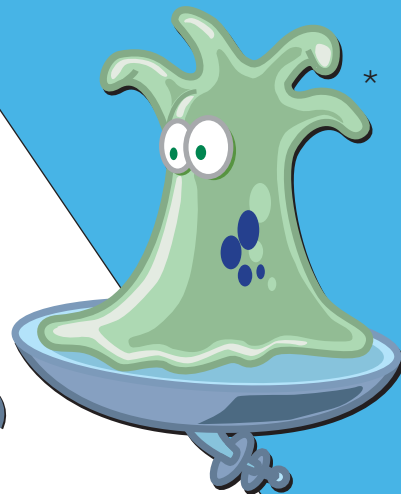
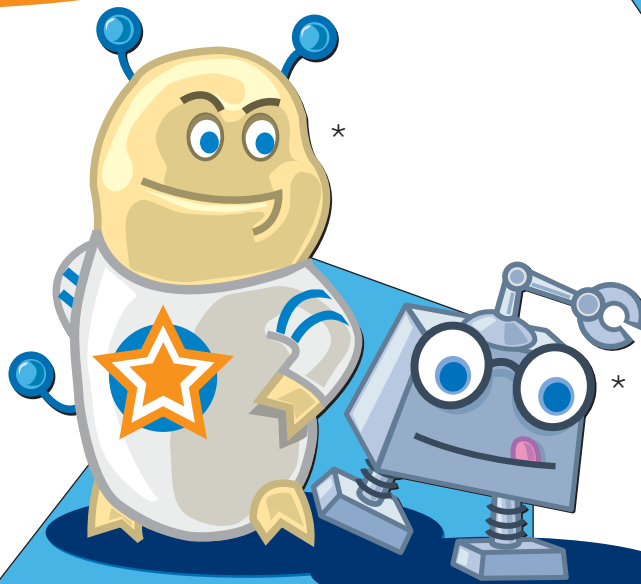


# MISSION NUTRITION

**A**pprendre en s'amusant, une  
création des diététistes canadiennes



## Maternelle et Première Année

Matériel didactique visant à  
favoriser l'acquisition de saines  
habitudes alimentaires, à  
promouvoir la pratique d'activités  
physiques et assurer le  
développement d'une bonne  
estime de soi.

- ★ Matériel didactique pour les enseignants
- ★ Plans de leçons faciles à utiliser
- ★ Fiches d'activités amusantes pour les élèves
- ★ Matériel destiné aux parents
- ★ Grille d'évaluation

[www.missionnutrition.ca](http://www.missionnutrition.ca)

Le programme *MISSION NUTRITION* est offert par l'équipe des diététistes professionnelles de Kellogg Canada Inc.  
Les documents *MISSION NUTRITION* peuvent être reproduits en totalité sans permission à des fins éducatives seulement.  
\* © 2007, marque de commerce de Kellogg Company utilisée sous licence par Kellogg Canada Inc.

*Kellogg's*



Apprendre en s'amusant,  
une création des  
diététistes canadiennes

Le matériel didactique  
**MISSION NUTRITION\***  
destiné aux élèves de la  
maternelle au secondaire 2  
est offert en français et  
en anglais à  
[www.missionnutrition.ca](http://www.missionnutrition.ca)  
ou en appelant au  
1-888-876-3750.

*MISSION NUTRITION\** est un programme unique visant à favoriser l'acquisition de saines habitudes alimentaires, à promouvoir la pratique d'activités physiques et à assurer le développement d'une bonne estime de soi. Au moyen d'activités stimulantes et d'un ensemble de ressources conçues en fonction du programme scolaire, il permet aux élèves de la maternelle au secondaire 2 (8<sup>e</sup> année) d'explorer et d'acquiescer de bonnes habitudes de vie.

Conçu par des diététistes canadiennes avec le concours d'enseignants canadiens, le programme *MISSION NUTRITION\** est une initiative fondée sur un engagement envers la croissance et le développement sains des enfants.

### **MISSION NUTRITION\* : une nouvelle aventure**

Le programme *MISSION NUTRITION\** destiné aux élèves de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année présente trois charmants extraterrestres venus sur notre planète pour en apprendre plus sur une saine alimentation, l'activité physique et l'estime de soi. Ces personnages font partie intégrante du programme *MISSION NUTRITION\** puis qu'ils aident les élèves à réussir leur mission qui consiste à manger sainement, à être actifs et à se sentir bien dans leur peau.

### **Pour entreprendre le programme *MISSION NUTRITION\**, rien de plus simple**

D'abord, il suffit de remettre à chaque élève une copie de la présentation de l'équipe *MISSION NUTRITION\** (page 3). Faites-en la lecture à haute voix afin de préparer le terrain et éveiller l'intérêt des élèves pour ce grand voyage de découverte que vous entreprendrez ensemble. Suivez ensuite les plans de mission faciles à utiliser qui vous guideront dans la planification des leçons. Bonne *MISSION NUTRITION\**!

#### **Matériel de l'aventure *MISSION NUTRITION\****

**Page #**

☆ <b>Matériel didactique pour les enseignants</b> - Aperçu des principaux objectifs d'apprentissage et des matières à l'étude.....	2
☆ <b>Matériel destiné aux parents</b> - Lettre à photocopier incitant les parents et la famille à participer au projet.....	4
☆ <b>Plans de mission</b> - Guides de planification des leçons faciles à utiliser et présentant les activités à faire en classe.....	5
☆ <b>Missions des élèves</b> - Des fiches d'activités à photocopier à l'intention des élèves pour accompagner chacun des plans de mission.....	16
☆ <b>Notes de l'enseignant</b> - Information et ressources supplémentaires sur la nutrition.....	21
☆ <b>Grille d'évaluation</b> - Simple rubrique pour faciliter l'évaluation des élèves.....	Couverture arrière



Maternelle et 1<sup>re</sup> année  
**MATÉRIEL DIDACTIQUE**

Apprendre en s'amusant,  
une création des  
diététistes canadiennes

Le matériel didactique  
**MISSION NUTRITION**  
destiné aux élèves de la  
maternelle au secondaire 2  
est offert en français et  
en anglais à  
[www.missionnutrition.ca](http://www.missionnutrition.ca)  
ou en appelant au  
1-888-876-3750.

**OBJECTIFS DES MISSIONS**

**OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE**

**MATIÈRES À L'ÉTUDE**

**MISSION 1 - UN CORPS UNIQUE ET MERVEILLEUX**

Les élèves explorent les parties de leur corps, comprennent les nombreux changements physiques survenus depuis leur naissance et découvrent combien chaque personne est spéciale et unique!

1. Reconnaître que chaque personne est spéciale et unique.
2. Nommer les principales parties du corps et décrire leur fonction.
3. Repérer les changements physiques qui se sont produits depuis la naissance: notamment au niveau de la taille, de la pointure des chaussures, du poids, de la forme du corps, de la taille des vêtements, du cerveau, des cheveux, de la dentition.

- ☆ Langage
- ☆ Santé
- ☆ Arts
- ☆ Éducation physique

**MISSION 2 - BIEN MANGER POUR UNE JOURNÉE EN SANTÉ**

Les élèves se familiarisent avec les bonnes habitudes de tous les jours: alimentation saine, activité physique, petit déjeuner, hygiène dentaire, sommeil et repos.

1. Déterminer les habitudes quotidiennes favorisant la santé et la croissance (bien manger, faire des activités physiques, prendre un petit déjeuner, veiller à une bonne hygiène dentaire, dormir suffisamment).
2. Comprendre comment prendre soin de ses dents.

- ☆ Santé
- ☆ Arts
- ☆ Langage
- ☆ Éducation physique

**MISSION 3 - UNE ALIMENTATION SAINE POUR LE PLEIN D'ÉNERGIE**

Les élèves se familiarisent avec les bonnes habitudes alimentaires et apprennent que bien manger donne de l'énergie et contribue à la croissance, au développement intellectuel et au bien-être.

1. Reconnaître que les aliments nutritifs sont nécessaires pour avoir de l'énergie, grandir, apprendre et se sentir bien dans sa peau.
2. Reconnaître les bonnes habitudes alimentaires: par exemple, manger des aliments variés; un petit déjeuner, un dîner et un souper équilibrés; choisir des collations nutritives et boire de l'eau.

- ☆ Langage
- ☆ Santé
- ☆ Arts
- ☆ Éducation physique

**MISSION 4 - LE QUATUOR SANT... DONNE DES AILES**

Les élèves se familiarisent avec le *Guide alimentaire canadien*, apprennent à connaître les aliments des quatre groupes alimentaires et comment varier leurs collations.

1. Reconnaître l'arc-en-ciel et la variété des aliments présentés dans le Guide alimentaire canadien.
2. Déterminer les quatre groupes alimentaires du *Guide alimentaire canadien* et donner des exemples d'aliments pour chacun d'eux.
3. Savoir choisir des collations santé qui comprennent une variété d'aliments des quatre groupes alimentaires.

- ☆ Santé
- ☆ Langage
- ☆ Arts
- ☆ Mathématiques
- ☆ Éducation physique

**MISSION 5 - TROUVER DES ÉTIQUETTES DE PRODUITS ALIMENTAIRES**

Les élèves découvrent comment les étiquettes des produits alimentaires fournissent des renseignements importants pour s'alimenter sainement.

1. Comprendre que différents types d'aliments sont nécessaires pour la santé.
2. Savoir que les aliments sont classés en quatre groupes alimentaires.
3. Identifier les groupes alimentaires et donner des exemples d'aliments faisant partie de chaque groupe.
4. Reconnaître que les emballages de produits alimentaires donnent des renseignements importants pour s'alimenter sainement.

- ☆ Santé
- ☆ Langage
- ☆ Arts
- ☆ Éducation physique



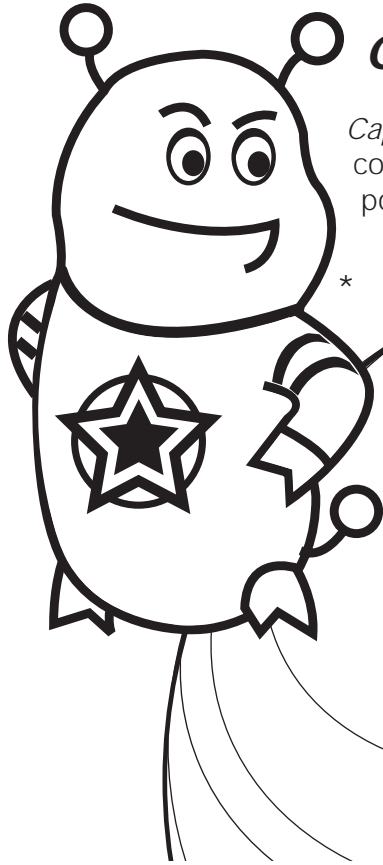
Apprendre en s'amusant,  
une création des  
diététistes canadiennes

## Voici l'équipe **MISSION NUTRITION\***

Un groupe d'extraterrestres appelés l'équipe *MISSION NUTRITION\** sont venus de l'espace pour en apprendre plus sur les Terriens. Ils veulent tout savoir sur nos habitudes, comment nous grandissons et comment nous évoluons. C'est pour trouver des réponses à leurs questions sur les êtres vivants de notre planète qu'ils ont entrepris ce long voyage depuis les coins les plus reculés de la galaxie. Ils aimeraient bien que nous les aidions dans leur recherche! Faisons maintenant connaissance avec nos héro:

### **CAPITAINE KIP\***

*Capitaine Kip\** est le chef de l'équipe *MISSION NUTRITION\**. Il a beaucoup de confiance en lui, il aime poser des questions et donner de l'information importante pour nous aider à réussir nos missions.



### **GLUBBER\***

*Glubber\** est toujours prêt à s'amuser... préparez-vous à rire! Il a le pouvoir magique de changer de forme et peut revêtir mille et une apparences pour nous guider et nous donner des indices qui nous aideront à réussir nos missions.



### **HANDY-BOT\***

Le *capitaine Kip\** et *Glubber\** ont construit le robot *Handy-Bot\** pour les aider dans leurs aventures. *Handy-Bot\** ne recule devant rien. Il adore apprendre de nouvelles choses et il est toujours prêt à proposer des outils pour faciliter une mission.

