

# Bien manger pour réussir

*Activité*

## **Ressource:**

Favoriser une vie saine chez les élèves à l'aide de l'art dramatique

**Année(s):** 9e 10e

## L'activité

Utilisez des images ou des citations pour aider les élèves à comprendre les divers facteurs (par exemple, sociaux, émotionnels, physiques) qui ont une influence sur leurs choix d'aliments et de boissons et pour leur permettre d'exprimer leur compréhension par une production artistique originale.

## Contenus d'apprentissage

9e année : C3.1

10e année : C2.1

## Consignes

- Dans le cadre d'une activité de quatre coins (Consultez la section **Descriptions des stratégies pédagogiques**) demandez aux élèves de réfléchir de façon individuelle à une question relative au sujet et de se déplacer vers un espace (coin) dans la salle pour rejoindre d'autres élèves qui partagent leurs idées.
- Trouvez et affichez quatre images ou citations (qui tiennent compte de l'année d'études des élèves) au sujet des facteurs sociaux et environnementaux ou des facteurs physiques et émotionnels qui peuvent

influencer les choix alimentaires d'une personne.

- Proposez aux élèves un énoncé, un enjeu ou une question pour établir un contexte pour l'activité (par exemple, Qu'est-ce qui influence le plus vos habitudes alimentaires ? Quel est l'enjeu le plus important concernant la consommation alimentaire et la gestion de l'environnement ? Comment vos choix alimentaires changent-ils si vous êtes dans un événement social ou selon ce que vous avez à faire au cours de la semaine ?)
- Les élèves réfléchissent seuls pendant 30 secondes, puis choisissent l'image ou la citation qui reflète le mieux leur situation et se déplacent vers le coin où l'image est affichée.
- Les élèves se jumèlent à un autre élève dans le même coin afin d'échanger sur les raisons pour lesquelles l'image ou la citation reflète leur situation.
- Demandez aux élèves dans chaque coin de travailler ensemble et de se baser sur leur discussion pour rédiger un message d'intérêt public pour éduquer les jeunes à propos des facteurs qui influencent leurs choix alimentaires de façon positive ou négative.
- Demandez aux élèves de suivre les étapes suivantes pour rédiger leur message d'intérêt public :
  1. Choisir le sujet du message.
  2. Faire de la recherche ; il est important d'être renseigné sur le sujet.
  3. Déterminer le public cible et adapter le message à celui-ci.
  4. Attirer l'attention du public avec une introduction accrocheuse.
  5. Rédiger un texte composé de quelques énoncés simples.
  6. Répéter la présentation du message d'intérêt public au sein du groupe.
- Demandez aux élèves de présenter leur message d'intérêt public à la classe, ou de l'enregistrer pour le faire entendre à leurs pairs ou à un autre public particulier.
- Animez une discussion de groupe lors de laquelle les élèves réfléchissent à leur apprentissage, à la réaction du public à la présentation de leurs pairs et à ce qu'ils ont appris en classe pour favoriser des choix alimentaires sains et des choix de vie sains.

## Matériel

- Images ou citations (qui tiennent compte de l'année d'études des élèves) au sujet des facteurs sociaux et environnementaux ou des facteurs physiques et émotionnels qui peuvent influencer les choix

alimentaires d'une personne.

- Un espace pour permettre aux élèves d'effectuer leur recherche et de rédiger leur message d'intérêt public.
- Du temps pour permettre aux élèves de rédiger leur message d'intérêt public et d'en répéter la présentation.
- Un appareil pour enregistrer (selon le cas).

## Évaluation

- Écoutez les conversations au sein des petits groupes pour évaluer leur mise en application de leurs habiletés interpersonnelles et de pensée critique.
- Profitez des échanges entre les élèves pour évaluer leur compréhension des facteurs qui influencent leurs choix alimentaires.
- Demandez aux élèves d'autoévaluer leur capacité à faire appel à leurs habiletés de résolution de problèmes, de prise de décisions et de communication pour rédiger et présenter un message d'intérêt public.

## Idées pour prolonger l'exercice

- Utilisez l'activité des quatre coins en préparation pour l'activité « Alimentation saine, choix sains ».
- Demandez aux élèves d'utiliser leur message d'intérêt public comme outil dans le cadre d'une campagne sur les réseaux sociaux (dans leur école ou leur communauté) qui vise à améliorer les habitudes alimentaires des jeunes.

## À l'intention des membres du personnel enseignant

- Vous pouvez utiliser des exemples pour montrer l'impact d'un message d'intérêt public.
- Encouragez les élèves à porter attention aux signes non verbaux (par exemple, posture, ton de la voix).
- Incitez les élèves à songer aux raisons pour lesquelles les gens ne choisissent pas toujours la meilleure option (par exemple, céder à la pression exercée par les pairs).

- Animez une discussion suivant la présentation afin de vous assurer que les commentaires de la classe sont constructifs, de corriger tout renseignement erroné présenté, de répondre aux questions soulevées et de mentionner les ressources pertinentes.
- Si du contenu ou des gestes inappropriés sont présentés, n'imposez pas de mesures disciplinaires, mais corrigez-les.
- Faites place à l'humour comme moyen efficace pour améliorer la mémoire, la confiance et l'autoefficacité, pour lutter contre la stigmatisation et pour surmonter la gêne.