

# Habitudes et choix alimentaires

*Activité*

**Ressource:** Le bien-être et ton portefeuille

**Année(s):** 4e 5e 6e

**Cycle(s):** Moyen

## Contenus d'apprentissage pluridisciplinaires

### ÉPS

A1. Habiletés socioémotionnelles, D1. Attitudes et comportements, D2. Choix sains, D3. Rapprochements entre santé et bien-être

### Mathématiques (Apprentissage socioémotionnel en mathématiques)

A1. Habiletés socioémotionnelles en mathématiques et processus mathématiques: mettre en application, au mieux de ses capacités, diverses habiletés socioémotionnelles pour appuyer son utilisation des processus mathématiques et son apprentissage lié aux attentes et aux contenus d'apprentissage des cinq autres domaines d'étude du programme-cadre de mathématiques

### Mathématiques (Numération et sens du nombre)

Numération et sens du nombre (4e, 5e, 6e) :

**4e :**

- B1 Nombres naturels
  - B1.1 lire, représenter, composer et décomposer les nombres naturels de 0 jusqu'à 10 000, à l'aide d'outils et de stratégies appropriés, et décrire de quelles façons ils sont utilisés dans la vie quotidienne.

- B1.2 comparer et ordonner les nombres naturels jusqu'à 10 000, dans divers contextes.
- B1.3 arrondir les nombres naturels à la dizaine, à la centaine ou au millier près, dans divers contextes.
- B1 Fractions et nombres décimaux : B1.7 lire, représenter, comparer et ordonner des nombres décimaux jusqu'aux dixièmes, dans divers contextes.

## 5e :

- B1 Nombres naturels
  - B1.1 lire, représenter, composer et décomposer les nombres naturels de 0 jusqu'à 100 000, à l'aide d'outils et de stratégies appropriés, et décrire de quelles façons ils sont utilisés dans la vie quotidienne.
  - B1.2 comparer et ordonner les nombres naturels jusqu'à 100 000, dans divers contextes.
- B1 Fractions, nombres décimaux et pourcentages
  - B1.5 lire, représenter, comparer et ordonner des nombres décimaux jusqu'aux centièmes, dans divers contextes.
  - B1.6 arrondir les nombres décimaux au dixième près, dans divers contextes.

## 6e :

- B1 Nombres naturels : B1.1 lire et représenter les nombres naturels de 0 jusqu'à un million, à l'aide d'outils et de stratégies appropriés, et décrire de quelles façons ils sont utilisés dans la vie quotidienne.
- B1 Fractions, nombres décimaux et pourcentages : B1.4 lire, représenter, comparer et ordonner les nombres décimaux jusqu'aux millièmes, dans divers contextes.

## Mathématiques (Littératie financière)

- F1.4 Gestion financière (4e) : expliquer la relation entre les dépenses et l'épargne, et décrire comment les comportements en matière de dépenses et d'épargne peuvent varier d'une personne à l'autre
- F1.5 Sensibilisation à la consommation et au civisme (4e, 5e) :
  - 4e : décrire des façons de déterminer si le prix d'une chose est raisonnable et par conséquent constitue un bon achat

- 5e : calculer des prix unitaires pour divers biens et services, et déterminer quels prix représentent l'achat le plus avantageux
- F1.2 Concepts monétaires (5e) : estimer et calculer le coût de transactions comprenant plusieurs articles dont le prix est exprimé en dollars et en cents, en incluant les taxes de vente, à l'aide de diverses stratégies

## Français

- Communication orale et non verbale : utiliser des habiletés et des stratégies d'écoute, de communication orale et non verbale pour comprendre et communiquer du sens dans des contextes formels et informels afin de satisfaire à une variété d'intentions et s'adresser à divers destinataires.
- Connaissance des textes : mettre en application ses connaissances et habiletés fondamentales pour comprendre une gamme de textes, y compris des textes numériques et médiatiques, d'auteurs et auteures ayant diverses identités, perspectives et expériences, et démontrer sa compréhension des organisateurs textuels, des caractéristiques de textes et des éléments stylistiques d'une variété de formes de discours et genres de textes.

## Activité

Les élèves utilisent des techniques de comparaison pour prendre des décisions d'achat relativement à des choix d'aliments. L'activité est axée sur la justification de leurs choix sur le plan financier.

## Résultats d'apprentissage

Je peux prendre des décisions d'achat en faisant appel à des techniques de comparaison et en justifiant mes choix.

## Matériel

- Dépliants des épiceries de la région
- Dépliants en ligne
- Feuilles de tableau-papier
- Stylos-feutres

- [Feuille de travail « Tableau comparatif d'aide à l'achat » \(PDF\)](#)

## Concepts clés

- Être un consommateur averti
- Faire des choix éclairés
- Prendre des décisions

## Connaissances et habiletés prérequis

- Le calcul de rabais et des prix à l'unité
- La comparaison d'achat
- L'utilisation de tableaux pour comparer des idées
- Les éléments qui influent sur les habitudes et les choix alimentaires

## Mise en situation

- Demandez aux élèves de travailler en groupes; les groupes devront créer une liste d'aliments qu'ils achèteraient selon diverses situations (p. ex., des collations pour faire le plein d'énergie en milieu de journée, des aliments à manger sur le pouce, des aliments pour une fête). Animez une discussion avec l'ensemble du groupe sur les facteurs qui pourraient influencer les habitudes et les choix alimentaires d'une personne dans différentes situations (p. ex., le temps, la disponibilité, le coût, les fournitures de cuisine, la situation).
- Demandez aux groupes de choisir 2 ou 3 aliments qu'ils utiliseront pour l'activité de comparaison d'achat.

## Action

- Présentez le « Tableau comparatif d'aide à l'achat » (de la section Matériel). Passez en revue le tableau pour que les élèves comprennent ce qu'on leur demande pour chaque catégorie. Fournissez des dépliants (imprimés ou en ligne) à chaque groupe. Demandez aux élèves d'examiner le prix à l'unité, les rabais et le montant épargné.

- Demandez aux élèves d'inscrire leurs 2 ou 3 choix d'aliments sur leur tableau comparatif en utilisant au moins 2 ou 3 dépliants imprimés ou en ligne pour faire l'activité.

## Consolidation

- Animez une séance d'échange avec l'ensemble du groupe et remplissez un tableau comparatif avec quelques choix d'aliments et l'information recueillie par les groupes.
- Demandez à l'ensemble du groupe d'analyser et d'évaluer le tableau afin de décider quel choix est le plus sensé pour chaque article en se basant sur l'information recueillie pour justifier les choix.

## Questions de compte rendu

- Après avoir comparé, analysé et évalué l'information sur votre tableau comparatif, à quel endroit avez-vous choisi de faire l'achat de vos aliments? Justifiez votre décision.
- Est-ce que quelque chose vous a surpris en faisant cette tâche? Veuillez expliquer.