

Équipements	Accès internet, du papier, des marqueurs
Résultat(s) d'apprentissage	Résumer les processus que subissent certains aliments, depuis la ferme et jusqu'à l'assiette.

Description

Amorcez la discussion en demandant à l'enfant s'il/elle est conscient(e) du processus que subissent certains aliments, de ferme à assiette. Expliquez à l'enfant qu'il y a des exploitations à grande échelle qui produisent beaucoup d'aliments tels que les céréales (le blé, l'avoine, etc), les fruits, les légumes, le lait, les œufs et la viande. Beaucoup de ces aliments subissent des transformations, que ce soit dans le cadre de la préparation à la consommation, ou comme ingrédients dans la production d'autres aliments.

Expliquez qu'il y a également de petites fermes familiales qui vendent leurs produits directement au grand public, par exemple aux marchés de producteurs. Regardez la vidéo [le parcours des œufs, de la ferme à la table](#) avec l'enfant. Après avoir passé la vidéo, discutez du processus subi par les œufs pour les préparer à la vente en épicerie.

Posez les questions suivantes à l'enfant :

- Qu'est-ce que tu as appris de la vidéo?
- Qui ramasse les œufs des poules?
- À ton avis, combien de personnes participent au processus, depuis la ponte des œufs par les poules et jusqu'à l'arrivée des œufs dans l'épicerie ou le supermarché?
- De quelles façons est-ce que ces œufs sont différents de ceux que tu verrais dans un marché de producteurs?
- Quels autres aliments subissent un processus similaire?
- Quels aliments subissent un processus différent?

Après avoir discuté de ses réponses à ces questions, invitez l'enfant à dessiner un schéma du parcours des œufs entre la ferme et l'épicerie. Aidez l'enfant au besoin pour réfléchir à chaque étape du processus : la ponte, le tri, le transport, etc. Si, en fonction de la région du Canada que vous habitez, ou les choix alimentaires de votre famille, il y a un aliment plus pertinent, encouragez l'enfant à dessiner le processus de transformation subi par cet aliment avant que celui-ci arrive sur votre table de cuisine.

Encouragez l'enfant à tracer des flèches sur son schéma pour indiquer l'ordre.

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.

- *Comment est-ce que le processus subi par les fruits et les légumes serait différent si c'étaient des aliments que tu cultivais dans ton propre jardin?*
- *Comment est-ce que toi et ta famille pourriez soutenir les fermiers et producteurs qui habitent près de chez vous?*