

# Vérité ou mensonge

Activité

## Ressource:

Alimenter la réflexion pour des choix plus sains

**Année(s):** 7e 8e

**Cycle(s):** Intermédiaire

## Liens aux programmes-cadres

**7<sup>e</sup> 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

**D3.** établir des rapprochements entre la santé et le bien-être pour expliquer l'incidence des choix faits, des comportements adoptés et des facteurs environnementaux sur sa santé, son bien-être et sur la santé et le bien-être des autres.

### Contenu d'apprentissage

**D3.1** déterminer des façons de relever les défis de nature personnelle et externe associés à l'adoption d'habitudes alimentaires saines.

## 7<sup>e</sup> 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

- repérer les idées principales et secondaires d'une communication, le langage non verbal, les valeurs qu'elle véhicule et les éléments qui la caractérisent.
- exprimer, en temps opportun, ses réactions à un message ou y donner suite de façon appropriée.
- analyser les messages controversés ou contradictoires véhiculés dans diverses productions médiatiques.
- analyser les moyens (linguistiques, techniques et visuels) utilisés en publicité pour influencer sa façon de voir, de penser et d'agir.
- communiquer ses besoins, ses émotions, ses opinions et ses idées en tenant compte du contexte.

- produire divers actes langagiers.
- prendre la parole spontanément dans un contexte informel :
  - d'expression personnelle et de création.
- préparer (seul ou en groupe, avec ou sans les technologies de l'information et de la communication [TIC]) diverses communications structurées selon une intention précise, en adaptant le discours au public ciblé.

## Domaine : Écriture

### Attentes

- planifier ses projets d'écriture en utilisant des stratégies et des outils de préécriture.
- rédiger à la main et à l'ordinateur des textes simples, courts et variés présentant les caractéristiques dominantes des formes de discours et des genres de textes à l'étude.
- réviser et corriger ses textes en y laissant des traces de sa pratique réflexive de la grammaire du texte et de la phrase.
- publier ses textes.

### Contenus d'apprentissage

- déterminer, seul ou en groupe, le sujet et l'intention d'écriture dans diverses situations d'écriture.
- se faire une idée précise du destinataire avant d'amorcer l'ébauche d'un genre de texte.
- rédiger une ébauche structurée de façon séquentielle et logique, en mettant en évidence les caractéristiques du genre de texte.
- réviser ses textes en utilisant diverses techniques.
- corriger, seul ou en groupe, quelques paragraphes de ses textes (seuls les textes à publier devront faire l'objet d'une correction minutieuse et complète) en tenant compte des connaissances et habiletés grammaticales étudiées.
- vérifier et modifier au besoin l'aspect syntaxique et sémantique de la phrase.
- choisir un format d'écriture et un mode de présentation convenant à la forme de discours, au genre de texte et aux destinataires.

- intégrer à ses textes des éléments visuels, des effets sonores ou des animations.

## 8<sup>e</sup> 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

- 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.
- D3. établir des rapprochements entre la santé et le bien-être pour expliquer l'incidence des choix faits, des comportements adoptés et des facteurs environnementaux sur sa santé, son bien-être et sur la santé et le bien-être des autres.

## Contenus d'apprentissage

- D2.1 évaluer ses habitudes et ses choix alimentaires en suivant les recommandations du Guide alimentaire canadien et en tenant compte des comportements qui favorisent une saine alimentation.
- D3.1 déterminer des stratégies permettant d'encourager des habitudes et choix alimentaires sains à domicile, à l'école et dans la communauté.

## 8<sup>e</sup> 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

- repérer les idées principales et secondaires d'une communication, le langage non verbal, les valeurs qu'elle véhicule et les éléments qui la caractérisent.
- exprimer, en temps opportun, ses réactions à un message ou y faire suite de façon appropriée.
- analyser les messages controversés ou contradictoires véhiculés dans diverses productions médiatiques.
- analyser les moyens (linguistiques, techniques et visuels) utilisés en publicité pour influencer sur sa façon de voir, de penser et d'agir.
- communiquer ses besoins, ses émotions, ses opinions et ses idées en tenant compte du contexte.
- produire divers actes langagiers.
- prendre la parole spontanément dans un contexte informel :
  - d'expression personnelle et de création.
- préparer (seul ou en groupe, avec ou sans les technologies de l'information et de la communication [TIC]) diverses communications structurées selon une intention précise, en adaptant le discours au public ciblé.

### Domaine : Écriture

## Attentes

- planifier ses projets d'écriture en utilisant des stratégies et des outils de préécriture.
- rédiger à la main et à l'ordinateur des textes simples, courts et variés présentant les caractéristiques dominantes des formes de discours et des genres de textes à l'étude.
- réviser et corriger ses textes en y laissant des traces de sa pratique réflexive de la grammaire du texte et de la phrase.
- publier ses textes.

## Contenus d'apprentissage

- déterminer, seul ou en groupe, le sujet, les destinataires, l'intention d'écriture et le genre de texte à produire, dans diverses situations d'écriture.
- rédiger, seul ou en groupe, une ébauche structurée de façon séquentielle et logique en mettant en évidence les caractéristiques du genre de texte.
- réviser ses textes, seul ou en groupe, en utilisant diverses techniques.
- vérifier et modifier au besoin l'aspect syntaxique et l'aspect sémantique de la phrase.
- corriger, seul ou en groupe, une partie de ses textes ou deux ou trois aspects dans l'ensemble d'un texte en tenant compte des connaissances grammaticales étudiées et en recourant à divers moyens.
- choisir un format d'écriture et un mode de présentation convenant à la forme du discours, au genre de textes et aux destinataires.

## Survol de l'activité

Les élèves analysent des publicités qui sont omniprésentes dans la collectivité et qui ciblent les jeunes afin de comprendre comment la publicité et le marketing alimentaire peuvent influencer sur leurs choix et leurs habitudes alimentaires. Les élèves enquêtent sur des allégations nutritionnelles pour renseigner leurs choix alimentaires en tenant compte des facteurs qu'elles et ils peuvent contrôler ou non.

## Matériel

Des publicités pour des aliments qui se trouvent à divers endroits dans la collectivité, qui sont conçues à l'intention des jeunes et qui tentent d'influer sur leurs choix alimentaires (par exemple, publicités pour une boisson sportive énergisante dans un aréna, affiches de restauration rapide à des arrêts d'autobus, publicités dans les toilettes ou au comptoir de nourriture dans les salles de cinéma).

## Activité

- Demandez aux élèves d'imaginer qu'elles et ils sont des conseillères et des conseillers pour une agence de publicité. Celle-ci souhaite en apprendre davantage sur les jeunes pour créer des campagnes de publicité alimentaire qui leur seront attrayantes. Invitez ensuite les élèves à travailler en petits groupes afin de créer un profil des jeunes pour aider l'agence à mieux connaître les champs d'intérêt des jeunes.
- Incitez aux élèves de considérer les thèmes suivants pour leur profil des jeunes : leurs champs d'intérêt en matière de musique, de sport, de mode, d'activités récréatives, de cinéma, d'émissions télévisées, de vedettes et de jeux vidéo; leurs habitudes quant à l'utilisation des médias sociaux; et leurs lieux de rencontre préférés (établissements de restauration rapide, aires de restauration, centres commerciaux, arénas, centres de loisirs).
- Demandez ensuite aux élèves de partager leur profil des jeunes à l'ensemble du groupe. Encouragez-les à écouter les réponses de leurs pairs et à ajouter à leur profil au besoin.
- Expliquez aux élèves que les jeunes constituent un groupe souvent ciblé par les publicités alimentaires. Les annonceurs savent que les jeunes sont indépendants et ont la liberté de faire leurs propres choix alimentaires à la maison, au restaurant ou lors d'activités dans la collectivité. Les annonceurs utilisent les médias pour influencer les choix alimentaires des jeunes. Parmi les médias utilisés, on compte les médias de masse (par exemple, télé, radio, magazines, panneaux publicitaires) et les médias numériques (par exemple, sites Web, bannières publicitaires, publicités sur les téléphones intelligents, médias sociaux, jeux vidéo, applications de lecture en continu). Les annonceurs placent stratégiquement leurs publicités à divers endroits où les jeunes sont susceptibles de se rassembler comme les salles de cinéma, les centres commerciaux, les établissements de restauration rapide, les

dépanneurs, les évènements sportifs, les festivals et les évènements sociaux.

- Demandez aux élèves d'expliquer comment elles et ils peuvent déterminer si les allégations faites dans ces publicités alimentaires sont vraies (par expérience, confiance en la marque, croyance en l'intégrité de la personne qui vante le produit, essai du produit, recherche sur le produit, lecture de l'étiquette et du tableau de la valeur nutritive du produit).
- Invitez les élèves à travailler en dyades ou en petits groupes pour déterminer les endroits où elles et ils passent la majeure partie de leur temps de loisirs lorsqu'elles et ils ne sont pas à la maison ou en ligne. Les élèves dressent ensuite une liste des diverses publicités alimentaires qu'elles et ils ont remarquées à divers endroits dans la collectivité et qui sont conçues à l'intention des jeunes pour les influencer.
- Demandez ensuite aux élèves de choisir une des publicités qu'elles et ils avaient décrite et d'analyser les techniques de marketing utilisées et les messages implicites visant à influencer leurs choix alimentaires. Décrivez aux élèves certaines techniques de marketing auxquelles porter attention :
  - Appui de vedettes;
  - Couleurs qui suscitent l'intérêt ou des émotions : rouge = très épicé ou excitant; bleu = frais et rafraichissant; vert = naturel; blanc = pur; jaune = énergie;
  - Allégations nutritionnelles : « 30 grammes de protéines »; « sans gras »; « 2 % de glucides »; « faible teneur en calories »;
  - Mots : « naturel »; « sain »; « cuit au four »; « amélioré »; « tout simplement bon »; « mode de vie »; « sans OGM »;
  - Allégations justifiant pourquoi le produit est un bon choix comme « rassasiant » « favorise le développement des muscles » ou « une source d'énergie pour améliorer la performance », et promotions incitatives comme des produits alimentaires gratuits, des points pour l'obtention de billets de cinéma ou des prix instantanés.
- Invitez les dyades ou les petits groupes à faire des recherches pour déterminer la véracité des allégations faites sur l'aliment dans la publicité et à utiliser la liste des ingrédients ou le tableau de la valeur nutritive pour déterminer s'ils achèteraient le produit ou inciteraient d'autres personnes à l'acheter.



- Demandez ensuite aux élèves de présenter leur analyse à l'ensemble de la classe afin de cerner les similarités et les différences dans les techniques de marketing utilisées selon le produit et l'emplacement de la publicité dans la collectivité.
- Incitez les élèves à considérer des modifications à leurs choix alimentaires lorsqu'elles et ils mangent à l'extérieur dans la collectivité selon leur compréhension des allégations nutritionnelles, des allégations du marketing alimentaire et des techniques publicitaires, et selon les facteurs qu'elles et ils contrôlent ou non et l'ensemble de leur plan alimentaire sain.
- Invitez les élèves à travailler individuellement ou en petits groupes pour créer des messages médiatiques en tenant compte du profil des jeunes précédemment créé dans leur petit groupe. Les élèves doivent inclure des stratégies efficaces pour l'analyse d'allégations nutritionnelles sur les médias sociaux et pour la prise de décisions éclairées concernant leurs choix alimentaires.

## 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 l'analyse des publicités choisies.
- Lors de l'analyse des allégations sur les aliments ou les boissons et la décision d'achat.
- Lorsque les élèves préparent les messages médiatiques.

## Prolongement de l'activité

- Demandez aux élèves de faire des recherches sur les différences entre les allégations du marketing alimentaire et les allégations réglementées dans les publicités pour des aliments et de réfléchir à l'influence de ces allégations nutritionnelles sur leurs choix alimentaires.
- Demandez aux élèves de créer des messages à l'intention des restaurants locaux pour réclamer des options plus saines à leur menu.

## 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**.