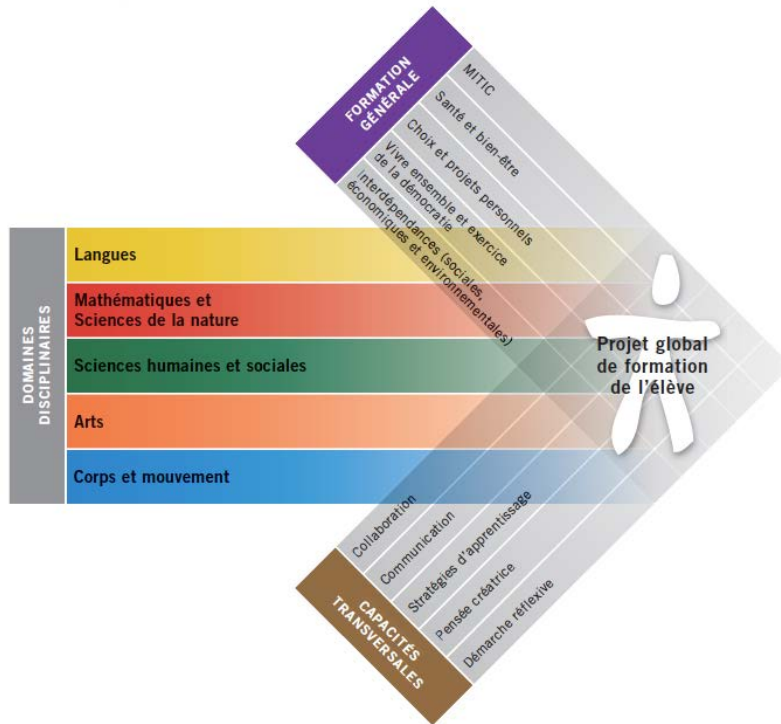
Historique et évolution

C'est au milieu de XIXème siècle, alors que beaucoup de femmes travaillent dans des usines, que le gouvernement suisse décide d'établir un programme de formation exclusivement réservé aux femmes dans le but de limiter leur indépendance en les formant à devenir "femmes au foyer" "épouses" et "mères" (Schibler, 2008).

Ce programme devient notamment obligatoire dans le canton de Fribourg en 1895.

L'économie familiale évolue constamment au rythme de la société. Ouverte aux garçons depuis 1981, cette formation vise l'autonomie des jeunes et les aide à devenir des citoyens responsables, conscients de l'impact de leur consommation sur leur santé et sur l'environnement.

PER



Le plan d'étude romand (PER) 2010 regroupe les objectif d'apprentissages de chaque discipline. L'économie familiale et l'éducation nutritionnel compte parmi les disciplines du domaine « corps et mouvement» ([CM35](#), [CM36](#), [CM37](#))

Ainsi, de nombreuses compétences sont développées, dont des compétences transversales liées à la communication, la collaboration et au développement des stratégies d'apprentissage.

<https://www.plandetudes.ch/home>

Créativité

Dans l'économie familiale et l'éducation nutritionnelle, pour que l'élève puisse développer sa créativité, il faut que l'enseignante planifie et construise ses cours, en créant des conditions favorables qui permettront à l'élève de construire de nouvelles connaissances et apprentissages.

Pour arriver à ce résultat, il faut que l'élève acquière de solides connaissances de base en cuisine. Celui-ci doit aussi exécuter des techniques culinaires avant de devenir créatif (Guy Aznar, mars 2006).

La tâche de l'enseignante est de planifier un objet qui sort de l'ordinaire, une recette de cuisine par exemple: la tarte Tatin aux pommes. La manière de préparer et de cuire cette tarte sort de l'ordinaire, car on la monte et on la cuit à l'envers. Le but de cet objet est de mettre l'élève dans une situation problème de manière à ce que l'élève se retrouve dans le rôle du chercheur. Cela incite l'élève à mobiliser les connaissances qu'il a acquises afin qu'il trouve une solution (Lubart, 2010, p. 10).

L'enseignante va guider l'élève étape par étape dans son processus d'apprentissage.

Évaluation

Les ustensiles de cuisine

Matériel de cuisson

- (1)attendrisseur
- (2)caque'on
- (3)casseroles
- (4)couvercle
- (5)nteuse
- (6)micro-onde
- (7)gn le pain
- (8)mermite
- (9)marmites en fonte
- (10)poêle
- (11)plat à gratin
- (12)sous-pât

Matériel électrique

- (13)batteur
- (14)mixeur
- (15)balance de cuisine
- (16)minuterie

Outils de découpe

- (17)ciseaux
- (18)coupe-frites
- (19)couteau
- (20)économe (éplucheur)
- (21)hachoir
- (22)planche à découper
- (23) râpe
- (24)zesteur

Ustensiles de pâtisserie

- (25)lèche plat
- (26)roulles & poche à douilles
- (27)emporte-pièce
- (28)moule
- (29)oinceau
- (30)rouleau à pâtisseries

Ustensiles divers

- (31)boîte hermétique
- (32)brosse de nettoyage
- (33)casse-noix
- (34)chinoise
- (35)cuillère en bois
- (36)décapsuleur
- (37)écumoire
- (38)entonnoir
- (39)essoreuse à salade
- (40)four
- (41)linge de cuisine
- (42)louche
- (43)ouvre-boîtes
- (44)presse-purée
- (45)passoire
- (46)presse-agrumes
- (47)presse-ail
- (48)roulette à découper
- (49)réipient gradué
- (50)spatule
- (51)tire-bouchon



- L'enseignante choisit le barème d'après l'objectif d'apprentissage.
- TS: les ustensiles de cuisine.
- Ce test permet à l'enseignante de voir si l'élève reconnaît les ustensiles qu'il utilise pour confectionner un repas en économie familiale.

La santé: c'est important !

L'enseignante en éducation nutritionnelle doit faire comprendre et transmettre à l'élève l'importance de manger sainement et les répercussions que de mauvais choix pourraient avoir sur sa santé. La pyramide alimentaire est un bon exemple pour visualiser groupes d'aliments et quantités. Il faut aussi que l'enfant comprenne l'importance de la valeur nutritionnelle des aliments pour composer des menus équilibrés. Ces connaissances lui assureront un équilibre alimentaire dans son assiette et ainsi il évitera le surpoids.

L'enseignante va également expliquer aux élèves qui sont atteints d'allergies alimentaires comment adapter les recettes en fonction de substituts disponibles.



Galerie: programme de Noël 9^e



Apprentissages visés :

Application des règles d'hygiène.

Développer son sens de l'organisation et son autonomie pour l'utilisation du matériel et la confection des biscuits.

Développer des techniques et des gestes manuels pour la cuisson et la fabrication des biscuits.

Développer ses habiletés manuelles en donnant une forme aux biscuits et en utilisant le matériel adéquat pour la confection.

Développer sa créativité pour la décoration des biscuits.



Programme de 10^e et 11^e



Apprentissages visés:

Découverte d'autres cultures culinaires.

Etude critique des produits et habitudes de consommation pour réaliser un repas équilibré en exerçant un regard critique sur les «modes» alimentaires et en expérimentant les réactions des nutriments lors de différents types de préparation et en analysant la valeur nutritionnelles des aliments.



Programme de 9^e à 11^e OCOM

Apprentissages visés :

Sur 3 ans, l'élève qui suit cette option de compétences orientée métiers (OCOM) ont 2 périodes par semaine à leur horaire.

Durant ces cours, l'élève va développer ses connaissances nutritionnelles, ses techniques de préparation et de cuisson des aliments, il va aussi apprendre à collaborer et il va développer son autonomie.

L'examen de fin de 3^e année se fait sur le modèle du concours « Top Chef ».

L'évaluation se base pour 1 tiers sur le dossier et 2 tiers sur la pratique. Les élèves travaillent en duo.

L'évaluation se fait avec un expert et l'enseignante, les élèves ont 4 heures pour exécuter cette tâche.

Le projet de préparation de l'élève comprend :

Un dossier écrit. Une entrée, un plat principal et un dessert.

L'ensemble doit être équilibré, l'élève doit utiliser des produits de saison, cultivés localement.

La quantité de la préparation de l'examen est pour 2 personnes.



Forum

- Plats d'hiver : idées de recette facile et rapide. (2019, novembre 24). Consulté le 12 janvier 2020, à l'adresse <https://www.mesinspirationsculinaires.com/article-plats-d-hiver-idees-de-recette-facile-et-rapide.html>
- 14 plats marocains faciles à faire pour bien manger pendant l'hiver. (s. d.). Consulté le 12 janvier 2020, à l'adresse <https://www.happyknowledge.com/post/Citoyen%20marocain%20/VlcBghEtQxNXwKP6>
- Top Dessert. (s. d.). Consulté le 12 janvier 2020, à l'adresse <https://www.marmiton.org/recettes/top-internautes-dessert.aspx>
- Burgers maison: recette facile. (s. d.). Consulté le 12 janvier 2020, à l'adresse <https://www.hervecuisine.com/recette/recette-facile-des-burgers-maison/>