|  |  |
| --- | --- |
| **Défi** | **Éliminez le gluten**  |
| **Question centrale** | **Comment pouvez-vous créer un menu sans gluten qui est équilibré, nutritif et délicieux?**  | **Tempsalloué** | **20 heures** |
| **Les treize résultats d’apprentissage des FCT doivent être abordés dans ce défi.** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Description du défi** | Les élèves créeront et modifieront des recettes exemptes de produits contenant du gluten (blé, seigle, avoine et orge) et les présenteront à un jury. |
| **Scénario** | Pouvez-vous imaginer comment vous vous sentiriez si vous ne pouviez pas manger 80 % des sortes de nourriture offertes au restaurant, au cinéma ou à l'épicerie? Pour certaines personnes, c'est une réalité. Vous devrez créer un menu constitué de collations et de repas que tout le monde peut manger et les essayer en classe. Votre groupe sera chargé de rédiger une lettre administrative invitant les membres du jury (qui sont des membres du grand public) et de leur présenter vos aliments principaux. |
| **Domaines professionnels** | **AFFAIRES** |
| [ ]  Entreprise et innovation[ ]  Gestion des finances | [ ]  Gestion et markéting[ ]  Informatique | [ ]  Réseautage[ ]  Traitement de l’information |
| **COMMUNICATION** |
| [ ]  Design | [ ]  Mode | [x]  Technologies des communications |
| **RESSOURCES** |
| [ ]  Agriculture[ ]  Faune | [ ]  Foresterie[ ]  Gérance environnementale | [ ]  Ressources primaires |
| **SERVICES SOCIAUX** |
| [x]  Alimentation[ ]  Animation de loisirs[ ]  Droit | [ ]  Esthétique[ ]  Soins esthétiques[ ]  Services de soins communautaires | [x]  Services sociaux[ ]  Services de soins de santé[ ]  Tourisme |
| **TECHNOLOGIE** |
| [ ]  Construction[ ]  Électrotechnologies  | [ ]  Fabrication[ ]  Logistique | [ ]  Mécanique |
| **Habiletés associées à ce domaine professionnel** | **Technologies des communications :*** Choisir les méthodes et les outils qui conviennent pour communiquer un message
* Employer un langage convenable et respectueux dans la communication
* Adopter des pratiques favorisant la santé et la sécurité (posture, conception ergonomique)
* Assurer la sécurité des pièces d'équipement, des logiciels, des fournitures et des gens

**Alimentation :*** Rédiger et évaluer des recettes
* Connaitre et appliquer les pratiques sécuritaires et sanitaires
* Savoir utiliser les appareils et les ustensiles de cuisine de façon sécuritaire et correcte
* Respecter les mesures
* Choisir des aliments en fonction du [Guide alimentaire canadien](http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-fra.php)
	+ Comprendre [le tableau de valeur nutritive](http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/label-etiquet/nutrition/cons/index-fra.php)
* [Reconnaitre les portions](http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/track-suivi/index-fra.php)
* Employer la terminologie de base
* Utiliser les techniques de coupe

**Services sociaux :*** Analyser les choix alimentaires et leurs répercussions sur la santé et le bienêtre
* Évaluer les dimensions du bienêtre et les facteurs qui influent sur le bienêtre personnel
* Gérer de l’information
 |
| **Questions de sécurité et préoccupations environnementales** | * La citoyenneté numérique
* [Passeport pour Internet : Un tutoriel de maitrise du Web destiné aux élèves](http://habilomedias.ca/jeux/passeport-pour-internet)
* L’hygiène et salubrité des aliments
* [Soyez prudents avec les aliments](http://befoodsafe.ca/fr/be-food-safe/)
* [GUIDE des bonnes pratiques d’hygiène et de salubrité alimentaires](http://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Publications/Guidemanipulateur5.pdf)
* [Mes aliments, j’en prends soin!](http://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Coindesjeunes/MesAliments/Pages/Accueil.aspx)
* Les techniques de coupe devant être utilisées
* [Comment utiliser des couteaux?](https://www.youtube.com/watch?v=T9m8f0fPDi0)
* [Comment découper des légumes?](https://www.youtube.com/watch?v=JELZvLpCJU4)
* [Comment utiliser le couteau du chef?](http://blogue.passeportsante.net/chefnutritionniste/2010/09/comment_utiliser_le_couteau_du.php)
* [Comment réaliser de belles coupes de légumes](http://video.recettes.qc.ca/1750084743001/comment_r_aliser_de_belles_coupes_de_l_gumes)
* Pas de chahut dans la cuisine
* L’ergonomie et la prévention des accidents
* [Capsules de prévention en cuisine](http://www.restaurateurs.ca/?page_id=109)
* [La sécurité dans la cuisine : liste des situations à risques et solutions pratiques](http://www.vivreenaidant.fr/am%C3%A9nagement/maison/cuisine/la-s%C3%A9curit%C3%A9-dans-la-cuisine-liste-des-situations-%C3%A0-risques-et-solutions)
* [Conseils de sécurité dans la cuisine](http://www.divine.ca/fr/art-de-vivre/articles/c_17_i_3889/conseils-de-securite-dans-la-cuisine-1.html)
* [Conseils pour l’ergonomie devant l’ordinateur.wmv](https://www.youtube.com/watch?v=2GhFOH8xUEo)
* [CONSEILS ERGONOMIQUES pour le travail à l’ordinateur](http://www.csst.qc.ca/publications/500/Documents/DC_500_114_web1.pdf)
* Assurer la sécurité du matériel, des logiciels, des fournitures et du travail personnel

**En tout temps, il faut respecter les exigences de l’école ou de l’autorité scolaire en ce qui a trait à la sécurité.** |
| **Niveau scolaire** | [ ]  5e [x]  6e [ ]  7e [ ]  8e [ ]  9e |
| **Apprentissage interdisciplinaire** | **MATIÈRES** |
| [ ]  Beaux-arts[ ]  Éducation physique[ ]  English Language Arts[ ]  Enseignement de l'anglais aux élèves francophones  | [ ]  Études sociales[x]  Français[x]  French Language Arts | [x]  Mathématiques[ ]  Éducation religieuse[x]  Santé et préparation pour la vie[ ]  Sciences |

Les adresses de sites Web pour ce défi sont fournies à titre indicatif pour suggérer des idées pouvant être utiles pour l’enseignement et l’apprentissage. C’est à l’utilisateur qu’il incombe d’évaluer ces ressources.