

L'importance des aliments

Niveau scolaires suggérés : 4^e à la 6^e années



La grande idée

À la fin de cette leçon et des activités associées, les élèves auront une meilleure compréhension de l'importance des aliments au-delà de leur contenu nutritionnel. Ils exploreront les techniques de dressage utilisées par les chefs professionnels comme moyen d'ajouter de la valeur aux aliments.

Activités

Temps Time: 50 à 65 minutes

- | | |
|------------------------------------|-------------------|
| · Introduction | · 5 à 10 minutes |
| · Activité : Dresser comme un chef | · 40 à 50 minutes |
| · Récapitulation et consolidation | · 5 minutes |

Préparation

- Télécharger les ressources nécessaires :
 - Vidéo « *La valeur des aliments : Dresser comme un Chef* »
 - 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 4^e à la 6^e années :
 - Identifier le sujet, le but et le public pour une variété de formes d'écriture.
 - Écrire des textes plus complexes en utilisant une variété de formes.
 - Utiliser un langage vivant ou figuratif et de expressions innovantes pour ajouter de l'intérêt.
 - Créer une variété de textes médiatiques pour différents objectifs et publics, en utilisant des formes, des conventions, et des techniques appropriées.

L'importance des aliments

Niveau scolaires suggérés : 4^e à la 6^e années



Introduction

« Aujourd'hui, nous allons explorer les différentes façons de montrer l'importance de la nourriture. Pourquoi est-ce que 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 : Dresser comme un Chef

Regardez la vidéo « La valeur des aliments : Dresser comme un Chef » pour apprendre comment les chefs professionnel ajoutent de la valeur à leur nourriture par le biais de l'assiette et de la présentation.

Engagez une discussion de suivi :

- « Pourquoi est-il important que les chefs professionnels ajoutent de la valeur à nos aliments ? »
- « Comment ajoutez-vous de la valeur à votre nourriture sans même vous en rendre compte ? »
- Demandez aux élèves comment pourraient-ils appliquer les techniques utilisées dans la vidéo à différents repas, comme le dîner.
- En s'inspirant de la vidéo, les élèves réaliseront un « croquis de chef » en utilisant la feuille de travail « Dresser comme un chef »
- Faites un remue-méninge d'une liste de mots descriptifs que les élèves peuvent utiliser pour décrire le croquis de leur chef. Envisagez d'afficher la liste sous une forme de tableau d'ancrage dans la classe.
- En utilisant la liste de mots descriptifs, demandez aux élèves de décrire en 2 à 3 phrases le plat illustré dans le croquis du chef. La description doit mettre en évidence la valeur ajoutée ou créée par les élèves grâce aux techniques de dressages. Les descriptions peuvent être considérées comme une promotion pour leurs créations.

Activité facultative à faire à la maison : Dresser comme un chef

- Les élèves planifieront et prépareront un repas ou une collation pour eux-mêmes ou pour d'autres membres de leur famille.
- Ils choisiront un repas et prépareront un croquis de chef en utilisant la feuille de travail « Dresser comme un chef ».
- Les élèves exécuteront leur plan avec l'aide ou le soutien des membres de leur famille.
- Une fois terminé, demandez-leur de documenter leur création avec une photo pour être partagé dans la classe.

L'importance des aliments

Niveau scolaires suggérés : 4^e à la 6^e années



Récapitulation : bilan et discussion

« Maintenant que nous avons appris les techniques pour ajouter de la valeur à notre nourriture comme les chefs professionnels, est-ce que quelqu'un aimerait partager le croquis de son chef et la description de son plat ? »

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.
- 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 de vulgarisation, comme des programmes de cuisine, des visites de marchés de producteurs/d'épicerie, 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.
- L'activité à faire à la maison n'est pas nécessaire pour la réussite de la leçon. Encouragez les élèves à faire l'activité à la maison, si vous pensez que c'est faisable et qu'ils l'apprécieront.

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 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 ils peuvent ajouter de la valeur à leur nourriture.
- Ils apprendront l'importance d'ajouter de la valeur à leur nourriture.
- Ils apprendront à dresser des aliments comme un chef.
- Les élèves s'exerceront à utiliser un langage descriptif riche

Critères d'évaluation

- Les élèves démontreront leur compréhension par le biais d'une discussion de groupe et d'une réponse écrite.
- 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).