Me choisiriez-vous?

Activité

Ressource:
Alimenter la réflexion pour des choix plus sains

Année(s): 1e 2e 3e

Cycle(s): Primaire

Liens aux programmes-cadres

1re année - Éducation physique et santé

Domaine A. Apprentissage socioémotionnel

Attente

A1. mettre en pratique, au mieux de ses capacités, diverses habiletés socioémotionnelles dans l'acquisition de connaissances et d'habiletés liées aux attentes et aux contenus d'apprentissage dans les domaines Vie active, Compétence motrice et Vie saine pour son année d'études.

Contenus d'apprentissage

- **A1.1** mettre en pratique des habiletés l'aidant à reconnaître et à gérer ses émotions, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin d'améliorer sa capacité à exprimer en français ses propres émotions ainsi qu'à comprendre celles des autres et à les considérer.
- **A1.3** mettre en pratique des habiletés favorisant le développement d'habitudes de pensée propices à la motivation et à la persévérance, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de susciter l'optimisme et l'espoir.
- **A1.5** mettre en pratique des habiletés l'aidant à développer sa conscience de soi et sa confiance en soi, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser le

développement d'un sentiment d'identité et d'appartenance au groupe, à l'école ou à la francophonie.

- **A1.6** mettre en pratique des habiletés l'aidant à penser de manière critique et créative, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser l'établissement de liens, l'analyse, l'évaluation, la résolution de problèmes et la prise de décisions.

Domaine D. Vie saine

Attente

D1. expliquer les facteurs qui favorisent le développement sain de la personne.

Contenu d'apprentissage

D1.1 expliquer l'importance de manger pour avoir un corps et un esprit en santé.

1re année - Français

Domaine : Communication orale

Attentes

- comprendre des messages de diverses formes et fonctions et y réagir dans un contexte significatif.
- produire des messages variés, avec ou sans échange, en fonction de la situation de communication.

Contenus d'apprentissage

- relater, dans ses propres mots et selon un ordre logique, le contenu d'un bref message d'ordre incitatif, explicatif, narratif ou descriptif.
- exprimer, en temps opportun, ses réactions à un message ou y donner suite de façon appropriée.
- reconnaître que les médias constituent des moyens d'expression en faisant le lien entre des produits médiatiques en français, les médias qui les diffusent et son vécu.
- communiquer ses besoins, ses émotions, ses opinions et ses idées.
- produire divers actes langagiers.
- prendre la parole spontanément dans un contexte informel :
    - d'expression personnelle et de création.

2e année - Éducation physique et santé

Domaine A. Apprentissage socioémotionnel

Attente

A1. mettre en pratique, au mieux de ses capacités, diverses habiletés socioémotionnelles dans l'acquisition de connaissances et d'habiletés liées aux attentes et aux contenus d'apprentissage dans les domaines Vie active, Compétence motrice et Vie saine pour son année d'études.

Contenus d'apprentissage

- **A1.1** mettre en pratique des habiletés l'aidant à reconnaître et à gérer ses émotions, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin d'améliorer sa capacité à exprimer en français ses propres émotions ainsi qu'à comprendre celles des autres et à les considérer.
- **A1.3** mettre en pratique des habiletés favorisant le développement d'habitudes de pensée propices à la motivation et à la persévérance, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de susciter l'optimisme et l'espoir.
- **A1.5** mettre en pratique des habiletés l'aidant à développer sa conscience de soi et sa confiance en soi, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser le développement d'un sentiment d'identité et d'appartenance au groupe, à l'école ou à la francophonie.
- **A1.6** mettre en pratique des habiletés l'aidant à penser de manière critique et créative, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser l'établissement de liens, l'analyse, l'évaluation, la résolution de problèmes et la prise de décisions.

Domaine D. Vie saine

Attente

D2. utiliser ses connaissances en matière de santé et ses habiletés socioémotionnelles afin de prendre des décisions éclairées et de poser des gestes qui contribuent à sa santé et à son bien-être.

Contenu d'apprentissage

D2.2 décrire des choix alimentaires sains à inclure dans les collations et les repas en tenant compte de divers facteurs qui sont ou non sous son contrôle.

2e année - Français

Domaine : Communication orale

Attentes

- comprendre des messages de diverses formes et fonctions et y réagir dans un contexte significatif.
- produire des messages variés, avec ou sans échange, en fonction de la situation de communication.

Contenus d'apprentissage

- relater, dans ses propres mots et selon un ordre logique, le contenu d'un bref message d'ordre incitatif, explicatif, narratif ou descriptif.
- exprimer, en temps opportun, ses réactions à un message ou y donner suite de façon appropriée.
- reconnaître que les médias constituent des moyens d'expression en faisant le lien entre des produits médiatiques en français, les médias qui les diffusent et son vécu.
- communiquer ses besoins, ses émotions, ses opinions et ses idées.
- produire divers actes langagiers.
- prendre la parole spontanément dans un contexte informel :
    - d'expression personnelle et de création.

3e année - Éducation physique et santé

Domaine A. Apprentissage socioémotionnel

Attente

A1. mettre en pratique, au mieux de ses capacités, diverses habiletés socioémotionnelles dans l'acquisition de connaissances et d'habiletés liées aux attentes et aux contenus d'apprentissage dans les domaines Vie active, Compétence motrice et Vie saine pour son année d'études.

Contenus d'apprentissage

- **A1.1** mettre en pratique des habiletés l'aidant à reconnaître et à gérer ses émotions, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin d'améliorer sa capacité à exprimer en français ses propres émotions ainsi qu'à comprendre celles des autres et à les considérer.

- **A1.3** mettre en pratique des habiletés favorisant le développement d'habitudes de pensée propices à la motivation et à la persévérance, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de susciter l'optimisme et l'espoir.
- **A1.5** mettre en pratique des habiletés l'aidant à développer sa conscience de soi et sa confiance en soi, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser le développement d'un sentiment d'identité et d'appartenance au groupe, à l'école ou à la francophonie.
- **A1.6** mettre en pratique des habiletés l'aidant à penser de manière critique et créative, dans le cadre de situations d'apprentissage en éducation physique et santé, afin de favoriser l'établissement de liens, l'analyse, l'évaluation, la résolution de problèmes et la prise de décisions.

Domaine D. Vie saine

Attentes

D1. expliquer les facteurs qui favorisent le développement sain de la personne.

D2. utiliser ses connaissances en matière de santé et ses habiletés socioémotionnelles afin de prendre des décisions éclairées et de poser des gestes qui contribuent à sa santé et à son bien-être.

Contenus d'apprentissage

- **D1.1** expliquer comment l'origine des aliments peut avoir une influence sur leur valeur nutritionnelle et sur l'environnement.
- **D2.1** expliquer les liens entre des choix alimentaires et une bonne hygiène dentaire.

3e année - Français

Domaine : Communication orale

Attentes

- comprendre des messages de diverses formes et fonctions et y réagir dans un contexte significatif.
- produire des messages variés, avec ou sans échange, en fonction de la situation de communication.

Contenus d'apprentissage

- relater, dans ses propres mots et selon un ordre logique, le contenu d'un bref message d'ordre incitatif, explicatif, narratif ou descriptif.

- exprimer, en temps opportun, ses réactions à un message ou y donner suite de façon appropriée.
- reconnaître que les médias constituent des moyens d'expression en faisant le lien entre des produits médiatiques en français, les médias qui les diffusent et son vécu.
- communiquer ses besoins, ses émotions, ses opinions et ses idées.
- produire divers actes langagiers.
- prendre la parole spontanément dans un contexte informel :
    - d'expression personnelle et de création.

Survol de l'activité

Les élèves examinent des emballages d'aliments qui ciblent les jeunes enfants afin de comprendre les techniques de marketing utilisées qui peuvent influer sur leurs choix d'aliments et de boissons. Les élèves expriment leurs pensées sur les emballages et appliquent leurs connaissances pour faire les choix alimentaires les plus sains possibles.

Matériel

- Divers emballages d'aliments qui ciblent les jeunes enfants (par exemple, boîtes de céréales, de biscuits, ou de fruits en conserve avec des collants montrant des personnages fictifs de dessins animés, de bandes dessinées ou de films).
- Tablettes électroniques ou feuilles de papier, crayons ou fournitures pour colorer afin de reconcevoir des emballages.

Activité

- Présentez des emballages d'aliments qui ciblent de jeunes enfants ou présentez-en des images.
- Amenez les élèves à déterminer les divers éléments des emballages qui attirent leur attention (par exemple, couleurs et photos; personnages; mots qui ressortent; formes des aliments à l'intérieur [animaux, étoiles, cœurs, etc.]).
- Animez une discussion avec l'ensemble du groupe. Demandez aux élèves d'expliquer pourquoi selon eux les fabricants d'aliments ont choisi de concevoir les divers emballages en utilisant ces couleurs,

ces images, ces personnages, ces mots et ces formes.

- Demandez-leur aussi d'expliquer pourquoi les fabricants pourraient choisir d'inclure des prix sur les emballages. Assurez-vous de discuter de ce que les éléments des emballages pourraient leur faire ressentir ou penser relativement aux aliments à l'intérieur. Les questions suivantes peuvent être utilisées pour orienter la discussion :
    - « Quel est le public ciblé par cet aliment : les bébés, les enfants, les adolescents ou les adultes? Pourquoi? »
    - « Qu'aimez-vous des emballages? Pourquoi? »
    - « Que ressentez-vous en regardant les couleurs, les formes et les personnages (par exemple, heureux, affamé, comme un superhéros)? »
    - « Est-ce qu'une couleur vous fait penser qu'un aliment est plus ou moins nutritif qu'un autre? Expliquez votre réponse. »
    - « Qu'est-ce que les personnages, les images et les mots vous font penser au sujet de l'aliment (par exemple, "Il est nutritif"; "Il va m'aider à grandir"; "Il va me rendre plus fort"; "Il va contribuer au développement de mon cerveau")? »
    - « Regardez chacun des emballages. Qu'est-ce qui vous fait penser qu'il pourrait s'agir d'un choix plus nutritif? »
    - « Comment la conception d'un emballage pourrait-elle influer sur votre décision de choisir l'aliment ou de demander à une personne de l'acheter pour vous? »
    - « Quel aliment choisiriez-vous? Pourquoi? »
- Invitez les élèves à travailler en dyades pour rédiger et ensuite partager une question qu'elles et ils pourraient poser sur un des aliments emballés afin de déterminer si cet aliment fournit à leur corps l'énergie et les nutriments pour être actif, pour grandir et pour apprendre.
  Questions à poser aux élèves : « Quelles questions poseriez-vous au sujet de l'aliment avant de faire votre choix? »

  Exemples de réponses :

    - « Qu'est-ce que je veux savoir au sujet de cet aliment? »

    - « Est-ce un aliment pour un repas ou une collation? »
    - « Comment cet aliment nourrira-t-il mon corps et mon cerveau? »
    - « Est-ce un aliment que je choisirais de manger au cours de la journée à l'école? M'aidera-t-il à être à mon meilleur et à être en forme pour apprendre? »
    - « Est-ce un aliment que je choisirais plus souvent ou comme gâterie? »
    - « Est-ce un aliment que je demanderais à une personne d'acheter pour moi? Pourquoi? »
- Consolidez la discussion en demandant aux élèves de nommer une chose qu'elles ou ils rechercheraient sur l'emballage pour faire un choix d'aliment pour un repas ou une collation. Rappelez-leur que la conception de l'emballage fait partie d'une stratégie de marketing; elle a pour but de les inciter à acheter l'aliment.
- Amenez ensuite les élèves à travailler en petits groupes afin de choisir un des emballages à reconcevoir. Le nouvel emballage devra permettre aux gens de déterminer rapidement s'il s'agit d'un choix alimentaire plus sain pour un repas ou une collation et de comprendre comment l'aliment peut aider les enfants à grandir et à apprendre. Demandez aux groupes de réfléchir aux questions suivantes :
    - Quels mots ajouraient-ils?
    - Quelles couleurs utiliseraient-ils?
    - Quelles photos est-ce qu'ils enlèveraient, remplaceraient ou ajouteraient?
    - Quel personnage utiliseraient-ils? Que dirait-il?
- Invitez les groupes à présenter à la classe leurs idées pour le nouvel emballage. Ils doivent expliquer pourquoi ils ont fait les changements et comment ceux-ci aideront d'autres personnes à faire des choix éclairés parmi les diverses options proposées.

Évaluation

Choisissez des stratégies d'évaluation au service de l'apprentissage qui permettront d'établir où les élèves se situent dans leur apprentissage et d'étayer les prochaines étapes d'enseignement et d'apprentissage selon les besoins des élèves. Voici certains endroits dans l'activité où vous pouvez utiliser des stratégies d'évaluation au service de l'apprentissage afin de susciter des preuves d'apprentissage des élèves :

- Lors de la discussion avec l'ensemble du groupe, vous pouvez tenir compte des réponses des élèves.
- Lorsque les élèves travaillent en dyades, vous pouvez tenir compte de la question qu'elles et ils ont rédigée au sujet d'un aliment.
- Lorsque les élèves travaillent en petits groupes, vous pouvez tenir compte des idées d'emballages proposées par les groupes.

Prolongement de l'activité

Demandez aux élèves de nommer d'autres produits qu'elles et ils voient fréquemment et de déterminer si les mêmes techniques de marketing sont utilisées sur les emballages de ces aliments dans le but d'encourager les enfants à les consommer.

Notes au personnel enseignant

- Même si les élèves retournent à la maison avec de nouvelles connaissances, elles et ils ont plus ou moins leur mot à dire au sujet de ce qu'elles ou ils mangent à la maison et apportent à l'école. Des conseils pour discuter des choix alimentaires plus sains vous sont proposées à la section **Création d'un environnement d'apprentissage sécuritaire et inclusif**.
- Pour de plus amples renseignements sur les techniques de marketing et leur influence sur les choix alimentaire, veuillez consulter la section **Ressources additionnelles**.
- Pour de plus amples renseignements sur l'influence du marketing des choix alimentaires et des conseils pour faire des choix alimentaires plus sains dans diverses situations, veuillez consulter le **Guide alimentaire canadien**.