



ALIMENTS ET NUTRITION  
DE LA 9<sup>e</sup> À LA 12<sup>e</sup> ANNÉE  
(CRÉDIT COMPLET)

Cadre manitobain des résultats  
d'apprentissage

Dans l'élaboration des résultats d'apprentissage, il a été présumé que les cours sont enseignés par des spécialistes du domaine; par conséquent, la terminologie et le langage utilisés dans ce cadre curriculaire sont propres au domaine d'expertise.



## ALIMENTS ET NUTRITION - 9<sup>e</sup> À LA 12<sup>e</sup> ANNÉE

Le domaine d'études sur les aliments et la nutrition offre aux élèves des possibilités d'explorer leurs relations avec les aliments d'une manière théorique et pratique susceptible d'améliorer leur santé et leur bien-être. Il fournit également des connaissances et des compétences qui ont une pertinence immédiate dans la vie des élèves ainsi que des applications à vie, personnellement, au sein des familles, dans leur collectivité et à l'échelle mondiale. Le but de ce domaine d'études est de faire en sorte que les élèves deviennent des consommateurs informés et des citoyens responsables.

### Niveaux de cours et attribution des crédits

Un élève peut obtenir un crédit en suivant et réussissant un cours d'études conçu pour une durée minimale de 110 heures.

0489 Aliments et nutrition (crédit complet)	10S 10A 10M 20S 20A 20M 30S 30A 30M 40S 40A 40M
--	--

**Spécialisé (S) :** Expériences éducatives dans des domaines spécialisés menant à d'autres études au-delà du secondaire (p. ex., apprentissage, collège, université).

**ALA (A) :** Expériences éducatives conçues pour mettre l'accent sur des buts d'apprentissage de l'anglais langue additionnelle (ALA) dans le contexte de la matière, d'après le niveau évalué de maîtrise de l'ALA de l'élève, et pour aider l'élève à faire la transition vers des programmes réguliers

du deuxième cycle du secondaire dans ce domaine. Un plan éducatif individuel ALA (PEI-ALA) doit être établi pour chaque élève.

**Modifié (M) :** Expériences éducatives destinées aux élèves ayant des déficiences cognitives importantes et pour lesquelles les résultats d'apprentissage du programme d'études provincial par matière ont été modifiés pour tenir compte des exigences d'apprentissage d'un élève, un plan éducatif individuel (PEI) est requis pour chaque élève.

### Descriptions du cours Aliments et nutrition - 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année

Chaque année d'études exige que les élèves acquièrent leur base de connaissances conceptuelles et leurs compétences. Certains résultats d'apprentissage seront semblables pour tous les niveaux; dans d'autres situations, chaque niveau s'appuiera sur les connaissances antérieures pour progresser d'une compréhension conceptuelle simple à une compréhension conceptuelle plus complexe. Les descriptions de cours ci-dessous indiquent la profondeur et l'étendue des études à chaque niveau.

Le cours **Aliments et nutrition - 9<sup>e</sup> année** est axé sur l'individu ainsi que sur les relations et les influences qui touchent les choix alimentaires. Les élèves examineront les principes fondamentaux de la nutrition et apprendront comment appliquer cette information à leur vie. Le cours permet aux élèves d'acquérir des compétences en manipulation sécuritaire et préparation des aliments dans un contexte pratique.

Le cours **Aliments et nutrition - 10<sup>e</sup> année** est axé sur l'individu au sein de l'unité familiale et sur l'influence du marketing et des médias sur les choix alimentaires familiaux. Les élèves comprendront bien les catégories de nutriments, les raisons pour lesquelles notre corps en a besoin et les aliments consommés pour la santé et le bien-être. Le cours offre aux élèves l'occasion de perfectionner leurs compétences en préparation alimentaire dans un contexte pratique.

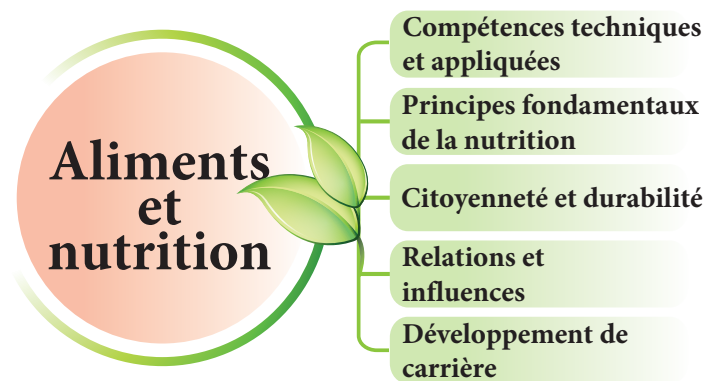
Le cours **Aliments et nutrition - 11<sup>e</sup> année** est axé sur l'individu dans sa collectivité et au Canada, notamment l'influence régionale sur nos choix alimentaires et nos pratiques personnelles. Les élèves apprendront à propos de la nourriture et de la production au Manitoba et examineront la disponibilité alimentaire au Manitoba. Les élèves analyseront la composition nutritionnelle des aliments et réfléchiront à leurs propres choix nutritionnels. Ce cours permet aux élèves d'appliquer leurs compétences en préparation alimentaire dans un contexte pratique.

Le cours **Aliments et nutrition - 12<sup>e</sup> année** présente un examen critique de l'individu en tant que citoyen responsable. Ce cours explorera les pratiques éthiques et durables en matière de production alimentaire et d'accès aux aliments. Les élèves examineront la sécurité alimentaire et les obstacles à la sécurité alimentaire pour tous. Les élèves étudieront des solutions à l'accessibilité alimentaire locale et mondiale. Ce cours permettra aux élèves d'appliquer leurs compétences en préparation alimentaire dans un contexte pratique.

Au Manitoba, le cours Aliments et nutrition du secondaire est présenté comme une série de buts.

1. **Compétences techniques et appliquées** : Les expériences d'apprentissage associées à ce but aideront les élèves à acquérir les connaissances et les compétences dont ils ont besoin pour créer des produits qui soutiennent les individus, les familles et les collectivités. Les élèves auront l'occasion d'explorer leurs idées grâce à des expériences pratiques dans un environnement sûr et positif.
2. **Principes fondamentaux de la nutrition** : Les expériences d'apprentissage associées à ce but aideront les élèves à acquérir les connaissances et les compétences dont ils ont besoin pour évaluer les connaissances en nutrition et acquérir une appréciation de la nourriture afin d'améliorer la santé et le bien-être des individus, des familles et des collectivités.
3. **Citoyenneté et durabilité** : Les expériences d'apprentissage associées à ce but aideront les élèves à acquérir les connaissances et les compétences dont ils ont besoin pour devenir des citoyens qui examinent de façon critique la qualité de vie des gens, à l'échelle locale, nationale et mondiale, dans le but d'apporter des changements positifs vers un avenir durable et équitable.
4. **Relations et influences** : Les expériences d'apprentissage associées à ce but aideront les élèves à acquérir les connaissances et les compétences dont ils ont besoin pour établir et entretenir des relations positives et pour comprendre les enjeux et les défis qui ont une incidence sur les individus, les familles et les collectivités.

5. **Développement de carrière** : Les expériences d'apprentissage associées à ce but aideront les élèves à acquérir les connaissances et les compétences nécessaires à une communication efficace, au travail d'équipe et au leadership qui contribuent à la réussite dans l'apprentissage, la vie et le travail.



## Terminologie

Commission de vérité et réconciliation du Canada (CVR). Les appels à l'action identifiaient **l'éducation pour la réconciliation** comme l'un des domaines d'intervention pour guérir des séquelles des pensionnats indiens et faire progresser le processus de réconciliation canadienne. Tous les cours traités dans *Écologie humaine, 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année* : *Cadre manitobain des résultats d'apprentissage* appuient la contribution d'Éducation et Formation Manitoba à la réconciliation. Pour de plus amples renseignements sur les appels à l'action de la CVR, voir [http://www.trc.ca/assets/pdf/Calls\\_to\\_Action\\_French.pdf](http://www.trc.ca/assets/pdf/Calls_to_Action_French.pdf).

Voici une explication de termes employés dans les résultats d'apprentissage qui pourraient ne pas être familiers ou nécessiter des précisions :

- **Aîné** : Chef spirituel qui possède des connaissances culturelles et traditionnelles, qui est représentatif de sa collectivité et vers qui les collectivités des Premières Nations, des Métis et des Inuits se tournent pour solliciter conseils et sagesse.
- **Gardien du savoir** : Les gardiens du savoir possèdent une connaissance clé du passé et du présent et sont en mesure de partager des enseignements sur les connaissances nouvelles et anciennes.
- **Autochtone** : Terme collectif utilisé pour décrire les premiers habitants du territoire avant le contact avec les Européens. Le terme ne fait pas seulement référence au passé, mais aussi à la société d'aujourd'hui, y compris la nation métisse dont l'origine remonte au premier contact avec les Européens. Au Canada, l'expression *peuples autochtones* comprend les Premières Nations, les Métis et les Inuits.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

9<sup>e</sup> année

10<sup>e</sup> année

11<sup>e</sup> année

12<sup>e</sup> année

**But 1** : Démontrer des compétences techniques et appliquées.

**RAG 1.1** : Démontrer l'application de pratiques sanitaires appropriées.

9.1.1.1 Identifier les pratiques d'hygiène personnelle et en démontrer l'application (p. ex., se laver les mains, attacher les cheveux vers l'arrière et porter les vêtements appropriés).

10.1.1.1 →

11.1.1.1 →

12.1.1.1 →

9.1.1.2 Identifier les pratiques d'une cuisine sanitaire et les appliquer (p. ex., respecter les normes d'hygiène établies : lavage de la vaisselle, séchage de la vaisselle, espace de travail propre).

10.1.1.2 →

11.1.1.2 →

12.1.1.2 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 1** : Démontrer des compétences techniques et appliquées. *(suite)*

**RAG 1.2** : Créer et maintenir un environnement de travail sécuritaire.

9.1.2.1 Identifier et manifester un comportement sécuritaire dans l'aire de travail.

10.1.2.1 →

11.1.2.1 →

12.1.2.1 →

9.1.2.2 Expliquer l'installation, la manipulation et l'utilisation sécuritaires des outils, de l'équipement, des appareils et des produits chimiques dans une cuisine, et en faire la démonstration.

10.1.2.2 →

11.1.2.2 →

12.1.2.2 →

9.1.2.3 Identifier des accidents courants en cuisine, et savoir comment y réagir adéquatement.

10.1.2.3 →

11.1.2.3 →

12.1.2.3 →

9.1.2.4 Nommer et décrire des mesures de sécurité préventives pour les situations dangereuses dans l'aire de préparation des aliments, et en faire la démonstration.

10.1.2.4 →

11.1.2.4 →

12.1.2.4 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 1** : Démontrer des compétences techniques et appliquées. (*suite*)

**RAG 1.3** : Démontrer des pratiques sécuritaires et hygiéniques de manipulation des aliments.

9.1.3.1 Identifier et démontrer des pratiques sécuritaires de manipulation des aliments.	10.1.3.1 →	11.1.3.1 →	12.1.3.1 →
9.1.3.2 Identifier des types courants de maladies d'origine alimentaire, leurs causes et leur prévention à la maison.	10.1.3.2 Examiner les types de maladies d'origine alimentaire, leurs causes et leur prévention à la maison ainsi que les responsabilités des détaillants et des fabricants.	11.1.3.2 Effectuer une recherche et appliquer sa compréhension des causes et des symptômes des maladies d'origine alimentaire dans le contexte du quotidien.	12.1.3.2 Analyser sa compréhension des maladies d'origine alimentaire en ce qui a trait à la sécurité alimentaire.
9.1.3.3 Appliquer les principes de salubrité des aliments (p. ex., nettoyer, cuire, refroidir, séparer).	10.1.3.3 →	11.1.3.3 →	12.1.3.3 →
		11.1.3.4 Décrire comment assurer la salubrité des aliments au moyen de pratiques d'achat, de préparation et d'entreposage appropriées.	12.1.3.4 Expliquer comment assurer la salubrité des aliments au moyen de pratiques d'achat, de préparation et d'entreposage appropriées.

La manipulation appropriée des aliments et la protection de la santé sont une priorité de votre école et de votre collectivité. La Section de la protection de la santé du Manitoba encourage les écoles à consulter leur inspecteur régional de la santé publique au moment de planifier l'utilisation de locaux et d'installations de préparation d'une manière qui diffère de leur vocation initiale. Vous pouvez communiquer avec la Section de la protection de la santé à l'adresse [protectiondelasante@gov.mb.ca](mailto:protectiondelasante@gov.mb.ca) pour s'assurer que l'utilisation prévue de l'espace est conforme aux exigences de la *Loi sur la santé publique*.



## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 1** : Démontrer des compétences techniques et appliquées. *(suite)*

**RAG 1.4** : Démontrer des compétences en littératie dans le domaine des aliments et de la nutrition.

9.1.4.1 Identifier des sources de recettes.	10.1.4.1 Sélectionner une ou plusieurs recettes selon des critères définis.	11.1.4.1 Comparer et contraster des recettes provenant de diverses sources pour en choisir une ou plusieurs selon des critères définis.	12.1.4.1 Évaluer des recettes provenant de diverses sources pour en sélectionner une ou plusieurs selon des critères définis.
9.1.4.2 Définir le vocabulaire et l'équipement de préparation des aliments employés dans une recette.	10.1.4.2 Démontrer la capacité d'utiliser le vocabulaire culinaire approprié pour la préparation des aliments.	11.1.4.2 →	12.1.4.2 →
9.1.4.3 Identifier différentes directions de la recette (p. ex., liste des ingrédients, directives, rendement, temps de préparation).	10.1.4.3 Décrire où trouver des détails essentiels dans une recette.	11.1.4.3 Démontrer la capacité de déterminer en un coup d'œil les détails essentiels d'une recette.	12.1.4.3 →
9.1.4.4 Démontrer la capacité de suivre une recette avec précision (p. ex., bonnes techniques de mesure, suivre étape par étape, utiliser correctement l'équipement).	10.1.4.4 →	11.1.4.4 →	12.1.4.4 →
9.1.4.5 Identifier les ingrédients essentiels d'une recette et ceux qui sont facultatifs.	10.1.4.5 Corriger ou adapter des recettes par des ajustements, corrections et substitutions.	11.1.4.5 →	12.1.4.5 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 1** : Démontrer des compétences techniques et appliquées. (*suite*)

**RAG 1.5** : Démontrer des compétences en numérotie s'appliquant aux aliments et à la nutrition.

9.1.5.1 Appliquer des compétences mathématiques correctement avec les unités de mesure métriques et impériales.	10.1.5.1 →	11.1.5.1 →	12.1.5.1 →
9.1.5.2 Convertir des mesures avec exactitude dans des tâches de préparation des aliments (p. ex., poids et volume).	10.1.5.2 →	11.1.5.2 →	12.1.5.2 →
	10.1.5.3 Calculer des mesures pour modifier le rendement d'une recette.	11.1.5.3 →	12.1.5.3 →
		11.1.5.4 Décrire des stratégies pour devenir un consommateur informé afin de réduire les coûts des aliments (p. ex., planification de menus, liste d'épicerie, type de magasin, budget, marketing, promotions et utilisation efficace des restes).	12.1.5.4 Appliquer des stratégies pour devenir un consommateur averti afin de réduire les coûts des aliments.
		11.1.5.5 Comparer les aliments frais, saisonniers, congelés et en conserve selon divers critères (p. ex., coût, goût, valeur nutritive et commodité).	12.1.5.5 Comparer et contraster, en fonction du coût et du goût, un produit alimentaire préparé à partir d'ingrédients de base, semi-préparé ou préparé commercialement.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 1** : Démontrer des compétences techniques et appliquées. *(suite)*

**RAG 1.6** : Démontrer une compréhension des notions de base et des compétences en préparation des aliments.

9.1.6.1 Décrire les fonctions de divers ingrédients (p. ex., farines, liquides, gras, œufs, agents de levage).

10.1.6.1 →

11.1.6.1 →

12.1.6.1 →

9.1.6.2 Démontrer des techniques sécuritaires et hygiéniques de préparation et de cuisson des aliments au moyen de technologies courantes et avancées pour obtenir un produit de qualité.

10.1.6.2 →

11.1.6.2 →

12.1.6.2 →

9.1.6.3 Réaliser une ou plusieurs recettes selon des critères définis, y compris de temps, pour obtenir un produit de qualité.

10.1.6.3 Réaliser un ou plusieurs repas de plusieurs recettes selon des critères définis, y compris de temps, pour obtenir un produit de qualité.

11.1.6.3 →

12.1.6.3 →

9.1.6.4 Planifier, préparer et servir un ou plusieurs aliments selon des critères définis comprenant la présentation.

10.1.6.4 →

11.1.6.4 →

12.1.6.4 →

9.1.6.5 Planifier, préparer et servir un ou plusieurs aliments qui respectent les recommandations nutritionnelles actuelles et qui s'inscrivent dans un plan alimentaire équilibré pour une santé optimale.

10.1.6.5 →

11.1.6.5 →

12.1.6.5 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 1 :** Démontrer des compétences techniques et appliquées. *(suite)*

**RAG 1.6 :** Démontrer une compréhension des notions de base et des compétences en préparation des aliments. *(suite)*

9.1.6.6 Planifier, préparer et servir un ou des aliments pour combler une carence nutritionnelle spécifique chez les adolescents canadiens.	10.1.6.6 Planifier, préparer et servir un ou des aliments pour combler une carence nutritionnelle spécifique dans un régime alimentaire canadien typique.	11.1.6.6 Planifier, préparer et servir un ou des aliments pour traiter une maladie liée à la nutrition.	12.1.6.6 Planifier, préparer et servir un ou des aliments pour combler une carence nutritionnelle spécifique dans différentes régions du monde.
9.1.6.7 Planifier, préparer et servir des aliments de différents pays à l'aide d'ingrédients, de techniques et d'équipement propres à la culture.	10.1.6.7 →	11.1.6.7 →	12.1.6.7 →
9.1.6.8 Évaluer et critiquer un ou des aliments ou une ou plusieurs recettes en fonction de critères définis.	10.1.6.8 →	11.1.6.8 →	12.1.6.8 →
		11.1.6.9 Planifier, préparer et servir des aliments en respectant un budget.	12.1.6.9 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 2 :** Démontrer une compréhension des principes fondamentaux de la nutrition.

**RAG 2.1 :** Acquérir une compréhension des nutriments.

9.2.1.1 Identifier les six classifications des nutriments et indiquer leurs sources et leurs fonctions dans le corps humain.

10.2.1.1 Identifier les six classifications de nutriments et leurs sous-catégories (p. ex., types de gras, types de glucides), et indiquer leurs sources et leurs fonctions dans le corps humain.

11.2.1.1 Étudier les carences et les excès en nutriments et leurs répercussions possibles sur la santé.

12.2.1.1 →

9.2.1.2 Identifier les carences et les excès courants en nutriments chez les adolescents canadiens.

10.2.1.2 Décrire des stratégies visant à prévenir les carences et les excès en nutriments dans le régime alimentaire canadien.

11.2.1.2 Examiner la relation entre le régime alimentaire et la maladie, y compris les régimes alimentaires spécialisés (p. ex., diabète, cœliaque, allergie alimentaire, intolérances).

12.2.1.2 Étudier les répercussions des carences et des excès en nutriments (p. ex., les répercussions physiques, émotionnelles et économiques) dans différentes régions du monde.

9.2.1.3 Identifier les messages clés et les recommandations dans les lignes directrices alimentaires canadiennes officielles (p. ex., versions du *Guide alimentaire canadien*, étiquettes nutritionnelles).

10.2.1.3 Expliquer les messages clés et les recommandations des lignes directrices alimentaires canadiennes officielles (p. ex., versions du *Guide alimentaire canadien*, étiquettes nutritionnelles).

11.2.1.3 Comparer l'application des messages clés et des recommandations des lignes directrices alimentaires canadiennes officielles à diverses cultures canadiennes.

12.2.1.3 Expliquer les différences entre les concepts sous-jacents et les recommandations de guides alimentaires du monde entier et de guides alimentaires conçus pour des groupes spéciaux.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 2 :** Démontrer une compréhension des principes fondamentaux de la nutrition. *(suite)*

**RAG 2.1 :** Acquérir une compréhension des nutriments. *(suite)*

9.2.1.4 Classer les aliments selon les principaux nutriments des groupes alimentaires des lignes directrices alimentaires canadiennes (p. ex., *Guide alimentaire canadien*).

10.2.1.4 Examiner la composition nutritive des aliments afin de déterminer pourquoi certains aliments sont regroupés dans des lignes directrices alimentaires canadiennes (p. ex. *Guide alimentaire canadien*).

11.2.1.4 Analyser l'apport alimentaire dans le contexte des recommandations des lignes directrices alimentaires canadiennes.

12.2.1.4 Critiquer les lignes directrices alimentaires canadiennes.

10.2.1.5 Examiner la relation entre les maladies liées à la nutrition (p. ex., diabète, cardiopathie) et l'état nutritionnel ainsi que d'autres facteurs (p. ex., hérédité, mode de vie, niveau d'activité).

11.2.1.5 Discuter de l'état nutritionnel des Canadiens et des facteurs d'influence.

12.2.1.5 Discuter de l'état nutritionnel des populations mondiales et des facteurs d'influence.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 2 :** Démontrer une compréhension des principes fondamentaux de la nutrition. *(suite)*

**RAG 2.2 :** Faire preuve de littératie alimentaire pour atteindre et maintenir un bon état de santé et de bien-être.

9.2.2.1 Dresser une liste de sources ou références fondées sur des données probantes pour des renseignements nutritionnels et des allégations santé (p. ex., Les diététistes du Canada, Santé Canada, universités).

10.2.2.1 Réaliser que les renseignements nutritionnels et les allégations santé peuvent être trompeuses et reconnaître les sources de renseignements nutritionnels fondées sur des données probantes.

11.2.2.1 Comparer et contraster les renseignements nutritionnels et les allégations santé de produits alimentaires pour déterminer si les allégations sont fondées sur des données probantes.

12.2.2.1 Évaluer si des renseignements nutritionnels et des allégations santé sont fondées sur des données probantes.

9.2.2.2 Identifier l'information nutritionnelle sur l'emballage (p. ex., tableau de la valeur nutritive, liste des ingrédients, allégations nutritionnelles).

10.2.2.2 Évaluer les renseignements nutritionnels sur l'emballage par rapport aux besoins nutritionnels quotidiens.

11.2.2.2 Comparer des aliments à partir des renseignements nutritionnels sur l'emballage pour déterminer les choix plus sains.

12.2.2.2 Analyser une recette pour en établir le contenu nutritionnel et la comparer à un aliment préparé similaire.

9.2.2.3 Faire la distinction entre différentes tailles de portion (p. ex., *Guide alimentaire canadien* et tableau de la valeur nutritive).

10.2.2.3 Comparer l'apport alimentaire de différentes tailles de portion (p. ex., *Guide alimentaire canadien* et tableau de la valeur nutritive).

11.2.2.3 →

12.2.2.3 →

9.2.2.4 Définir la densité nutritionnelle en lien avec des choix sains (p. ex., pomme ou barre de chocolat; farine blanche ou farine à grains entiers).

10.2.2.4 →

11.2.2.4 Calculer la composition nutritionnelle d'un aliment ou d'une recette.

12.2.2.4 Évaluer des recettes et recommander des ajouts ou des substitutions pour accroître la valeur nutritionnelle.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 2 :** Démontrer une compréhension des principes fondamentaux de la nutrition. (*suite*)

**RAG 2.3 :** Acquérir une compréhension de la relation entre les choix alimentaires et la santé et le bien-être.

Les enseignants sont invités à consulter des ressources supplémentaires ou d'autres professionnels pour mettre en œuvre ces résultats, car il faut les aborder avec sensibilité.

9.2.3.1 Identifier et expliquer les facteurs nécessaires pour maintenir la santé par l'alimentation.	10.2.3.1 Évaluer des facteurs permettant de maintenir la santé des adolescents par l'alimentation.	11.2.3.1 Évaluer des influences personnelles pour optimiser la santé par l'alimentation.	12.2.3.1 Évaluer des influences de la communauté pour optimiser la santé par l'alimentation.
9.2.3.2 Identifier des aliments et boissons sources de stimulants (p. ex., caféine) et de dépresseurs (p. ex., alcool).	10.2.3.2 →	11.2.3.2 Examiner les effets des stimulants (p. ex., caféine) et des dépresseurs (p. ex., alcool) sur la santé mentale et physique.	12.2.3.2 Analyser les effets des stimulants (p. ex., caféine) et des dépresseurs (p. ex., alcool) sur la santé mentale et physique.
9.2.3.3 Expliquer le bilan énergétique et les facteurs qui déterminent les besoins énergétiques (p. ex., âge, taille et grosseur, sexe, niveau d'activité physique).	10.2.3.3 →	11.2.3.3 Expliquer le concept de bilan énergétique, la façon de l'équilibrer grâce aux choix alimentaires et les défis à relever pour un bilan énergétique adéquat (p. ex., facteurs biologiques, sociaux, émotionnels).	12.2.3.3 →



## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 2 :** Démontrer une compréhension des principes fondamentaux de la nutrition. *(suite)*

**RAG 2.3 :** Acquérir une compréhension de la relation entre les choix alimentaires et la santé et le bien-être. *(suite)*

9.2.3.4 Comparer le contenu nutritionnel de la restauration rapide, des collations et des boissons.

10.2.3.4 Comparer les avantages et les inconvénients de la restauration rapide, des collations et des boissons (p. ex., coût, santé, temps).

11.2.3.4 Comparer les avantages et les inconvénients de la restauration rapide, des collations et des boissons à leurs équivalents maison (p. ex., coût, santé, temps).

12.2.3.4 →

9.2.3.5 Décrire des tendances technologiques actuelles et futures en matière d'aliments et de nutrition.

10.2.3.5 Examiner des tendances technologiques actuelles et futures en matière d'aliments et de nutrition.

11.2.3.5 Évaluer des tendances actuelles et futures en matière d'aliments et de nutrition en fonction de leurs avantages réels ou apparents pour les consommateurs canadiens.

12.2.3.5 Évaluer des tendances actuelles et futures en matière d'aliments et de nutrition en fonction de leurs avantages réels ou apparents pour les populations mondiales.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

9 <sup>e</sup> année	10 <sup>e</sup> année	11 <sup>e</sup> année	12 <sup>e</sup> année
<p><b>But 3 :</b> Démontrer une compréhension de la citoyenneté et de la durabilité.</p> <p><b>RAG 3.1 :</b> Explorer des enjeux de sécurité alimentaire et de justice sociale.</p>			
<p>9.3.1.1 Définir la hiérarchie des besoins de Maslow et son lien avec la sécurité alimentaire.</p>	<p>10.3.1.1 →</p>	<p>11.3.1.1 →</p>	<p>12.3.1.1 →</p>
<p>9.3.1.2 Définir la sécurité alimentaire aux niveaux individuel, familial et communautaire.</p>	<p>10.3.1.2 Reconnaître la sécurité alimentaire aux niveaux individuel, familial et communautaire.</p>	<p>11.3.1.2 →</p>	<p>12.3.1.2 Reconnaître la sécurité alimentaire au niveau communautaire et mondial.</p>
<p>9.3.1.3 Identifier les composantes de la sécurité alimentaire individuelle et du ménage (soit disponibilité, accessibilité, suffisance, acceptabilité).</p>	<p>10.3.1.3 Discuter de facteurs qui influent sur la sécurité alimentaire de l'individu et du ménage (p. ex., choix de magasinage, transport, coût, disponibilité, emplacement rural, urbain ou nordique) et les réponses communautaires (p. ex., banques alimentaires, soupes populaires, caisses d'aliments de base).</p>	<p>11.3.1.3 →</p>	<p>12.3.1.3 Évaluer des facteurs qui influent sur la disponibilité des aliments à l'échelle communautaire (p. ex., aliments locaux, programme de partage des fruits, jardins communautaires) et mondiale (p. ex., catastrophes naturelles, économie, enjeux politiques et colonisation).</p>

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 3** : Démontrer une compréhension de la citoyenneté et de la durabilité. *(suite)*

**RAG 3.1** : Explorer des enjeux de sécurité alimentaire et de justice sociale. *(suite)*

9.3.1.4 Décrire les tendances actuelles et futures en matière d'alimentation et de nutrition (p. ex., pratiques agricoles pour une production alimentaire éthique, relation entre les choix alimentaires et la justice sociale).

10.3.1.4 →

11.3.1.4 Expliquer les divers facteurs qui menacent la sécurité alimentaire au Canada (p. ex., pauvreté, éloignement, sensibilisation à la nutrition, accès à l'eau potable, déserts alimentaires, incapacité de préparer la nourriture, accès aux fruits et légumes frais).

11.3.1.5 Évaluer des tendances actuelles et futures en matière d'aliments et de nutrition en fonction de leurs avantages réels ou apparents pour les consommateurs canadiens.

12.3.1.4 Expliquer les divers facteurs qui menacent la sécurité alimentaire mondiale (p. ex., pauvreté, éloignement, sensibilisation à la nutrition, accès à l'eau potable, déserts alimentaires, incapacité de préparer la nourriture, accès aux fruits et légumes frais).

12.3.1.5 Évaluer des tendances actuelles et futures en matière d'aliments et de nutrition en fonction de leurs avantages réels ou apparents pour les populations mondiales.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

9 <sup>e</sup> année	10 <sup>e</sup> année	11 <sup>e</sup> année	12 <sup>e</sup> année
<b>But 3</b> : Démontrer une compréhension de la citoyenneté et de la durabilité. <i>(suite)</i>			
<b>RAG 3.2</b> : Explorer les pratiques de production et de consommation alimentaires durables.			
9.3.2.1 Discuter de pratiques personnelles qui réduisent l'impact environnemental de la production et de la consommation d'aliments.	10.3.2.1 Examiner des pratiques personnelles qui réduisent l'impact environnemental de la production et de la consommation d'aliments.	11.3.2.1 Effectuer une recherche sur des pratiques canadiennes qui réduisent l'impact environnemental de la production et de la consommation d'aliments.	12.3.2.1 →
9.3.2.2 Reconnaître les habitudes de consommation alimentaire individuelle et leur incidence sur les déchets et emballages alimentaires.	10.3.2.2 →	11.3.2.2 Examiner des modèles de consommation alimentaire communautaire et leur incidence sur les déchets et emballages alimentaires.	12.3.2.2 Étudier la portée et l'impact mondiaux des déchets et emballages alimentaires.
9.3.2.3 Étudier la production alimentaire au Manitoba.	10.3.2.3 Examiner les aliments et les produits alimentaires et leurs origines, notamment ceux du Manitoba et du Canada.	11.3.2.3 Analyser l'impact des pratiques et des technologies de production alimentaire sur l'environnement et la santé humaine.	12.3.2.3 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 4 :** Démontrer une compréhension des relations et des influences entourant les choix alimentaires.

**RAG 4.1 :** Acquérir une compréhension des influences sur les choix alimentaires.

Les enseignants sont invités à consulter des ressources supplémentaires, des Aînés ou des gardiens du savoir lorsqu'ils réalisent les résultats d'apprentissage autochtones dans le cadre des protocoles traditionnels. Voir l'annexe 2.

9.4.1.1 Identifier les facteurs qui influencent les choix alimentaires personnels (p. ex., nutritionnels, culturels, émotionnels, environnementaux, religieux, sociaux, éthiques et économiques).	10.4.1.1 Étudier les facteurs médiatiques et de marketing qui influencent les choix alimentaires personnels.	11.4.1.1 →	12.4.1.1 →
9.4.1.2 Identifier divers modes de vie alimentaires (p. ex., végétarien).	10.4.1.2 Explorer divers modes de vie alimentaires et les raisons pour lesquelles les gens les choisissent.	11.4.1.2 Évaluer comment divers modes de vie et tendances alimentaires peuvent influencer sur la santé globale d'une personne.	12.4.1.2 →
9.4.1.3 Décrire des aliments provenant de diverses cultures au Canada (p. ex., rouleaux de printemps, riz frit, dhal, riz sauvage).	10.4.1.3 Comparer différentes formes d'aliments dans des régimes alimentaires de la diversité canadienne (p. ex., pérogie, wonton, ravioli, empanada, samosa).	11.4.1.3 Identifier les origines et le développement des traditions alimentaires de cuisines de la diversité canadienne.	12.4.1.3 Examiner diverses cuisines et pratiques alimentaires mondiales (p. ex., étiquette à table, aliments de base, pratiques religieuses, heure du jour pour les repas, nombre de repas par jour).

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

9<sup>e</sup> année

10<sup>e</sup> année

11<sup>e</sup> année

12<sup>e</sup> année

**But 4 :** Démontrer une compréhension des relations et des influences entourant les choix alimentaires. (*suite*)

**RAG 4.1 :** Acquérir une compréhension des influences sur les choix alimentaires. (*suite*)

10.4.1.4 Identifier les aliments consommés traditionnellement par les peuples autochtones du Manitoba (p. ex., baies, poisson, orignal, courge) et les effets de la colonisation sur les choix alimentaires.

11.4.1.4 Étudier les traditions et protocoles alimentaires des peuples autochtones du Manitoba et les effets de la colonisation sur les choix alimentaires.

12.4.1.4 Comparer les pratiques alimentaires des peuples autochtones du Manitoba avec celles d'autres peuples autochtones du Canada et examiner les effets de la colonisation sur les choix alimentaires.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 4 :** Démontrer une compréhension des relations et des influences entourant les choix alimentaires. *(suite)*

**RAG 4.2 :** Acquérir une compréhension d'une relation saine à l'alimentation.

Les enseignants sont invités à consulter des ressources supplémentaires ou d'autres professionnels pour mettre en œuvre ces résultats d'apprentissage, car il faut les aborder avec sensibilité.

9.4.2.1 Définir un corps en santé en sachant que les corps en santé se présentent sous des formes et des tailles différentes.

10.4.2.1 →

11.4.2.1 Déterminer les facteurs qui mènent à un corps en santé en sachant que les corps en santé se présentent sous des formes et des tailles différentes (p. ex., hérédité, maladie, affection médicale).

12.4.2.1 →

9.4.2.2 Déterminer des stratégies pour développer et maintenir une image corporelle positive (p. ex., sociale et psychologique).

10.4.2.2 →

11.4.2.2 →

12.4.2.2 →

9.4.2.3 Reconnaître la nécessité d'adopter des habitudes alimentaires et des attitudes positives à l'égard de la nourriture (p. ex., aspects sociaux de l'alimentation, saut de repas, attention aux signaux de faim et de soif).

10.4.2.3 Démontrer une compréhension de la nécessité d'adopter des habitudes alimentaires et des attitudes positives à l'égard de la nourriture.

11.4.2.3 Démontrer une compréhension de ses habitudes alimentaires personnelles et décrire des stratégies pour adopter et maintenir des habitudes alimentaires et des attitudes positives à l'égard de la nourriture.

12.4.2.3 Analyser des stratégies pour adopter et maintenir des habitudes alimentaires et des attitudes positives à l'égard de la nourriture.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

9 <sup>e</sup> année	10 <sup>e</sup> année	11 <sup>e</sup> année	12 <sup>e</sup> année
<b>But 4 :</b> Démontrer une compréhension des relations et des influences entourant les choix alimentaires. <i>(suite)</i>			
<b>RAG 4.2 :</b> Acquérir une compréhension d'une relation saine à l'alimentation. <i>(suite)</i>			
9.4.2.4 Identifier des habitudes alimentaires troubles et la relation entre le bien-être physique et mental.	10.4.2.4 Comparer et contraster des habitudes alimentaires troubles (y compris les troubles de l'alimentation) et des habitudes alimentaires saines, et leurs effets sur le bien-être physique et mental.	11.4.2.4 Reconnaître les signes et symptômes d'habitudes alimentaires troubles et déterminer les soutiens en santé mentale disponibles dans la collectivité.	12.4.2.4 →
9.4.2.5 Reconnaître l'incidence du bien-être physique et mental sur des habitudes alimentaires saines.	10.4.2.5 Examiner la relation entre le bien-être physique et mental et des habitudes alimentaires saines.	11.4.2.5 →	12.4.2.5 →



## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 5 :** Démontrer une compréhension du développement de carrière et des compétences requises.

**RAG 5.1 :** Démontrer ses compétences personnelles et sociales.

**Remarque :** Les RAG 5.1 à 5.5 doivent être intégrés tout au long du cours sur les aliments et la nutrition et ne sont pas envisagés comme une unité d'étude.

9.5.1.1 Démontrer une compréhension des autres et de leurs perspectives.	10.5.1.1 →	11.5.1.1 →	12.5.1.1 →
9.5.1.2 Communiquer efficacement avec les autres.	10.5.1.2 →	11.5.1.2 →	12.5.1.2 →
9.5.1.3 Participer de façon positive.	10.5.1.3 →	11.5.1.3 →	12.5.1.3 →
9.5.1.4 Se montrer responsable de ses actes.	10.5.1.4 →	11.5.1.4 →	12.5.1.4 →
9.5.1.5 Écouter pour comprendre et apprendre.	10.5.1.5 →	11.5.1.5 →	12.5.1.5 →
9.5.1.6 Favoriser son épanouissement personnel grâce à l'apprentissage continu.	10.5.1.6 →	11.5.1.6 →	12.5.1.6 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 5 :** Démontrer une compréhension du développement de carrière et des compétences requises. *(suite)*

**RAG 5.2 :** Faire preuve de capacité de réflexion et de prise de décision.

9.5.2.1 Expliquer sa réflexion aux autres d'une manière claire, précise, logique et complète.	10.5.2.1 →	11.5.2.1 →	12.5.2.1 →
9.5.2.2 Utiliser la réflexion innovatrice dans la prise de décision.	10.5.2.2 →	11.5.2.2 →	12.5.2.2 →
9.5.2.3 Comparer et contraster des approches courantes de la prise de décision.	10.5.2.3 →	11.5.2.3 →	12.5.2.3 →
9.5.2.4 Déterminer les facteurs qui influent sur la prise de décision.	10.5.2.4 →	11.5.2.4 →	12.5.2.4 →
9.5.2.5 Distinguer les faits des opinions pour prendre des décisions efficaces.	10.5.2.5 →	11.5.2.5 →	12.5.2.5 →
9.5.2.6 Prédire et analyser le résultat d'une décision.	10.5.2.6 →	11.5.2.6 →	12.5.2.6 →
9.5.2.7 Appliquer des stratégies décisionnelles à l'apprentissage, à la vie et au travail.	10.5.2.7 →	11.5.2.7 →	12.5.2.7 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 5 :** Démontrer une compréhension du développement de carrière et des compétences requises. *(suite)*

**RAG 5.3 :** Démontrer des aptitudes au travail d'équipe.

9.5.3.1 Démontrer la capacité de travailler de façon autonome et en collaboration en tant que membre de l'équipe.

10.5.3.1 →

11.5.3.1 →

12.5.3.1 →

9.5.3.2 Élaborer des stratégies pour établir des relations de travail positives et respectueuses avec tous les membres de l'équipe.

10.5.3.2 →

11.5.3.2 →

12.5.3.2 →

9.5.3.3 Reconnaître et prendre en compte les opinions et les contributions des membres de l'équipe afin d'établir un consensus pour atteindre les buts individuels et d'équipe.

10.5.3.3 →

11.5.3.3 →

12.5.3.3 →

9.5.3.4 Utiliser diverses stratégies pour résoudre les conflits de façon pacifique et équitable dans le respect des autres.

10.5.3.4 →

11.5.3.4 →

12.5.3.4 →

9.5.3.5 Collaborer avec les autres pour établir et déterminer les rôles, les buts et les responsabilités des membres individuels et de l'équipe.

10.5.3.5 →

11.5.3.5 →

12.5.3.5 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 5 :** Démontrer une compréhension du développement de carrière et des compétences requises. *(suite)*

**RAG 5.4 :** Démontrer des compétences en gestion de projet.

9.5.4.1 Définir, décrire, coordonner, exécuter, évaluer, analyser et réfléchir à un projet individuel ou collectif.

10.5.4.1 →

11.5.4.1 →

12.5.4.1 →

9.5.4.2 Faire preuve de souplesse, d'adaptabilité et de résilience, individuellement et collectivement, au cours du processus du projet, et savoir s'adapter à des situations nouvelles et en évolution.

10.5.4.2 →

11.5.4.2 →

12.5.4.2 →

9.5.4.3 Déterminer les compétences et les stratégies requises pour un projet indépendant ou collectif (p. ex., communication, leadership, compétences organisationnelles, travail d'équipe, aptitudes sociales).

10.5.4.3 →

11.5.4.3 →

12.5.4.3 →

9.5.4.4 Identifier et évaluer les compétences transférables après avoir mené à bien un projet individuel ou collectif.

10.5.4.4 →

11.5.4.4 →

12.5.4.4 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 5 :** Démontrer une compréhension du développement de carrière et des compétences requises. *(suite)*

**RAG 5.4 :** Démontrer des compétences en gestion de projet. *(suite)*

9.5.4.5 Réfléchir aux compétences personnelles et aux stratégies élaborées ainsi qu'à leur application à l'apprentissage, à la vie et au travail.

10.5.4.5 →

11.5.4.5 →

12.5.4.5 →

**RAG 5.5 :** Explorer des carrières liées à l'alimentation et à la nutrition.

9.5.5.1 Démontrer une compréhension des possibilités de carrière liées à l'alimentation et à la nutrition (p. ex., marketing, accueil, production, industrie, technologie, science, santé publique et éducation).

10.5.5.1 Identifier les possibilités d'emploi liées à l'alimentation et à la nutrition dans leur communauté.

11.5.5.1 Comparer les différences entre le travail, les emplois, les professions et les carrières en lien avec l'alimentation et la nutrition.

12.5.5.1 Déterminer en quoi l'entrepreneuriat diffère du travail pour un employeur dans le domaine de l'alimentation et de la nutrition.

9.5.5.2 Déterminer comment les intérêts, les connaissances, les compétences, les valeurs et les attitudes se rapportent au travail.

10.5.5.2 Démontrer une compréhension de la façon dont les intérêts, les connaissances, les compétences, les valeurs et les attitudes sont transférables à divers rôles professionnels.

11.5.5.2 Élaborer des critères pour comparer les professions dans le domaine de l'alimentation et de la nutrition (p. ex., compétences, intérêts, valeurs, style personnel, antécédents familiaux, modes de vie et buts).

12.5.5.2 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

9<sup>e</sup> année

10<sup>e</sup> année

11<sup>e</sup> année

12<sup>e</sup> année

**But 5 :** Démontrer une compréhension du développement de carrière et des compétences requises. *(suite)*

**RAG 5.5 :** Explorer des carrières liées à l'alimentation et à la nutrition. *(suite)*

11.5.5.3 Étudier et découvrir des possibilités de carrière dans le domaine de l'alimentation et de la nutrition qui correspondent à des intérêts professionnels personnels.

12.5.5.3 Comparer et contraster le plan d'études requis pour diverses carrières dans le domaine de l'alimentation et de la nutrition.

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 5 :** Démontrer une compréhension du perfectionnement professionnel et des compétences requises. *(suite)*

**RAG 5.6 :** Appliquer l'apprentissage à une expérience de stage (facultatif).

Les élèves ont la capacité de participer à un apprentissage expérientiel dans un milieu supervisé pour un stage d'une durée maximale de 20 heures dans le cadre de ce cours donnant droit à un crédit complet. L'enseignant doit visiter régulièrement les élèves au lieu de travail.

Éducation et Formation Manitoba assume la responsabilité de la protection contre les accidents du travail pour tous les élèves en formation professionnelle. Chaque programme doit être inscrit auprès du Ministère avant la mise en œuvre de toute phase d'un programme d'apprentissage expérientiel axé sur la préparation à la carrière. Pour plus amples renseignements, voir <https://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/ate/index.html>.

Selon le placement, les élèves peuvent être tenus de fournir certains documents avant d'être admis à un stage (p. ex., vérification du casier judiciaire en vue du travail auprès de personnes vulnérables, formation accréditée des préposés à la manipulation des aliments).

9.5.6.1 Utiliser diverses sources pour déterminer les possibilités de stage locales.	10.5.6.1 →	11.5.6.1 →	12.5.6.1 →
9.5.6.2 Appliquer les connaissances acquises durant ce cours à une occasion de stage.	10.5.6.2 →	11.5.6.2 →	12.5.6.2 →
9.5.6.3 Travailler en collaboration, consciencieusement et en toute sécurité pour accomplir toutes les tâches attribuées.	10.5.6.3 →	11.5.6.3 →	12.5.6.3 →
9.5.6.4 Utiliser efficacement des stratégies de conciliation travail-vie personnelle et des techniques de gestion du stress.	10.5.6.4 →	11.5.6.4 →	12.5.6.4 →

## 0489 Aliments et nutrition (crédit complet)

**9<sup>e</sup> année**

**10<sup>e</sup> année**

**11<sup>e</sup> année**

**12<sup>e</sup> année**

**But 5 :** Démontrer une compréhension du développement de carrière et des compétences requises. *(suite)*

**RAG 5.6 :** Appliquer l'apprentissage à une expérience de stage (facultatif). *(suite)*

9.5.6.5 Agir de façon éthique dans le cadre de la préparation et de l'expérience du stage, notamment en conformité des politiques, procédures et lois provinciales.	10.5.6.5 →	11.5.6.5 →	12.5.6.5 →
9.5.6.6 Acquérir des connaissances sur le travail en observant ou en aidant d'autres employés et en accomplissant les tâches attribuées.	10.5.6.6 →	11.5.6.6 →	12.5.6.6 →
9.5.6.7 Tenir et présenter des dossiers, des rapports ou des comptes rendus de réflexion exacts.	10.5.6.7 →	11.5.6.7 →	12.5.6.7 →