

L'importance des aliments

Niveau scolaires suggérés : 7^e et 8^e années



La grande idée

À la fin de cette leçon et des activités associées, les élèves auront considéré l'importance des aliments au-delà de leur contenu nutritionnel et de leur coût en explorant les techniques de présentation et d'esthétique utilisées par les chefs, ainsi que des histoires et des souvenirs alimentaires personnels et culturels.

Activités

Temps total : 30 minutes +

- | | |
|--|------------------------|
| · Introduction : Remue-méninge | · 5 minutes |
| · Activité 1 : Introduction à la valeur des aliments | · 15 minutes |
| · Activité 2 : Traditions et célébrations culinaires | · 5 minutes + variable |
| · Récapitulation et consolidation | · 5 minutes minutes |

Préparation

- Téléchargez les ressources nécessaires :
 - Vidéo « *La valeur des aliments : Ajouter de la valeur par la présentation* »
 - Activité facultative à faire à la maison

Résultats d'apprentissage

- Les élèves démontreront leur capacité à appliquer leurs connaissances en matière de santé et leurs compétences d'apprentissage socio-émotionnel pour prendre des décisions raisonnées et prendre les mesures appropriées concernant leur santé et leur bien-être personnels (D2: Vie Saine).
- Ils démontreront leur capacité à établir des liens liés à la santé et le bien-être – comment leurs choix et leurs comportements les affectent à la fois eux-mêmes et les autres, et comment les facteurs du monde qui les entourent affectent leur propre santé et bien-être et ceux des autres (D3: Vie Saine).
- Connaissances des 7^e et 8^e années :
 - Lire et démontrer une compréhension d'une variété de textes littéraires, graphiques et informatifs, en utilisant une gamme de stratégies pour construire du sens.
 - Générer, rassembler et organiser des idées et des informations afin d'écrire pour un objectif et un public ciblés.
 - Rédiger et réviser leur écrits, en utilisant une variété de formes informationnelles, littéraires et graphiques et d'éléments stylistiques appropriés au but et au public.
 - Utiliser des compétences et des stratégies d'édition, de relecture et de publication et une connaissance des conventions linguistiques afin de corriger les erreurs, d'affiner l'expression et de présenter leur travail efficacement.

L'importance des aliments

Niveau scolaires suggérés : 7^e et 8^e années



Introduction

« Aujourd'hui, nous allons découvrir l'importance de comprendre la valeur de la nourriture ! Commençons par réfléchir à pourquoi la nourriture est importante pour nous. »

- Faites un remue-méninge en classe des raisons pour lesquelles la nourriture est importante pour chaque élève.
- Facultatif : Enregistrez les réponses des élèves pour les afficher dans la classe.

Activité 1 : Introduction à la valeur des aliments

Regardez la vidéo « *Ajouter de l'importance par la présentation* » pour découvrir comment les chefs professionnels ajoutent de la valeur aux aliments et afin d'en savoir plus sur les techniques de présentation qu'ils utilisent.

- Engagez une discussion de suivi :
 - « Pourquoi est-il important de comprendre la valeur de notre nourriture ? »
 - « Comment ajouter de l'importance à votre nourriture ? »
 - « Quels sont des exemples de la façon dont nous pouvons ajouter de l'importance à notre alimentation à la maison ? »
 - Par exemple, mettre la table en utilisant différentes assiettes et couverts pour ajuster l'apparence de la nourriture, en invitant les autres à s'asseoir et à partager le repas, etc. Comment différents emballages ou décors de table changent-ils l'importance que nous accordons aux aliments ?

Activité 2 : Traditions et célébrations culinaires

Les élèves choisiront une tradition culturelle ou une célébration dans laquelle la nourriture est une partie importante de cet événement. Il peut s'agir de leur propre culture, de l'une qu'ils ont vécue. Ils peuvent aussi choisir de faire une recherche sur une culture qui les intéresse.

- Dans le cadre de leurs recherches, les élèves doivent :
 - Résumer la tradition ou la célébration qu'ils recherchent : Comment cela s'appelle ? Pourquoi est-ce que c'est célébré ? Comment et quand est-ce que c'est célébré ? Où est-ce que cette célébration est-elle la plus courante ? Qui célèbre cette tradition ?
 - Expliquer les aliments qui sont importants pendant cette période. Pourquoi est-ce que ces aliments sont si importants ? Comment est-ce que la nourriture ajoute de la valeur à la tradition ou à la célébration ?
 - Inclure des photos de divers plats qui sont importants pour cette tradition ou célébration.
 - Inclure au moins une recette.
 - Laisser aux élèves le temps de travailler sur le travail.

L'importance des aliments

Niveau scolaires suggérés : 7^e et 8^e années



Récapulation et consolidation

- « Maintenant que nous avons appris pourquoi c'est important de comprendre la valeur de notre nourriture, est-ce que quelqu'un veut partager quelques idées sur la manière dont il s'y prendrait pour ajouter de la valeur à sa nourriture ou préparer sa nourriture à la maison ? »
- Les élèves peuvent aussi choisir de partager ce qu'ils ont appris durant le projet de recherche.

Notes sur l'activité

- Les élèves peuvent avoir rencontré des ressources dans des plans de cours associées dans les années précédentes. Envisagez de vérifier auprès de vos élèves et si nécessaires, d'encadrer les ressources, y compris les vidéos en guise de révision.
- *Activité 2 : Les traditions et les célébrations culinaires* peuvent être réalisées en classe, à la maison ou un mélange des deux.
- S'assurer que les élèves citent leurs sources. Le travail peut être écrit, présenté oralement ou sous forme de présentation visuelle (par exemple, une affiche).
- Envisager de trouver des occasions pour faire des sorties de classes, pour trouver des ressources et des programmes dans votre région à utiliser comme activités de vulgarisation, comme des programmes de cuisine, des visites de marchés de producteurs/d'épiceries, etc. Soyez conscient des coûts associés et de l'impact potentiel sur l'accès et la participation des élèves.
- Favoriser un espace sûr et inclusif pour tous les élèves pendant la discussion. Par exemple, tenir compte de l'accès à la nourriture, du contexte culturel, des différentes définitions d'aliments sains, et s'assurer que la nourriture est discutée de manière positive sans jugement.

Ressources additionnelles

- La chaîne YouTube de Growing Chefs! Ontario
- La chaîne YouTube de GCO propose une variété de vidéos de recette pédagogiques pour les enfants. Encouragez les élèves à essayer lorsqu'ils le peuvent certaines des recettes et à prendre des photos pour partager leurs créations. Si les élèves préparent leur propre repas, encouragez-les à réfléchir à la façon dont la valeur des aliments change pour eux.

Objectifs d'apprentissage

- Les élèves apprendront comment ajouter de la valeur à leur nourriture.
- Ils apprendront l'importance de la nourriture pour diverses traditions culturelles.
- Ils continueront à développer leurs compétences en lecture, écriture et communication orale.
-

Critères d'évaluation

- Les élèves démontreront leur compréhension par le biais de discussions en classe et de leurs devoirs.
- Envisagez d'établir des critères d'évaluation plus précis en examinant les attentes du programme d'études en matière d'alimentation saine et propre à chaque année (D3. Rapprochements entre santé et bien-être, D3.1 Alimentation saine).