

L'importance des aliments

Niveau scolaires suggérés : 1^{re} à la 3^e années



La grande idée

Les élèves examineront la valeur des aliments au-delà de leur contenu nutritionnel et de leur coût en considérant comment eux-mêmes et d'autres personnes à des étapes du système alimentaire interprètent la valeur des aliments.

Activités

Temps total : 50-65 minutes

- | | |
|---|-------------------|
| · Introduction | · 5 à 10 minutes |
| · Activité 1 : Introduction à la valeur des aliments | · 25 à 30 minutes |
| · Activité 2 : La valeur des aliments pour les autres | · 5 à 10 minutes |
| · Récapitulation et consolidation | · 5 minutes |

Préparation

Télécharger les ressources associées :

- Vidéo « *La valeur des aliments : Ajouter de la valeur à travers la présentation des aliments* »
- Feuille de travail « **Ma mémoire alimentaire** »
- « **Growing Chefs! Ontario : Carte des systèmes alimentaires** »

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 1^{re} à la 3^e années :
 - Générez, rassemblez et organisez des idées et des informations afin d'écrire pour un objectif et un public ciblés.

Rédigez et révisez leur écrits, en utilisant une variété de formes informationnelles, littéraires et graphiques et d'éléments stylistiques appropriés au but et au public.

Utilisez les compétences et les stratégies d'édition, de relecture, de publication et la connaissance des conventions linguistiques, afin de corriger les erreurs, d'affiner les expressions et présenter leur travail de manière efficace.

L'importance des aliments

Niveau scolaires suggérés : 1^{re} à la 3^e années



Introduction

« Qu'est-ce qui rend la nourriture importante pour vous ? » Nous allons explorer la présentation du plat/de l'assiette comme un moyen pour les chefs d'ajouter de l'importance à la nourriture.

Activité 1 : Introduction à l'importance des aliments

- Regardez la vidéo « *Ajouter de la valeur à travers la présentation des aliments* » pour en savoir plus sur la façon dont les chefs professionnels considèrent l'apparence de leurs aliments afin d'ajouter de la valeur aux plats qu'ils préparent.
- « Quand vous pensez à votre plat préféré, à quoi pensez-vous ? » Considérez : la couleur, le goût, la portion, la présentation, le cadre, avec qui vous êtes, etc.
- Après avoir entendu quelques réponses, discutez de la façon dont nos aliments préférés ont non seulement bon goût, mais aussi comment ils sont souvent liés à un souvenir ou à une expérience.
- Partagez votre propre souvenir culinaire avec la classe.
- En utilisant la feuille de travail « Ma mémoire alimentaire », demandez aux élèves de dessiner une image de leur souvenir. Dans l'espace sous le dessin, demandez-leur de décrire pourquoi souvenir est spécial pour eux. Encouragez-les à penser au rôle que la nourriture a joué dans ce souvenir.

Activité 2 : L'importance des aliments pour les autres

- Révisez les différentes parties du système alimentaire à l'aide de la « Carte des systèmes alimentaires ».
- Engagez une discussion sur ce que signifie la nourriture pour les personnes impliquées à chaque étape du système alimentaire. Demandez aux élèves de donner des exemples de personnes impliquées dans ce système en dehors de la phase de consommation.
 - voici quelques exemple : les agriculteurs, les chauffeurs de camions, les employés d'épicerie, les chefs, les restaurateurs, les ramasseurs d'ordures ou de compost, les employés d'une usine de transformation, etc.
- « Que signifie la nourriture pour les gens à chaque étape du système alimentaire ? »
 - par exemple, le système alimentaire offre: des emplois; les gens gagnent de l'argent pour pouvoir vivre

Récapitulation et bilan

- « Pensez à certaines façons dont la nourriture a de l'importance dans son utilité. »
- « Après avoir regardé la vidéo, de quelles manières pouvons-nous ajouter de l'importance à notre alimentation à la maison ou à l'école ? »

L'importance des aliments

Niveau scolaires suggérés : 1^{re} à la 3^e années



Notes sur l'activité

- La nourriture elle-même a une valeur propre. C'est important que les élèves comprennent que lui ajouter de l'importance ne signifie pas que la nourriture commence sans valeur. Le dressage n'est qu'une façon d'ajouter de l'importance aux aliments
- Encouragez les élèves à faire l'activité à la maison, pour partager une expérience avec leurs parents.
- Envisagez de trouver des occasions pour faire des sorties de classes, pour trouver des ressources et des programmes dans votre région à utiliser comme activités d'enrichissement, tels que 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.
- Assurez-vous de favoriser un espace sûr et inclusif pour tous les élèves pendant la discussion. Par exemple, tenez compte de l'accès à la nourriture, du contexte culturel, des différentes définitions d'aliments sains, et assurez-vous 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 cuisines éducatives 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

- Ils découvriront diverses façons dont la nourriture a de la valeur et comment elle peut être différente pour tout le monde.
- Les élèves exploreront l'importance d'ajouter de l'importance à leur nourriture.
- Ils réfléchiront à leur mémoire alimentaire et consigneront leurs idées sous formes écrite et orale.
- Les élèves exploreront la valeur de la nourriture pour les autres tout au long du système alimentaire.

Critères d'évaluation

- Ils démontreront leur compréhension par la participation et la discussion en classe.
- 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).