

Édition de référence :
Folio Junior, n° 1374.



Film d'animation réalisé
par Kristina Dufková (en salles
le 12 février 2025).

La vie, en gros

Mikaël Ollivier

L'intérêt pédagogique

Le roman de Mikaël Ollivier, adapté en film d'animation par Kristina Dufková, nous présente le personnage de Benjamin. L'adolescent est passionné de cuisine et aime les bons repas. Lors de la visite médicale dans son collège, l'infirmière le met en garde sur sa prise de poids excessive. Le verdict est tombé : Benjamin doit faire un régime. Le héros tente de se voiler la face, mais il est de plus en plus complexé à un âge où les garçons commencent à regarder les filles. Or, Ben n'est pas insensible aux charmes de Claire, sa camarade de classe. Un long combat l'attend pour lutter contre les kilos, les moqueries et les aléas de la vie.

En classe de cinquième, ce récit peut être étudié dans le questionnement intitulé « Vivre en société, participer à la société », qui se penche sur les relations humaines : « Avec autrui : familles, amis, réseaux ». Cette séquence pédagogique offre des activités variées pour découvrir le roman, ainsi que son adaptation au cinéma. Elle propose également une activité en éducation morale et civique pour sensibiliser les élèves à la lutte contre le harcèlement.

SOMMAIRE

Présentation du film d'animation		p. 2
Séance 1	› À la découverte de Mikaël Ollivier et de son œuvre	p. 3
Séance 2	› La visite médicale	p. 4
Séance 3	› La piscine	p. 5
Séance 4	› Le discours direct	p. 6
Séance 5	› Suivre un régime	p. 7
Séance 6	› Du livre au film	p. 8
Fiche élève 1 > Le film d'animation		p. 9
Séance 7	› Le lexique de la nourriture	p. 11
Séance 8	› La relation avec Claire	p. 12
Séance 9	› Lutter contre les discriminations et le harcèlement	p. 13
Fiche élève 2 > Lutter contre le harcèlement		p. 14
Séance 10	› Évaluation de fin de séquence	p. 15

Fiche pédagogique réalisée
par Kim-Lan Delahaye,
professeure certifiée de lettres
modernes à Rueil-Malmaison.



À la découverte de Mikaël Ollivier et de son œuvre

- **Dominantes** › Lecture découverte de l'objet-livre, lecture d'image et oral
- **Objectifs**
 - › Acquérir des connaissances sur l'auteur
 - › Découvrir le récit et son adaptation en film d'animation

---→ **Support de travail** : Internet, le livre, le chapitre I (p. 11-15) et la bande-annonce du film d'animation : <https://www.lesfilmsdupreau.com/film/la-vie-en-gros/>

I. À la rencontre de Mikaël Ollivier

Vous pourrez trouver les réponses aux questions ci-dessous sur le site internet consacré à l'écrivain : <https://mikaelollivier.com/>

1. Quel type de scolarité Mikaël Ollivier a-t-il suivi ?
2. Quelle passion se découvre-t-il à l'adolescence ?
3. À vingt-cinq ans, quelle décision prend-il pour sa vie professionnelle ?
4. Mikaël Ollivier a publié une dizaine de romans « ado ». Lisez les différentes présentations. Quel livre avez-vous envie de lire ? Justifiez votre choix.

II. Première approche

1. Décrivez la couverture du livre. Que cherche à faire le personnage qui est représenté ?
2. D'après la quatrième de couverture, quel événement vient bouleverser le quotidien de Benjamin ?
3. Quelle difficulté le héros rencontre-t-il ?
4. Quelle source de motivation pourrait aider l'adolescent à prendre en main son destin ?

III. Entrons dans le récit

Répondez aux questions ci-dessous après avoir lu le chapitre I.

1. Quel est le grand projet de Benjamin ? Quelle semble être sa passion ?
2. Comment le jeune homme réagit-il lorsque Claire lui adresse la parole ?
3. Pour quelle raison Benjamin est-il troublé par sa présence ?
4. Que ressent Benjamin lorsqu'il évoque les relations entre les filles et les garçons ?

IV. Découvrons le film d'animation

Répondez aux questions ci-dessous après avoir regardé la bande-annonce du film d'animation : <https://www.lesfilmsdupreau.com/film/la-vie-en-gros/>

1. Quel rapport Benjamin semble-t-il entretenir avec la nourriture ?
2. Comment les difficultés liées au surpoids sont-elles soulignées dans la bande-annonce ?
3. Quels problèmes le héros rencontre-t-il avec Max et les frères de Claire ?
4. Pour quelle raison les élèves se moquent-ils de Ben en cours de sport ?
5. Comment comprend-on que Ben est amoureux de Claire ?
6. D'après la bande-annonce, pourquoi peut-on dire que Ben est un adolescent bien entouré, qui peut compter sur sa famille et ses amis ?

V. Donnez votre avis

À l'oral, expliquez ce qui vous donne envie de connaître la suite du récit et de voir le film d'animation. Quels sont les éléments qui ont éveillé votre curiosité ?



La visite médicale

• **Dominantes** › Lecture analytique et lecture d'image

• **Objectifs**

- › Analyser l'élément déclencheur du récit
- › Cerner la personnalité du héros

---> *Support de travail* : les chapitres II et III (p. 16-27).

I. L'examen médical

1. Pour quelle raison Benjamin essaye-t-il de se grandir tout en rentrant le ventre ?
2. Quelle expression le héros emploie-t-il pour désigner la balance ? À quoi la compare-t-il ?
3. Comment la gêne de Benjamin se manifeste-t-elle au cours de l'examen médical ?

II. La discussion avec l'infirmière

1. De quelle manière l'infirmière débute-t-elle la conversation avec Benjamin ? Qu'en pensez-vous ?
2. Comment l'adolescent réagit-il aux remarques de l'infirmière ? Selon vous, pourquoi a-t-il un tel comportement ?
3. Peut-on dire que l'entretien avec l'infirmière a été constructif ? Justifiez votre réponse.

III. Ben et la nourriture

1. Comment comprend-on que Benjamin est passionné par la cuisine ?
2. Quel est son rituel du mercredi matin ?
3. Pourquoi peut-on dire que le héros est une personne gourmande ?

IV. La sentence

1. Dans la lettre rédigée par l'infirmière, relevez les expressions qui font référence à un éventuel danger pour Benjamin.
2. De quelle manière l'adolescent réagit-il après avoir lu le courrier destiné à ses parents ?
3. À la fin du chapitre III, comment comprend-on que Benjamin souffre de son obésité ?

V. Du livre au film

1. Comment Ben perçoit-il la voix de l'infirmière lorsqu'elle lui annonce son obésité ?
2. Où le héros se rend-il après la visite médicale ? Quel incident se produit-il à ce moment-là ?
3. Lorsque Ben dîne avec sa mère, quelle vision apparaît soudain ?
4. Quand Ben passe un appel en visio à son père, que lui demande-t-il ?

VI. Faisons le point

Ces deux chapitres permettent de mettre en place l'intrigue. Le lecteur comprend lors de la visite médicale que Benjamin souffre d'obésité. L'adolescent est passionné de cuisine et très gourmand. Il prend plaisir à déguster des plats variés. La lettre de l'infirmière le place au pied du mur. Benjamin évoque les souffrances et le mal-être engendrés par son obésité. On comprend que le jeune homme peine à nouer des relations avec les autres, notamment avec les filles car il est complexé.



La piscine

• Dominantes › Lecture analytique et lecture d'image

• Objectifs

- › Analyser les conséquences du regard d'autrui sur le protagoniste
- › Comprendre les sentiments éprouvés par le héros

---→ *Support de travail* : le chapitre VI (p. 45-51).

I. Mal dans sa peau

1. Observez le dialogue entre Ben et Éric au début du chapitre. De quelle manière le héros réagit-il lorsque son ami lui propose d'aller à la piscine ?
2. Pour quelle raison Ben ment-il à Éric ?
3. Pourquoi l'adolescent appréhende-t-il de se rendre à la piscine ?

II. Dépasser les apparences

1. Quel stratagème Ben met-il en place pour ne pas se montrer en maillot de bain ?
2. Quelle est la réaction du jeune homme lorsqu'il voit son ami sortir de la cabine ?
3. Pourquoi peut-on dire que les deux adolescents n'ont pas le même rapport à leur corps ?
4. Finalement, quels indices nous montrent que Ben passe un bon moment à la piscine ?

III. La rencontre avec Claire

1. Que ressent Ben lorsqu'il aperçoit Claire dans la piscine ?
2. Pour quelle raison refuse-t-il de sortir de l'eau en même temps que Claire et Éric ?
3. Pourquoi la sortie de l'eau est-elle perçue comme une humiliation pour le héros ?

IV. Ben a le blues

1. Quels sentiments s'emparent du personnage à la fin du chapitre ?
2. En quoi la nourriture lui apparaît-elle comme un moyen de surmonter son chagrin ?
3. Quelle décision Ben prend-il à la fin de la journée ? Selon vous, qu'est-ce qui le pousse à agir de la sorte ?

V. Du livre au film

1. Comment Max et les frères de Claire se comportent-ils lorsqu'ils aperçoivent Benji à la piscine ? De quelle manière le nomme-t-il ?
2. Que font les trois garçons lorsqu'ils récupèrent le maillot de Benji ?
3. L'épisode de la piscine revient à plusieurs reprises dans l'esprit du héros. Précisez à quel moment.
4. Pourquoi peut-on dire que le protagoniste est profondément marqué par l'incident de la piscine ? Comment son traumatisme se manifeste-t-il ?

VI. Faisons le point

L'épisode de la piscine apparaît comme un élément déclencheur dans le récit. Alors que Benjamin avait caché la lettre de l'infirmière, il décide le soir même de la remettre à sa mère. L'adolescent a compris qu'il était complexé et qu'il ne parvenait plus à vivre normalement. Il souffre trop du regard des autres et de leur jugement. Dans le film d'animation, Benji est harcelé par les trois garçons. Ces événements le hantent et lui font faire des cauchemars. Dans le récit comme dans son adaptation, on perçoit le profond mal-être du héros et la tristesse qui l'envahit.



Le discours direct

- **Dominantes** › Étude de la langue et écriture
- **Objectifs**
 - › Reconnaître les caractéristiques du discours direct
 - › Être capable de rédiger un dialogue

---→ **Support de travail** : extrait du chapitre V, de « J'aimerais un pantalon pour mon fils... » à « ... a commenté ma mère. » (p. 41-43).

I. Identifier les caractéristiques du discours direct

1. Observez la disposition du texte dans les trois pages étudiées. Quel signe typographique est fréquemment employé ? Que signale-t-il ?
2. Quel signe de ponctuation est parfois utilisé pour introduire les paroles des personnages ?
3. Le narrateur emploie des verbes de parole. Relevez-les. Indiquez également où ils peuvent se situer.
4. Quels signes de ponctuation sont présents dans les paroles des personnages. Quelles informations nous donnent-ils sur la manière dont s'expriment les personnages ?
5. Quel mode verbal est employé à plusieurs reprises par la vendeuse. Quelle indication cela nous donne-t-il sur son attitude à l'égard de Ben ?

II. Rédiger un dialogue

Imaginez la suite du chapitre VI. Benjamin donne la lettre de l'infirmière à sa mère et décide de lui raconter ce qu'il s'est passé à la piscine et de se confier sur son mal-être. La mère du héros tentera de le rassurer et de lui donner quelques conseils pour l'aider à reprendre confiance en lui. Votre production écrite fera environ vingt lignes.

Boîte à outils

Pensez à varier les verbes de parole dans votre dialogue : « dire », « affirmer », « questionner », « interroger », « répondre », « rétorquer », « s'emporter », « s'écrier »...

Utilisez une ponctuation variée et adaptée en fonction des prises de parole : interrogation, exclamation, points de suspension.

Critères de réussite	😊	😐	😞
J'ai bien respecté la présentation d'un dialogue et j'ai utilisé le bon signe typographique.			
J'ai utilisé des verbes de parole variés et je les ai placés au bon endroit dans la phrase.			
J'ai employé une ponctuation adaptée à la prise de parole de chaque personnage.			
La progression de mon dialogue est claire et logique. Les prises de parole s'enchaînent correctement.			
J'ai relu mon travail et corrigé les éventuelles erreurs de langue.			





• **Dominantes** › Lecture analytique, lecture d'image et écriture

• **Objectifs**

- › Étudier les différents obstacles que le héros doit surmonter
- › Comprendre l'importance du regard d'autrui sur le protagoniste

---> **Support de travail** : les chapitres IX et X (p. 64-76).

I. Surmonter les premières difficultés

1. Comment Ben célèbre-t-il la fin de sa « vie de gros » ?
2. Que pense-t-il de son premier petit-déjeuner de régime ?
3. Que ressent l'adolescent en milieu de matinée ? Quelles expressions emploie-t-il pour l'exprimer ?
4. Pour quelle raison des élèves se moquent-ils de Ben à la sortie du collège ? Que pense le héros de leur réaction ?
5. Quelles paroles Claire lui adresse-t-elle dans le bus ? En quoi se distingue-t-elle des autres élèves ?
6. Observez la description que fait Ben de son dîner. Pourquoi peut-on dire que le régime affecte son moral ?

II. Un sentiment de satisfaction

1. Pour quelle raison Ben se sent-il joyeux au début du chapitre X ?
2. Dans le deuxième paragraphe de la page 70, relevez les expressions qui traduisent sa volonté et sa motivation.
3. Quelle étape importante Ben a-t-il réussi à dépasser ?

III. La rechute

1. Quel sentiment s'installe ensuite dans l'esprit de l'adolescent ?
2. Quel premier écart fait-il ?
3. Comment comprend-on que Ben semble pris dans un engrenage ?
4. Quelles interrogations le conduisent à remettre en question l'intérêt de son régime ?
5. À la fin du chapitre, comment comprend-on que la motivation de Ben a disparu ?

IV. Du livre au film

1. Comment la gourmandise de Ben est-elle soulignée dans le film ?
2. Benjamin essaye tout d'abord de maigrir tout seul. Que fait-il ?
3. Lorsqu'il consulte le Dr Dubsy, que lui dit le nutritionniste sur l'élément essentiel du régime ?
4. Pourquoi peut-on dire que Claire joue un rôle important dans le régime de Ben ?
5. Pour quelle raison Max et les frères de Claire se moquent-ils de lui à la cantine ?

V. À vos stylos !

Tout comme Ben, vous avez un carnet dans lequel vous devez inscrire ce que vous avez mangé. Décrivez les trois repas de votre journée. Vous évoquerez les différents aliments et la manière dont ils ont été préparés.



• Dominantes › Lecture d'image et oral

• Objectifs

- › Étudier le travail d'adaptation du récit en film d'animation
- › Analyser les caractéristiques de l'adaptation

---> *Support de travail* : le livre en entier et le film d'animation.

I. Le portrait du héros

1. Lorsque Ben arrive en retard en classe le jour de la rentrée, quelle excuse donne-t-il ? Pourquoi peut-on dire qu'il fait preuve d'humour ?
2. Quelle place la musique occupe-t-elle dans la vie de Ben ?
3. Ben est un garçon qui souffre de sa situation. Décrivez une séquence du film qui illustre, selon vous, son mal-être.

II. La famille de Ben

1. Le père de Ben est également en surpoids. Quelle question le jeune homme pose-t-il à sa mère au sujet de sa relation avec son père ? Selon vous, pour quelle raison l'interroge-t-il sur ce sujet ?
2. Comment la grand-mère de Ben réagit-elle lorsqu'elle le voit manger ?
3. Quel rôle Sophie joue-t-elle dans la réussite du régime de Ben ? Quelle expérience personnelle partage-t-elle avec l'adolescent ?

III. Ben et Claire

1. Comment Claire vient-elle en aide à Ben à la piscine lorsque Max et les jumeaux déchirent son maillot de bain ?
2. Quel cadeau Ben fait-il à Claire ? Tout se passe-t-il comme prévu ? Justifiez votre réponse.
3. Que contient le SMS que Ben envoie à Claire lorsqu'il se rend chez sa grand-mère ?
4. Quelle réponse Claire lui fait-elle ? Comment Ben réagit-il ?
5. Finalement, comment Ben parvient-il à se réconcilier avec Claire ?

IV. La parole est à vous !

En classe, expliquez à vos camarades ce que vous avez apprécié dans le film. Vous décrirez ce que l'adaptation a apporté au récit et la réflexion qu'elle a suscitée en vous, notamment sur les relations à autrui.

-> Afin de poursuivre l'étude du film d'animation, complétez la **fiche élève n°1**.



Nom

Classe

Date

Le film d'animation

I. Les différents types d'image

Pour réaliser le film d'animation, Kristina Dufková a utilisé deux techniques d'animation : les marionnettes et l'animation 2 D.

1. Décrivez les marionnettes de Ben, Claire et Érik.

Ben :

.....

.....

Claire :

.....

.....

Érik :

.....

.....

2. Décrivez deux séquences du film en animation 2D et expliquez les sentiments qu'elles traduisent chez le héros.

Séquence 1 :

.....

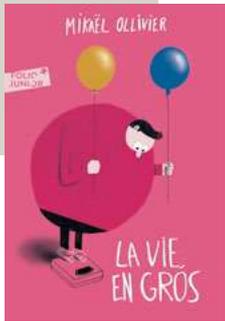
.....

Séquence 2 :

.....

.....





Nom

Classe

Date

II. La musique dans le film

1. Au début du film, quelles sont les paroles de la chanson que chante Ben dans la cuisine ?

.....
.....

2. Au début de son régime, pour quelle raison Ben n'arrive-t-il plus à écrire les paroles de sa chanson ?

.....
.....

3. Pourquoi peut-on dire que la musique va aider Ben à surmonter des épreuves ?

.....
.....

4. À la fin du film, Ben se produit en concert avec ses camarades. Pourquoi peut-on dire qu'il a vaincu son mal-être ? Vous pouvez vous appuyer sur les paroles de sa chanson.

.....
.....
.....
.....



- Dominante › Vocabulaire
- Objectif
- › Maîtriser le vocabulaire de l'alimentation

I. Décrire le goût

1. Reliez chacun des termes ci-dessous à sa définition.

- | | |
|---------------|--|
| Appétissant • | • Partie supérieure de la bouche en forme de voûte. |
| Papilles • | • Qui donne envie de manger. |
| Palais • | • Sensation qui permet de percevoir les saveurs des aliments. |
| Goût • | • Petits reliefs de la langue qui permettent de ressentir les saveurs. |

2. Quelles sont les quatre principales saveurs que vous connaissez ?

II. Décrire la manière de manger

1. Donnez un synonyme du verbe « manger ».
2. Trouvez un synonyme du verbe « manger » dans un niveau de langue soutenu et dans un niveau de langue familier.
3. Quel verbe peut décrire le fait de manger en grande quantité ? Quel verbe peut décrire le fait de manger en petite quantité ?
4. À la fin du chapitre XIX, relevez deux expressions employées par Ben pour désigner le fait de manger en trop grande quantité.
5. Que signifie l'expression « à la bonne franquette » et « mettre les petits plats dans les grands » ? Citez deux exemples tirés du récit qui correspondent à ces manières de manger.

III. Les aliments

Classez les aliments évoqués par Benjamin dans le tableau ci-dessous.

Aliments à classer : hamburger, beurre, ketchup, printanière de légumes, mayonnaise, pain de mie, steak, fromage, frites, gâteau, choux de Bruxelles, chocolat, glace, charcuterie, riz, céréales, biscotte, bananes, coquelets, pommes, oranges, crudités, haricots verts, entrecôte, crème brûlée, navets, œuf, blanquette de veau, tarte au citron, pot-au-feu, madeleines, pâtes, poireaux, cacahuètes, sandwich, panini, endives, diplomate, poulet rôti.

Aliments peu caloriques	Aliments très caloriques



- Dominantes › Étude thématique et lecture d'image
- Objectifs
 - › Analyser les relations entre adolescents
 - › Étudier l'évolution du comportement de Ben

---> **Support de travail** : le livre en entier et le film d'animation.

I. Le coup de foudre

1. Au chapitre I, quelle description Ben fait-il de Claire ?
2. Au chapitre IX, comment le héros interprète-t-il les encouragements que lui adresse Claire au sujet de son régime ?
3. Quel service Claire demande-t-elle à Ben au début du chapitre XI ? De quelle manière réagit-il ?
4. Au début du chapitre XII, comment les sentiments de Ben pour Claire se manifestent-ils ?

II. Le quiproquo

1. Que contient la carte postale que Claire envoie à Ben ? En quoi son message est-il ambigu ?
2. Pour quelle raison Ben est-il déçu lorsqu'il retrouve Claire au collège, au retour des vacances ?
3. Finalement, quel cadeau Ben fait-il à Claire ? Pourquoi regrette-t-il son geste ?
4. De quelle manière Claire réagit-elle lorsqu'elle reçoit le cadeau de Ben ?

III. La dépression

1. Au début du chapitre XVI, comment Ben décrit-il le mal-être qu'il éprouve ?
2. Pourquoi peut-on dire que la nourriture est devenue un refuge pour le héros ?
3. Quelles conséquences le mal-être de Ben a-t-il sur sa scolarité et ses relations avec ses amis et sa famille ?
4. Au chapitre XVII, lors de la conversation avec Nicolas Valandier, quelles paroles prononcées par le psychologue vont être un élément déclencheur pour Ben ?

IV. Apprendre à séduire

1. Comment Sophie réagit-elle lorsque Ben lui raconte son histoire avec Claire ?
2. Quels conseils donne-t-elle à l'adolescent pour se rapprocher à nouveau de son amie ?
3. De quelle manière Ben parvient-il à redevenir proche de Claire ?
4. Que se passe-t-il lors de la dernière boum de l'année ?
5. À la fin du récit, pour quelle raison Ben n'a-t-il plus faim ?

V. Du livre au film

1. Quelle séquence en animation 2D nous montre que Ben s'est laissé emporter par ses sentiments pour Claire ?
2. Comment la dépression de Ben, à la suite de la déception amoureuse, est-elle mise en avant dans le film ?
3. En hiver, lorsque Ben accepte de sortir à nouveau, il dit : « On peut tout surmonter, il suffit de le vouloir. » En quoi la fin du film lui donne-t-elle raison ?

-> Question bilan :

Le titre du roman est *La vie, en gros*. Comment comprenez-vous le titre ? Pourquoi peut-on dire qu'il a deux significations ?



Lutter contre les discriminations et le harcèlement

- **Dominantes** › Étude thématique, lecture d'image et activité en enseignement moral et civique
- **Objectifs**
 - › Comprendre les conséquences des moqueries que subit le héros
 - › Sensibiliser les élèves aux situations de harcèlement

---→ **Support de travail** : l'œuvre intégrale, le film d'animation et un extrait du roman *Les Petites Reines* de Clémentine Beauvais (Pôle Fiction n° 147), chapitre 2, du début à «... la Boudin d'Or a besoin de moi.» (p. 21-25).

I. Les moqueries

1. Au début du chapitre IV, quel changement le narrateur constate-t-il lorsqu'il entre au collège ?
2. Que pensez-vous des surnoms employés par d'autres élèves pour désigner Benjamin ?
3. Lors de la boum de Delphine, quel incident se produit ? Que ressent le héros à ce moment-là ?
4. Au chapitre V, quels surnoms sont donnés à Benjamin et Éric ?
5. Selon le héros, quel regard les gens portent-ils sur son ami et lui ?

II. Les discriminations

1. À la fin du chapitre IV, Benjamin évoque les critiques de sa mère à l'égard d'Alain. Pourtant, quelle comparaison établit-il entre le comportement de sa mère et celui d'Alain ?
2. Au chapitre XII, Alain raconte son projet d'acheter une maison. Toutefois, quelle mésaventure lui est arrivée avec la banque ?
3. De quelle manière monsieur Moreau, le professeur de sport, se comporte-t-il avec Benjamin ? Que pensez-vous de cette attitude ?

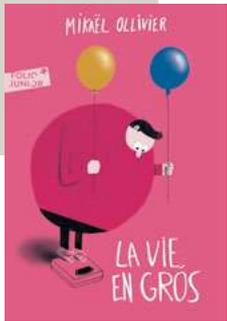
III. Du livre au film

1. Qui sont les élèves qui harcèlent Benjamin dans le film ?
2. Que font-ils à l'adolescent à la sortie de la piscine ?
3. Quelle remarque la professeure de SVT fait-elle à Ben lors du cours ? Comment les autres élèves réagissent-ils ?
4. Pourquoi peut-on dire que le harcèlement dont le héros est victime, le pousse à avoir des réactions violentes ?

IV. D'un récit à l'autre

1. Observez la description que Mireille fait d'Astrid Blomvall. Pourquoi peut-on dire qu'elle ne donne pas une image méliorative de son physique ?
2. Quel titre a été décerné à Astrid au lycée ? Que pensez-vous de cette « distinction » ?
3. Comment comprend-on que les deux adolescentes n'ont pas du tout la même approche de la situation ?
4. De quelle manière apprend-on que Mireille a été victime de harcèlement ? Que pensez-vous de son attitude à l'égard d'Astrid ?
5. Quels points communs peut-on relever entre Benjamin et Mireille ?

→ Afin de poursuivre la réflexion sur la lutte contre le harcèlement, complétez la **fiche élève n°2**.



Nom

Classe

Date

Lutter contre le harcèlement (Éducation morale et civique)

Avant de répondre aux questions, les élèves auront visionné le clip de sensibilisation au harcèlement à l'école : <https://www.education.gouv.fr/non-au-harcelement/ton-probleme-c-est-mon-probleme-un-clip-pour-sensibiliser-les-eleves-au-harcelement-l-ecole-415668>

I. Reconnaître une situation de harcèlement

1. Dans le clip, quel est le moyen utilisé par les autres adolescents pour harceler Jade ?

.....

2. De quelle moquerie Yanis est-il victime ?

.....

3. Quel incident se produit à la cantine ? Pour quelles raisons les adolescents s'en prennent-ils à l'élève de sixième ?

.....

II. Venir en aide aux élèves concernés

1. Quelles sont les personnes qui viennent en aide aux élèves harcelés ?

.....

2. Quel est le slogan choisi dans ce clip ? Selon vous, quel message veut-il faire passer ?

.....

3. Dans le film, décrivez deux situations de harcèlement dont Ben est victime.

.....

4. Dans le livre et dans le film, que pensez-vous de l'attitude de Claire face au harcèlement de Ben ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



- **Objectif**
- › Vérifier les acquis de la séquence

I. Avez-vous bien lu ? (8 points)

1. Quel événement suscite une prise de conscience chez Benjamin sur son surpoids ?
2. Quel rôle Claire joue-t-elle dans la volonté de l'adolescent de perdre du poids ?
3. Comment les premières semaines de régime de Ben se passent-elles ?
4. Quel est le premier écart qui conduit le héros à ne plus suivre son régime ?
5. À quelle occasion Ben rend-il visite à Claire chez elle ?
6. Pour quelle raison un malentendu se produit-il entre les deux adolescents ?
7. Donnez deux exemples tirés du récit qui nous montrent que les personnes en surpoids sont victimes de discriminations.
8. Finalement, comment Ben parvient-il à séduire Claire ?

II. Les mots du récit (2 points)

Trouvez les mots ou expressions qui correspondent aux définitions suivantes :

- Je suis une expression qui désigne un bon repas servi avec simplicité :
.....
- Je désigne de petits récepteurs situés sur la langue qui permettent de ressentir les différentes saveurs :
.....
- Je suis un adjectif que l'on emploie pour décrire un plat et montrer qu'on a envie de le manger :
.....
- Je suis un synonyme du verbe « manger », mais j'appartiens au langage soutenu :
.....

III. À vos stylos ! (10 points)

À la fin de l'année scolaire, Ben retrouve Sophie et discute avec elle. Sophie l'interroge sur sa réconciliation avec Claire. Ben lui raconte les événements ainsi que la fête de fin d'année. Vous rédigerez le dialogue entre les deux protagonistes. Votre production écrite fera environ vingt lignes. Vous veillerez à bien présenter votre dialogue, à varier les verbes de parole et à utiliser une ponctuation expressive.

SÉANCE 1

À la rencontre de Mikaël Ollivier et de son œuvre

I. À la rencontre de Mikaël Ollivier

1. Mikaël Ollivier a suivi une scolarité à horaires aménagés pour étudier la musique.
2. À l'adolescence, il se prend de passion pour le cinéma.
3. À vingt-cinq ans, Mikaël Ollivier décide de se consacrer à l'écriture.
4. Réponse libre. Par exemple : *L'Alibi*. La présentation du roman nous donne envie de connaître la suite du récit et de savoir ce qui a fait basculer la vie de Nicolas. L'extrait du roman nous permet de partager les sentiments et les doutes du héros. Nous voulons en savoir plus sur son existence.

II. Première approche

1. On aperçoit un jeune garçon qui porte un pull rose, un pantalon noir et des baskets. Son corps est représenté comme un grand rond. Il tient un ballon dans chaque main. Il est debout sur une balance, mais on voit que le personnage cherche à appuyer le moins possible sur la balance grâce aux ballons qui le soutiennent.
2. D'après la quatrième de couverture, l'événement qui vient bouleverser le quotidien de Benjamin est une visite médicale. En effet, l'infirmière lui annonce qu'il souffre d'une obésité de « catégorie 2 ».
3. Le héros peine à respecter le régime strict qu'il doit suivre pour maigrir.
4. Benjamin est amoureux de Claire. Il voudrait lui plaire. Cela pourrait être une source de motivation pour suivre son régime.

III. Entrons dans le récit

1. Le grand projet de Benjamin est d'acheter une maison en Bretagne pour la transformer en hôtel-restaurant. Sa passion semble être la cuisine.
2. Lorsque Claire lui adresse la parole, le jeune homme se met à rougir.
3. Benjamin est troublé par sa présence car il trouve Claire très jolie.
4. Benjamin se sent gêné lorsqu'il évoque les relations entre les filles et les garçons. Il a conscience qu'il est très timide et mal à l'aise avec les filles.

IV. Découvrons le film d'animation

1. Benjamin semble entretenir une relation à la fois compulsive et passionnée avec la nourriture. Il explique que la cuisine est le lieu où il se sent le mieux. C'est sa grand-mère qui lui a appris à cuisiner. Mais le héros peut également manger de manière déraisonnable.
2. On constate dès les premières images, que Benjamin est vite essoufflé par exemple lorsqu'il monte les escaliers du collège. Le personnage principal est victime de moqueries à cause de son surpoids. On comprend également que les démarches entamées pour perdre du poids sont difficiles et pas toujours efficaces.
3. Le héros est harcelé par Max et les frères de Claire. Ces derniers cherchent sans cesse à se moquer de lui et à lui faire du mal.
4. Les élèves se moquent de Ben en cours de sport car le professeur l'a obligé à se mettre en short.
5. Ben constate à la rentrée que Claire a changé. Il semble subjugué lorsqu'il l'aperçoit. Il la regarde avec attention. Il lui prépare un gâteau pour lui faire plaisir.
6. Ben peut compter sur ses parents et sa grand-mère. Son père connaît le même problème de surpoids que lui. L'adolescent est également entouré par ses amis, Éric et Claire. Il fait partie d'un groupe de musique. On le voit s'amuser avec ses amis dans la neige et chanter lors d'un concert.

V. Donnez votre avis

Exemples d'éléments qui peuvent éveiller la curiosité du lecteur et du spectateur :

- envie de savoir si Benjamin va réussir à perdre du poids ;
- comprendre comment les problèmes avec Max et les frères de Claire vont se résoudre ;
- découvrir comment sa relation avec Claire va évoluer.

SÉANCE 2

La visite médicale

I. L'examen médical

1. Benjamin a conscience qu'il a pris trop de poids. Il essaye de se grandir au maximum et de rentrer le ventre pour masquer ses kilos en trop, même s'il sait que cela ne sert à rien.

2. Le héros emploie l'expression « machine diabolique » pour désigner la balance. Il la compare à un « engin de torture ».

3. Au cours de l'examen médical, Benjamin se met à rougir. Il se sent « aussi à l'aise qu'une huître sur l'égal d'un poissonnier à la veille de Noël ». On comprend qu'il a hâte que la visite se termine.

II. La discussion avec l'infirmière

1. L'infirmière débute la conversation avec Benjamin en lui demandant : « Vous savez sans doute que vous êtes trop gros ? » On peut dire que son entrée en matière est plutôt maladroite. Elle manque de tact. Elle n'adopte pas la bonne attitude pour mettre l'adolescent en confiance.

2. Benjamin réagit de manière détachée. Il semble prendre les remarques de l'infirmière à la légère : « Ah bon ? » On peut penser que Benjamin agit de la sorte car il se sent humilié et angoissé par le constat fait par l'infirmière : « J'avais dit ça par provocation histoire de me détendre un peu parce qu'en vérité, je n'en menais pas large. »

3. On peut dire que l'entretien avec l'infirmière n'a pas été constructif. En effet, elle n'a pas su trouver les mots pour aider Benjamin. L'adolescent a mal vécu cette conversation. Il reste dans un état d'esprit d'évitement et préfère se voiler la face.

III. Ben et la nourriture

1. On comprend que Benjamin est passionné par la cuisine car il aime inventer des recettes. Il est capable d'accommoder les restes pour faire « une petite recette à la va-vite ».

2. Le mercredi matin, Benjamin est seul chez lui car sa mère est au travail. Il en profite pour s'accorder une pause gourmande vers 10 heures. Il aime prendre le temps de préparer son encas du mercredi et de le déguster : « c'est un petit cadeau que je me fais, un extra en dehors des repas qui sont quand même les moments importants de la

journée ! »

3. On peut dire que le héros est une personne gourmande car il n'a pas besoin d'avoir faim pour manger : « C'est pas que j'ai faim, non... mais j'ai envie de manger. » Benjamin aime également les sensations provoquées par la nourriture : « quand on a les papilles encore engourdis par le sucré du petit déjeuner, le steak saignant ça vous réveille le palais. »

IV. La sentence

1. Dans la lettre rédigée par l'infirmière, les expressions qui font référence à un éventuel danger pour Benjamin sont : « proportions préoccupantes », « complications médicales sérieuses », « conséquences éventuelles sur sa santé ».

2. Benjamin semble en colère. Il est très contrarié : « ça m'a foutu les boules. » Il ne comprend pas pourquoi l'infirmière le considère comme une personne malade ou qui encourt des risques graves pour sa santé.

3. À la fin du chapitre III, Benjamin se regarde dans le miroir des toilettes. La lettre de l'infirmière n'a fait que réveiller ce qu'il savait déjà et qui le fait souffrir depuis longtemps : « ma silhouette peut vraiment me déprimer si j'ai pas trop la pêche ».

V. Du livre au film

1. Lorsque l'infirmière lui annonce son obésité, sa voix résonne dans la tête de Ben comme s'il perdait connaissance, ou qu'il était en train de faire un cauchemar.

2. Après la visite médicale, le héros se rend dans les toilettes. Trois garçons sortent des cabines à ce moment-là. Ils lui volent la lettre de l'infirmière et se moquent de lui.

3. Lorsque Ben dîne avec sa mère, le visage de l'infirmière et celui des trois garçons qui se sont moqué de lui apparaissent dans son assiette.

4. Quand Ben passe un appel en visio à son père, il lui demande s'il a déjà essayé de perdre du poids. Le père de Ben souffre également d'obésité. Il lui répond qu'il a toujours essayé de perdre du poids. Il a fait de nombreux régimes.

SÉANCE 3

La piscine

I. Mal dans sa peau

1. Lorsque son ami lui propose d'aller à la piscine, Ben cherche à éviter cette sortie. Il prétend ne pas aimer la piscine : « ça craint la piscine... »

2. Ben ment à Éric car il ne veut pas lui dire qu'il a honte de se mettre en maillot de bain, qu'il est trop complexé. En réalité, il aime beaucoup s'amuser à la piscine.

3. L'adolescent appréhende de se rendre à la piscine car il sait qu'il ne pourra pas échapper « aux regards des autres, surtout à celui des filles ». Il pense que la piscine peut être un lieu de séduction pour les adolescents, or, il se sent trop mal dans sa peau pour envisager de pouvoir séduire des filles.

II. Dépasser les apparences

1. Pour ne pas se montrer en maillot de bain, Ben s'enroule dans une grande serviette de bain. Puis, il court pour se jeter dans l'eau dès qu'il a retiré sa serviette.

2. Lorsqu'il voit son ami sortir de la cabine, Ben est très étonné. Éric est très maigre. Il le décrit comme « un écorché ».

3. On peut dire que les deux adolescents n'ont pas le même rapport à leur corps car Éric n'est pas du tout complexé par sa maigreur extrême tandis que Benjamin est très mal à l'aise lorsqu'il doit montrer son corps. Il est gêné par son surpoids : « il marchait sans aucune gêne vers le grand bassin pendant que je tenais ma serviette serrée comme si j'avais froid ».

4. Ben parvient à se détendre lorsqu'il se trouve dans l'eau. L'énumération « plongé, nagé, fait un concours d'apnée, dévalé le grand toboggan » nous prouve que le héros a passé un bon moment.

III. La rencontre avec Claire

1. Lorsqu'il aperçoit Claire dans la piscine, Ben est très surpris ; il reste « bouche bée ». Il est impressionné par son amie qu'il trouve très jolie : « Claire était magnifique. »

2. Ben refuse de sortir de l'eau en même temps que ses amis car il a honte de se montrer en maillot de bain devant Claire.

3. La sortie de l'eau est perçue comme une humiliation pour le héros car il doit passer en maillot de bain devant Claire pour récupérer sa serviette. Il ne peut donc pas se dissimuler. Il essaie de rentrer son ventre en passant devant l'adolescente.

IV. Ben a le blues

1. À la fin du chapitre, Ben se sent « déprimé » : « Des idées confuses et déprimantes me tournaient dans la tête sans aboutir à rien. » Il éprouve également un sentiment de « honte ».

2. La nourriture lui apparaît comme un moyen de surmonter son chagrin. À la sortie de la piscine, il mange un hamburger et des frites. Il ne prend pas de plaisir. La nourriture semble davantage un moyen de compenser ce qu'il a subi.

3. À la fin de la journée, Ben décide de donner la lettre de l'infirmière à sa mère. On peut supposer que l'épisode de la piscine a suscité une prise de conscience chez le héros. Il ne peut pas continuer à vivre de la sorte en essayant de fuir le regard d'autrui.

V. Du livre au film

1. Lorsqu'ils aperçoivent Benji à la piscine, Max et les frères de Claire se moquent de lui. Ils l'appellent « Bouffi le bouffon ».

2. Lorsque les trois garçons récupèrent le maillot de Ben, ils le déchirent.

3. L'épisode de la piscine lui revient dans l'esprit pendant le dîner avec sa mère, puis la nuit, lorsqu'il fait un cauchemar. Ben rêve que les trois garçons le gonflent comme un ballon et le font exploser.

4. On peut dire que Benji est profondément marqué par l'épisode de la piscine car il en vient à faire des cauchemars et doit trouver un moyen de compenser l'humiliation et la tristesse qu'il a éprouvées. Pour cela, il se lève dans la nuit après avoir été réveillé par son cauchemar et ouvre le frigo. Il mange alors avec excès, uniquement pour évacuer son mal-être.

SÉANCE 4

Le discours direct

I. Identifier les caractéristiques du discours direct

1. Le signe typographique qui est fréquemment employé est le tiret. Il signale la prise de parole d'un personnage. À chaque tiret, c'est un autre personnage qui se met à parler.

2. Les deux points sont parfois utilisés pour introduire les paroles des personnages.

3. Les verbes de parole sont : « a dit », « a dit », « a répondu », « a dit », « a dit », « ai répondu », « ai dit », « a commenté ». Ils se situent avant les paroles des personnages ou après.

4. Les signes de ponctuation présents dans les paroles des personnages sont les points d'interrogation, les points de suspension et les points d'exclamation. Ils indiquent les questions que les personnages posent. Ils traduisent également leurs émotions, leurs sentiments ou encore leurs hésitations.

5. Le mode verbal employé à plusieurs reprises par la vendeuse est l'impératif : « Suivez-moi », « Attendez »,

« Ouvrez », « Essayez ». On constate ainsi qu'elle se montre très directive avec l'adolescent. Elle ne lui laisse pas vraiment le choix et ne s'intéresse pas à ses préférences. Elle est simplement focalisée sur le fait de trouver la bonne taille de pantalon.

II. Rédiger un dialogue

Ce travail d'écriture pourra donner lieu à une évaluation sur 10 points selon les critères suivants :

- bonne présentation du dialogue en utilisant les deux points et les tirets : 1 point ;
- utilisation de verbes de parole variés : 2 points ;
- utilisation d'une ponctuation variée : 1 point ;
- progression fluide du dialogue et pertinence des propos des personnages : 3 points ;
- qualité de l'expression écrite et correction de la langue : 3 points.

SÉANCE 5

Suivre un régime

I. Surmonter les premières difficultés

1. Ben célèbre la fin de sa « vie de gros » en mangeant encore plus que d'habitude. Il décrit « une sorte de bouquet final ». Il a tellement mangé qu'il se sent « écœuré ».

2. Le héros trouve que son premier petit déjeuner de régime n'est pas du tout appétissant. Les céréales n'ont pas de goût. Il décrit les biscottes comme « une sale invention ».

3. En milieu de matinée, Ben commence à avoir faim. Les expressions qu'il emploie sont : « un trou, un gouffre, un vortex dans le ventre ».

4. Les élèves se moquent de Ben à la sortie du collège car ils ont appris qu'il faisait un régime. Il ne comprend pas leur réaction. Il pense que les adolescents cherchent toujours à se moquer des autres, peu importe la raison : « C'est quand même incroyable que les personnes qui se moquent de vous parce que vous êtes gros soient les mêmes que celles qui vous rient au nez quand vous vous mettez au régime ! »

5. Dans le bus, Claire encourage Ben. Elle le trouve « très courageux ». Elle se distingue des autres élèves car elle a une attitude positive. Elle cherche à l'aider et à le motiver plutôt qu'à se moquer de lui.

6. Pour Ben, le dîner est très important. C'est le « moment privilégié » de la journée. Le dîner de régime ne l'a pas réconforté. Il évoque « un non-événement, un fantôme de repas ». On comprend que Ben n'a pas fini sa journée sur une note positive, ce qui affecte son moral.

II. Un sentiment de satisfaction

1. Au début du chapitre X, Ben se sent joyeux car il a déjà maigri. Il a perdu 1,5 kg. Il éprouve « une sensation agréable ».

2. Dans le deuxième paragraphe de la page 70, les expressions qui traduisent la volonté et la motivation du héros sont : « exemplaires », « sans accroc, sans une faiblesse », « motivé », « bonne voie », « volonté intacte », « satisfaction ».

3. Ben a réussi à dépasser la sensation de faim. Au bout de deux semaines et demie de régime, son estomac s'est habitué à la diminution des quantités de nourriture.

III. La rechute

1. Un sentiment de « lassitude », de « routine » s'installe ensuite dans l'esprit de l'adolescent.

2. Le premier écart fait par le héros est de manger une crème brûlée au restaurant pour l'anniversaire de son père.

3. On comprend que Ben semble pris dans un engrenage car cet écart vient justifier ceux qui vont suivre : « ce n'était pas dramatique de faire cet autre petit écart. », « Quitte à avoir fait une entorse, autant en profiter tout le week-end ». Petit à petit, Ben se lasse de son régime et s'autorise à manger à nouveau des aliments qui ne sont pourtant pas recommandés.

La vie, en gros

Mikaël Ollivier

Séquence

CORRIGÉS

4. Ben commence à remettre en question l'intérêt de son régime car il se demande s'il est condamné à le suivre tout au long de sa vie : « quand ce régime allait-il se terminer ? », « Est-ce que je n'allais plus manger que des légumes vapeur tous les soirs de toute ma vie ? » Il a conscience que son métabolisme le conduit à grossir s'il fait le moindre écart. Il ne voit donc pas d'issue possible et se décourage.

5. À la fin du chapitre, on comprend que la motivation de Ben a disparu car il est pris dans « un cercle vicieux ». Il ne retrouve plus le courage de suivre son régime car il n'en voit plus les effets.

IV. Du livre au film

1. La gourmandise de Ben est soulignée lorsqu'il regarde une vitrine avec des pâtisseries. On comprend qu'il a envie de les manger.

2. Ben essaye tout d'abord de maigrir tout seul. Il se met

alors à faire du sport.

3. Lorsqu'il consulte le Dr Dubsy, le nutritionniste lui dit que l'élément essentiel du régime est dans la tête. Il lui propose une thérapie de soutien pour l'aider à maigrir.

4. On peut dire que Claire joue un rôle important dans le régime de Ben car son visage apparaît lorsque le Dr Dubsy parle de motivation. De même, Ben jette des sucreries à la poubelle lorsque le visage de Claire s'affiche sur son ordinateur.

5. Max et les frères de Claire se moquent du héros à la cantine car il a les boîtes avec son repas de régime devant lui.

SÉANCE 6

Du livre au film

I. Le portrait du héros

1. Lorsque Ben arrive en retard en classe, le jour de la rentrée, il explique à l'enseignante qu'un monstre à trois têtes a essayé de manger ses cahiers. On peut dire qu'il fait preuve d'humour car il amuse la classe en inventant cette histoire de monstre. Il ne cherche pas à donner une excuse plausible.

2. La musique occupe une place importante dans la vie de Ben. Le héros aime chanter. Il le fait au quotidien. Il écrit également des paroles de chansons et fait partie d'un groupe avec son ami Éric.

3. Dans une séquence en animation 2D, on voit Max et les frères de Claire qui gonflent Ben comme un ballon jusqu'à le faire exploser. Il se transforme ensuite en bouée. Ben se réveille en sursaut. Ce cauchemar est révélateur de son mal-être.

II. La famille de Ben

1. Le jeune garçon demande à sa mère si cela la gênait que son mari soit en surpoids. On peut penser que Ben pose cette question à sa mère car il s'interroge sur sa vie amoureuse et se demande s'il pourrait plaire à Claire.

2. La grand-mère de Ben réagit mal lorsqu'elle le voit manger. Elle ne comprend pas pourquoi son petit-fils suit un régime.

3. Sophie joue un rôle important dans la réussite du régime de Ben. Elle apporte des boîtes pour mettre les repas de Ben. Elle lui fait également part de son expérience personnelle. Elle lui explique qu'elle avait pris 20 kilos et qu'elle est parvenue à les perdre. Elle montre au héros qu'on peut surmonter toutes les épreuves de la vie.

III. Ben et Claire

1. Claire vient en aide à Ben à la piscine lorsque Max et les jumeaux ont déchiré son maillot de bain en lui tendant une serviette pour qu'il puisse sortir de l'eau.

2. Ben offre à Claire un gâteau. Tout ne se passe pas comme prévu. Il dépose la boîte avec le gâteau devant la porte de Claire, mais ses frères arrivent. Ils déchirent la boîte et font tomber le gâteau.

3. Lorsqu'il se rend chez sa grand-mère, Ben envoie un SMS à Claire pour lui dire qu'il est amoureux d'elle.

4. Claire lui laisse un message vocal dans lequel elle lui explique qu'elle n'est pas amoureuse de lui. Ben est extrêmement déçu. Il ne revient pas à table. Il se cache dans l'arrière-cuisine pour dévorer de la nourriture.

5. Finalement, après avoir discuté avec Sophie, Ben trouve le courage d'aller parler à Claire. Il se rend chez elle. Les deux adolescents se réconcilient et Claire intègre le groupe de musique du héros. Elle joue du clavier.

La vie, en gros

Mikaël Ollivier

Séquence

CORRIGÉS

Fiche élève 1

Du livre au film

I. Les différents types d'image

1. Ben : il est brun avec les cheveux mi-longs. Il a les yeux verts et porte des lunettes avec une monture verte assez épaisse. Il a un visage plutôt arrondi.

Claire : elle est blonde et a les yeux bleus. Ses cheveux sont mi-longs. Elle est mince et de taille moyenne. Son visage est fin.

Éric : il est très grand et très mince. Il a de longs cheveux roux frisés. Son visage est très fin et son nez est légèrement pointu.

2. Séquence 1 : lorsque Ben essaye de maigrir tout seul et qu'il commence à faire du sport, on le voit voler dans le ciel. À ce moment-là, le héros se sent léger. Il espère parvenir à perdre du poids sans difficulté.

Séquence 2 : juste après l'appel de Claire, Ben imagine qu'il offre un gâteau à son amie. Il y a des cœurs sur le gâteau. Cela symbolise les sentiments amoureux du héros pour Claire.

II. La musique dans le film

1. Au début du film, les paroles de la chanson que chante Ben dans la cuisine correspondent à une recette de cuisine scandée comme du rap.

2. Au début de son régime, Ben n'arrive plus à écrire les paroles de sa chanson car il est troublé par le harcèlement dont il est victime. La bagarre à la cantine vient de se produire. Ben pense qu'il n'est « qu'une grosse tache de graisse ». Il a totalement perdu confiance en lui.

3. On peut dire que la musique va aider Ben à surmonter des épreuves car c'est un lien avec ses amis. Lorsqu'il répète avec eux, il oublie ses problèmes et parvient à s'évader. Ce moment de partage est très important pour le héros.

4. On peut dire que Ben a vaincu son mal-être car il arrive à se produire sur scène devant ses camarades pour la fête du collège. Il est acclamé par le public. Cela montre qu'il a pris confiance en lui. Il a également écrit des paroles qui évoquent son histoire : « Oubliez vos préjugés », « croquez la vie », « je suis gros, ça fait de la place dans mon cœur ». Ben montre ainsi qu'il faut cesser de le discriminer. ■

SÉANCE 7

Le lexique de la nourriture

I. Décrire le goût

1. Appétissant : qui donne envie de manger.

Papilles : petits reliefs de la langue qui permettent de ressentir les saveurs.

Palais : partie supérieure de la bouche en forme de voûte.

Goût : sensation qui permet de percevoir les saveurs des aliments.

2. Les quatre principales saveurs sont : sucré, salé, amer et acide.

II. Décrire la manière de manger

1. Un synonyme du verbe « manger » est « consommer ».

2. Un synonyme du verbe « manger » dans un niveau de langue soutenu est « se restaurer » et dans un niveau de langue familier, « bouffer ».

3. Le verbe qui peut décrire le fait de manger en grande quantité est « dévorer ». Le verbe qui peut décrire le fait de manger en petite quantité est « picorer ».

4. À la fin du chapitre XIX, les deux expressions employées par Ben pour désigner le fait de manger en trop grande quantité sont : « m'empiffrer comme un malade » et « s'est gavé comme un goret ».

5. « À la bonne franquette » : manger en toute simplicité. On peut citer le repas de Ben chez sa grand-mère.

« Mettre les petits plats dans les grands » : préparer un repas en faisant beaucoup d'efforts, organiser un dîner raffiné. On peut citer le repas que Ben prépare pour Claire, Sonia et Éric.

III. Les aliments

Aliments peu caloriques	Aliments très caloriques
printanière de légumes, choux de Bruxelles, riz, céréales, biscotte, pommes, oranges, crudités, haricots verts, navets, poireaux, endives.	hamburger, beurre, ketchup, mayonnaise, pain de mie, steak, fromage, frites, gâteau, chocolat, glace, charcuterie, bananes, coquelets, entrecôte, crème brûlée, œuf, blanquette de veau, tarte au citron, pot-au-feu, madeleines, pâtes, cacahuètes, sandwich, panini, diplomate, poulet rôti.

SÉANCE 8

La relation avec Claire

I. Le coup de foudre

1. Au chapitre I, Ben dit de Claire qu'elle est « devenue magnifique, grande, mince, et avec des formes étourdissantes ». Il est sous le charme.

2. Au chapitre IX, le héros interprète les encouragements que lui adresse Claire au sujet de son régime comme une marque d'attirance pour lui. Il sait pourtant que cette idée est « ridicule » et que le but de Claire était simplement « amical », mais il ne peut s'empêcher de croire à des sentiments amoureux réciproques.

3. Claire demande à Ben s'il peut récupérer les cours que Sonia a photocopiés pour elle. Le héros est ravi que Claire fasse appel à lui. Il insiste pour lui apporter les cours directement chez elle.

4. Au début du chapitre XII, les sentiments de Ben pour Claire se manifestent de manière obsédante : « Claire occupait mon esprit à chaque seconde, nuit et jour. » Le héros n'arrête pas de penser à sa visite chez Claire et aux regards qu'ils ont échangés.

II. Le quiproquo

1. La carte postale que Claire envoie à Ben décrit brièvement ses vacances à la montagne. Elle évoque également la visite qu'il lui a rendue : « Je ne sais pas trop quoi penser de ta visite de l'autre soir. » Le message de Claire est ambigu car elle pose la question suivante : « Qu'est-ce qui se passe entre nous ? » Elle laisse donc entendre que des sentiments ont pu naître entre eux.

2. Ben est déçu lorsqu'il retrouve Claire au collège au retour des vacances car elle ne fait pas vraiment attention à lui. Elle lui adresse la parole comme un simple ami. Elle ne cherche pas particulièrement à se retrouver seule avec lui, comme il l'espérait.

3. Finalement, Ben offre à Claire un bouquet de roses accompagné d'une lettre d'amour. Il regrette son geste car il pense que c'est « débile » et « grotesque ». Il prend conscience du caractère excessif de son cadeau.

4. Claire réagit de manière polie lorsqu'elle reçoit le cadeau de Ben. Elle lui écrit pour le remercier, mais elle lui explique clairement qu'il s'est fait de « faux espoirs » et qu'elle cherche tout simplement une relation amicale.

III. La dépression

1. Au début du chapitre XVI, Ben décrit le mal-être qu'il éprouve en disant qu'il a « perdu le goût de tout ». Il évoque également un « dégoût de soi-même » et un risque d'« autodestruction ».

2. On peut dire que la nourriture est devenue un refuge pour le héros car il mange en grande quantité pour oublier ses problèmes : « Je ne mangeais plus d'ailleurs, je bouffais. »

3. Ben commence à sécher les cours. Lorsqu'il est en classe, il n'écoute plus rien. Il ne note plus les cours. Il signe les mots d'absence à la place de sa mère. Il se fâche avec Éric qui s'inquiète de son comportement. Claire le fuit également. Il se fait exclure du cours de sport pour insolence.

4. Au chapitre XVII, lors de la conversation avec Nicolas Valandier, le psychologue dit à Ben que ses « problèmes actuels » ne doivent pas compromettre son avenir. Ces paroles suscitent une réaction chez l'adolescent. Il les perçoit comme « une éclaircie », une manière de mieux se projeter vers l'avenir.

IV. Apprendre à séduire

1. Lorsque Ben lui raconte son histoire avec Claire, Sophie réagit de manière affectueuse, mais aussi moqueuse. Elle montre à Ben qu'il n'a pas adopté la bonne démarche avec Claire et que la réaction de la jeune fille était prévisible.

2. Elle conseille à Ben de chercher à être simplement ami avec Claire, ou, encore mieux, de devenir l'ami de sa meilleure amie.

3. Ben propose tout d'abord à Claire d'aller au cinéma. Il se rapproche également de Sonia, la meilleure amie de Claire. Ils se retrouvent tous les trois dans la cour du collège, ou à la sortie pour boire un café. Ils se téléphonent souvent le soir. Enfin, Ben les invite à dîner chez lui.

4. Lors de la fête de fin d'année de Camille, Claire s'approche de Ben qui ne danse pas. Elle se met sur la pointe des pieds et l'embrasse.

5. À la fin du récit, Ben n'a plus faim alors que sa mère lui a servi un poulet rôti car il est submergé par ses sentiments pour Claire. L'amour lui coupe l'appétit : « le seul régime qui marche, c'est l'amour. »

V. Du livre au film

1. Dans une séquence en animation 2D, nous voyons Ben qui rêve d'un mariage avec Claire. On comprend que le héros s'était laissé emporter par ses sentiments et qu'il avait mal interprété la gentillesse de Claire à son égard, alors qu'il ne s'agissait que d'une simple marque d'amitié.

2. On voit Ben marcher seul dans la rue. Tout est figé. On aperçoit ensuite à l'écran une image de Ben tout seul dans le noir. L'adolescent est en train de faire un cauchemar. Ces images nous montrent son désespoir et sa profonde tristesse.

3. La fin du film lui donne raison car il a retrouvé sa joie de vivre et ses amis. À la sortie de la piscine, il raccompagne Claire à vélo et tous deux s'envolent dans le ciel. On peut imaginer que Ben est parvenu à conquérir le cœur de Claire.

-> Question bilan :

On peut comprendre le titre de deux manières. D'une part, il désigne la manière de voir la vie lorsqu'on est en surpoids. D'autre part, il fait référence à l'expression « en gros » qui signifie plutôt « de manière générale ». Autrement dit, le récit est un condensé de ce que représente la vie des adolescents.

SÉANCE 9

Lutter contre les discriminations et le harcèlement

I. Les moqueries

1. Au début du chapitre IV, le narrateur explique qu'il a commencé à comprendre qu'il n'était pas comme les autres au collège. À partir de la sixième, on se moquait de lui à cause de son poids.

2. Les surnoms employés par d'autres élèves pour désigner Benjamin sont humiliants et ont pour but de blesser le héros.

3. Lors de la boum de Delphine, un garçon l'appelle « Bouboule » et « Jacques Villeret ». Il se moque de lui parce que Ben ne danse pas. Le héros se sent « humilié » par les paroles de l'autre adolescent.

4. Au chapitre V, Benjamin et Éric sont surnommés Laurel et Hardy en référence aux deux personnages de cinéma.

5. Selon le héros, les gens portent un regard moqueur sur eux. Ils les considèrent comme deux personnes en dehors des normes. Éric est très grand et mince tandis que Ben est plus petit et en surpoids. Ils sont traités comme des personnes anormales.

II. Les discriminations

1. La mère de Ben critique Alain car il ne parvient pas à maigrir. Elle dit que « ce n'est qu'une question de détermination et qu'il suffit d'arrêter de manger ». Le héros compare alors sa mère à Alain. Il demande à sa mère pour quelle raison elle n'arrive pas à arrêter de fumer.

2. Au chapitre XII, Alain raconte son projet d'acheter une maison. Toutefois, il n'a pas pu obtenir de prêt à cause du questionnaire médical de la banque. Le fait d'être en surpoids représente un trop grand risque, comme le fait d'avoir une maladie.

3. Monsieur Moreau, le professeur de sport, se comporte de manière très maladroite avec Benjamin. Son attitude n'est pas du tout adaptée. Il manque de tact. Il pointe du doigt le physique de Ben et le discrimine en raison de son surpoids.

III. Du livre au film

1. Les élèves qui harcèlent Benjamin dans le film sont Max et les frères jumeaux de Claire.

2. À la sortie de la piscine, ils mettent de la peinture sur le visage de Ben.

3. La professeure de SVT menace de sanctionner l'élève qui fait du bruit. Elle pense que Ben le fait exprès pour

perturber le cours. Éric explique alors que ce n'est pas de sa faute. Son estomac fait du bruit car Ben a faim à cause de son régime. Tous les élèves de la classe se mettent à rire.

4. Le harcèlement dont le héros est victime le pousse à avoir des réactions violentes. En effet, Ben déclenche une bagarre à la cantine suite aux moqueries de ses harceleurs. Il jette une assiette de pâtes au visage de Max. De même, à un autre moment, il jette un ballon sur Max. On voit que Ben est poussé à bout et qu'il a des réactions très vives.

IV. D'un récit à l'autre

1. Mireille décrit tout d'abord les « yeux chassieux » d'Astrid lorsqu'elle l'aperçoit pour la première fois. Elle évoque ensuite sa tenue et précise que son jean est « beaucoup trop serré ». Elle parle de ses « deux gros bras » qui sont « roses et mous et boutonneux ». Astrid a « un gros visage rose, et des cheveux blonds comme des ficelles à rôti ». Mireille parle d'un « flasque visage ». On peut donc dire qu'elle ne met pas du tout en valeur l'apparence physique d'Astrid.

2. Le prix qui a été décerné à Astrid est le Boudin d'Or du lycée. Cette distinction est très humiliante et a pour but de blesser les personnes concernées et de se moquer d'elles.

3. Astrid est très peinée par la situation. Elle se met à pleurer. Elle est nouvelle au lycée et elle est profondément blessée. À l'inverse, Mireille fait preuve d'humour et d'autodérision. Elle a l'habitude de cette terrible moquerie qui ne semble plus vraiment la toucher. Mireille évoque « une capacité de détachement surhumaine ».

4. Mireille explique qu'elle a appris à prendre du recul car on se moquait très souvent d'elle. On lui répétait sans cesse qu'elle était « grossémoche ». À présent, elle essaie de ne plus y prêter attention. On peut dire que Mireille fait preuve d'altruisme et de solidarité. Elle a conscience qu'elle doit remonter le moral d'Astrid : « Ce soir, ça va, et la Boudin d'Or a besoin de moi. » Mireille est prête à venir en aide à cette adolescente qu'elle ne connaît pas.

5. Mireille et Benjamin sont tous deux victimes de moqueries en raison de leur surpoids. Les deux personnages sont passionnés par la cuisine et apprécient la bonne nourriture. On constate également que les deux adolescents ont de l'humour et parviennent à prendre du recul sur leur situation, malgré les discriminations dont ils sont victimes.

Fiche élève 2

Lutter contre le harcèlement

I. Reconnaître une situation de harcèlement

1. Dans le clip, les autres adolescents utilisent les réseaux sociaux pour harceler Jade.

2. D'autres élèves se moquent de Yanis en raison de ses conditions de vie et donc de sa classe sociale.

3. Un élève bouscule un camarade plus petit et fait tomber son plateau. Une autre élève le frappe en l'appelant « gros lard ». Les adolescents s'en prennent à cet élève car il est plus petit qu'eux et donc plus vulnérable.

II. Venir en aide aux élèves concernés

1. Les personnes qui viennent en aide aux élèves harcelés sont : la mère de Jade, le professeur de Yanis et une autre élève.

2. Le slogan choisi dans ce clip est : « Ton problème, c'est mon problème. » Il permet de faire comprendre que l'on doit tous se sentir concernés par le harcèlement pour pouvoir

lutter efficacement. Le plus grand risque est l'isolement. Dans ce cas, l'élève harcelé se replie sur lui-même et ne voit pas d'issue à ses problèmes. Il faut faire preuve de solidarité, être attentifs aux autres pour lutter contre ce phénomène.

3. Première situation : à la piscine, Ben est appelé « Bouffi le bouffon ». Les trois garçons se moquent de lui et déchirent son maillot. Ils lui mettent de la peinture sur le visage à la sortie.

Deuxième situation : à la cantine, les garçons se moquent de lui.

4. Dans les deux œuvres, Claire apparaît toujours comme un soutien. Elle encourage Ben. Dans le film, elle demande également à ses frères de le laisser tranquille. On peut toutefois noter qu'elle ne prend pas de décision efficace pour que le harcèlement cesse. Elle ne dénonce pas Max et ses frères. Elle aurait pu faire quelque chose de concret pour aider Ben. ■

SÉANCE 10

Évaluation de fin de séquence

I. Avez-vous bien lu ? (8 points)

1. L'événement qui suscite une prise de conscience chez Benjamin sur son surpoids est la visite médicale qui a lieu au collège. L'infirmière lui annonce qu'il souffre d'obésité et que sa santé est en jeu.

2. Claire apparaît comme une source de motivation pour l'adolescent. Elle l'encourage lorsqu'elle apprend qu'il veut perdre du poids. Ben pense également qu'il pourra davantage plaire aux filles.

3. Les premières semaines de régime de Ben se passent plutôt bien. Le héros parvient à surmonter la sensation de faim assez rapidement. Les aliments qu'il mange ne lui apportent pas beaucoup de réjouissances, mais il est heureux de constater qu'il a déjà réussi à maigrir.

4. Le premier écart qui conduit le héros à ne plus suivre son régime a lieu au restaurant. Ben accepte de prendre un dessert. Il mange une crème brûlée. Ensuite, il continue à faire plusieurs écarts en se disant que ce n'est pas grave et qu'il sera plus sérieux le lendemain. En réalité, il ne parvient pas à suivre de manière aussi drastique son régime.

5. Ben rend visite à Claire chez elle car elle a été malade et il lui apporte les cours qu'elle doit rattraper.

6. Un malentendu se produit entre les deux adolescents car Claire écrit une carte postale à Ben dans laquelle elle explique avoir ressenti que quelque chose se passait entre eux. Claire parle d'une amitié, mais Ben comprend qu'il s'agit de sentiments amoureux.

7. Les deux exemples tirés du récit qui nous montrent que les personnes en surpoids sont victimes de discriminations sont :

- les moqueries dont Ben est victime à l'école ;
- la situation de l'oncle de Ben qui n'a pas pu obtenir son prêt pour acheter une maison.

8. Finalement, Ben parvient à séduire Claire en suivant les conseils de Sophie. Il essaie tout simplement d'être son ami. Il partage des moments avec elle. Ben se rapproche également de Sonia, la meilleure amie de Claire. Ils deviennent inséparables. À la fin du récit, lors de la fête chez Camille, on comprend que les sentiments de Claire ont évolué, et que l'amitié s'est transformée en amour.

II. Les mots du récit (2 points)

- À la bonne franquette
- Les papilles
- Appétissant
- Déguster, se restaurer

III. À vos stylos ! (10 points)

Critères d'évaluation :

- bonne présentation du dialogue en utilisant les deux points et les tirets : 2 points ;
- utilisation de verbes de parole variés : 2 points ;
- utilisation d'une ponctuation variée : 1 point ;
- progression fluide du dialogue et pertinence des propos des personnages : 2 points ;
- qualité de l'expression écrite et correction de la langue : 3 points.