

Équipements	PowerPoint, carton pour affiche ou du papier, des crayons de couleur, Accès Internet, du matériel artistique (facultatif)
Résultat(s) d'apprentissage	Faire des recherches sur les habitudes alimentaires d'un pays de son choix et préparer un exposé pour partager ses découvertes.

## Description

Discutez avec l'enfant les aliments qu'il ou elle a essayés ou qu'il ou elle connaît qui viennent d'autres pays ou d'autres cultures. Demandez à l'enfant s'il ou elle sait la signification du mot « culture ». Si l'enfant n'est pas certain(e) de la définition, expliquez-lui que culture dans ce contexte signifie des comportements ou des manières qui caractérisent un groupe de personnes, incluant la nourriture, la langue, les habits, la musique, les arts, les coutumes et les croyances.

Expliquez-lui qu'au Canada nous avons une grande variété d'aliments d'autres cultures puisque, à part les Autochtones, tous les Canadiens et Canadiennes ont des racines dans d'autres pays au monde. Expliquez à l'enfant qu'il ou elle va se renseigner sur un autre pays ou une autre culture et notamment ses traditions et habitudes en ce qui concerne la nourriture. Invitez l'enfant à choisir une culture ou un pays qui l'intéresse et mettez-le/-la au défi pour faire des recherches sur les mets et sur les habitudes alimentaires du pays ou de la culture.

Invitez l'enfant à créer une présentation sur la culture ou sur le pays en utilisant l'application PowerPoint, ou bien en se servant d'un carton pour affiche ou une simple feuille de papier. Demandez à l'enfant d'inclure les points suivants dans son exposé :

- Renseignements sur les aliments ou les mets qui se mangent typiquement dans ce pays ou cette culture
- Expliquer pourquoi ces aliments ou mets sont communs
- Descriptions des traditions ou des célébrations culturelles axées sur la nourriture
- Le Guide alimentaire du pays choisi (si applicable et disponible)
- D'autres détails intéressants

Si l'enfant a besoin d'aide en choisissant un pays ou une culture, voici quelques suggestions : l'Inde, la Thaïlande, la Grèce, la Jamaïque, la Chine, ou l'Éthiopie. Invitez l'enfant à être créatif/créative dans son exposé et penser aux moyens pour faire ressortir les points clés, en s'appuyant sur des images et des graphismes. Invitez l'enfant à présenter son travail et ne manquez pas de poser des questions sur les renseignements qui y sont présentés.

## 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.

- *De quelles façons est-ce que les aliments propres au pays ou à la culture que tu as choisi(e) sont affectés par l'histoire ou la géographie du pays ou de la culture?*
- *Comment pourrais-tu continuer à renforcer tes connaissances sur les mets et les aliments des autres pays et cultures du monde?*