

Des aliments pour nous!

Éducation à la santé et à la carrière M à 7

Des aliments pour nous!

« **Des Aliments pour nous!** » a été développé en accord avec le programme d'études en matière d'Éducation à la santé et à la carrière M à 7. Il peut aussi être arrimé aux matières suivantes: Mathématiques, Sciences humaines, Sciences, Langues internationales, Beaux-arts et Éducation physique.

Résultats d'apprentissage prescrits

2^e année

Après avoir complété le programme « **Des aliments pour nous!** », on s'attend à ce que l'élève puisse :

Objectifs et décisions

- A1 énumérer les étapes menant à l'atteinte d'un objectif (p. ex. définir l'objectif, préciser les actions nécessaires pour atteindre l'objectif, préciser à quoi pourrait ressembler l'atteinte de l'objectif)
- A2 trouver des occasions de prendre des décisions (p. ex. choix d'aliments sains, d'activités lors des récréations)

Santé

Mode de vie sain

- C1 décrire les pratiques favorisant la santé physique et émotionnelle (p. ex. activité physique régulière, bonne alimentation, relations saines)
- C2 mentionner les bonnes habitudes alimentaires décrites dans le document Bien manger avec le Guide alimentaire canadien
- C3 décrire les pratiques qui aident à prévenir la propagation des maladies transmissibles (p. ex. se laver les mains, se couvrir la bouche lorsqu'on tousse, se reposer lorsqu'on est malade, se tenir à l'écart lorsqu'on est malade)

Des aliments pour nous!

Éducation à la santé et à la carrière M à 7

3^e année

Après avoir complété le programme « *Des aliments pour nous!* », on s'attend à ce que l'élève puisse :

Objectifs et décisions

- A1 appliquer un modèle d'établissement d'objectifs à un objectif à court terme
- A2 mentionner les sources d'aide accessibles aux enfants dans diverses situations (p. ex. parents, enseignants, aînés, bibliothécaire, chauffeurs d'autobus, parents-secours)

Santé

Mode de vie sain

- C1 décrire les pratiques favorisant la santé physique et émotionnelle (p. ex. activité physique régulière, bonne alimentation, capacité de se confier à un ami ou à un adulte en qui on a confiance lorsqu'on se sent triste ou déconcerté)
- C2 décrire l'importance de bonnes habitudes alimentaires et de l'activité physique régulière dans un mode de vie sain (p. ex. pour obtenir les éléments nutritifs nécessaires à la croissance et prévenir les maladies)