

Équipements	Un crayon, du papier
Résultat(s) d'apprentissage	Décrire les aliments sains ou les saines habitudes alimentaires sous forme d'un poème.

Description

Invitez l'enfant à écrire un poème où il ou elle va mettre en application ses connaissances sur les saines habitudes alimentaires. Si l'enfant est en besoin d'inspiration, invitez-le/-la à visiter le [Guide alimentaire canadien](#) pour se renseigner sur les aliments sains et les saines habitudes alimentaires.

Voici quelques exemples de formats et types de poésie :

- **Rime** : les vers riment sur une variété d'agencements, dont ABAB, ABBA, AABB, etc.
- **Acrostiche** : un poème qui emprunte la structure des lettres d'un mot qui représente le thème du poème. Par exemple, un poème sur les fruits aurait 5 vers, dont chacun commence par une lettre du mot « fruit ». Le premier vers commence en «F», le deuxième en «R», et ainsi de suite.
- **Haïku** : un poème de trois vers dont le premier comporte cinq syllabes, le deuxième en comporte sept et le troisième en comporte cinq. Il ne doit pas forcément y avoir une rime aux derniers mots de chaque vers.
- **Limerick** : un poème normalement humoristique, comportant cinq vers avec l'agencement AABBA, racontant une courte histoire.

Invitez l'enfant à partager son poème et discutez de ce qu'il ou elle a écrit.

Compétences de saine alimentation



RÉFLÉCHIR

Les élèves développeront des habiletés cognitives et apprendront des stratégies pour s'informer sur les aliments sains, sur les saines habitudes, sur la préparation des repas, et sur la sécurité alimentaire.



RESSENTIR

Les élèves développeront des habiletés affectives et apprendront des stratégies pour faire des choix alimentaires favorisant des relations saines avec soi-même, avec les autres personnes et avec l'environnement.



AGIR

Les élèves mettront en pratique des habiletés et des stratégies comportementales qui appuient la saine alimentation et les saines habitudes, la préparation des repas, et la sécurité alimentaire.



Questions de réflexion

La réflexion est une étape importante de l'apprentissage des saines habitudes d'alimentation. Pensez à poser les questions de réflexion ci-dessous à l'enfant et discutez des réponses avec l'enfant.

- *Est-ce que tu as choisi d'écrire sur le thème des aliments sains ou sur le thème des saines habitudes alimentaires? Pourquoi?*
- *Quelle est la différence entre les aliments sains et les saines habitudes alimentaires? Est-ce que tu y vois des ressemblances aussi?*