

CAPABLE. CONFIANT. CURIEUX.

Des principes à la pratique : Vraies idées. Vraies histoires. Vrais apprentissages.

Concepts du cadre

Capable, confiant et curieux – Cadre pédagogique pour l'apprentissage des jeunes enfants en Nouvelle-Écosse souligne l'importance des relations sensibles aux besoins, des milieux qui reflètent les identités des enfants et des pratiques qui favorisent leur agentivité. En prêtant attention aux signes des enfants, en offrant des choix et en créant des routines calmes et respectueuses, notamment pendant les repas, les éducatrices et éducateurs facilitent l'apprentissage des enfants.

L'alimentation sensible aux besoins représente une façon dont les éducateurs et éducatrices peuvent mettre ces principes en action. Ils et elles prennent les décisions sur quoi, quand et où les aliments sont offerts, tandis que les décisions sur les portions, les aliments précis et le fait de manger ou pas sont prises par les enfants. Une telle approche favorise l'autonomie, l'exploration et une relation positive avec la nourriture, tout en créant des possibilités importantes de conversation et de connexion.

Le langage et l'alimentation

Les heures de repas sont bien plus que des moments où on mange; elles représentent des occasions de renforcer le langage, les relations et l'autonomie. Dans un milieu d'alimentation sensible aux besoins, les éducatrices et éducateurs favorisent la capacité des enfants à se réguler en créant des routines calmes et respectueuses et en animant des conversations positives et sociales qui ne se limitent pas à la nourriture.

Parler de la nourriture à l'aide d'un langage neutre, encourager les enfants à partager des histoires et utiliser un vocabulaire riche sont toutes des stratégies qui favorisent la littératie. Ces moments aident les enfants à développer le langage oral, la compréhension et la confiance, des éléments fondamentaux de la communication et de l'apprentissage.

Pour en savoir plus, voir la partie A, numéro 7.0: Une alimentation sensible aux besoins dans les [normes sur l'alimentation et la nutrition](#).

Dans ce numéro

Ce numéro explore les manières dont les repas peuvent faciliter la connexion, la culture et la communication. Dans le contexte de la publication des nouvelles normes sur l'alimentation et la nutrition de la Nouvelle-Écosse, nous mettons en vedette les pratiques d'alimentation qui valorisent l'autonomie des enfants et stimulent des échanges joyeux.



Cultiver notre propre nourriture

Soumis en anglais par : Charlene Caines, prématernelle Tompkins Memorial

Nous avons préparé une activité simple sur les champs de citrouilles qui a généré une grande idée. Quand un enfant a exclamé, « Savais-tu qu'on peut manger les citrouilles? », la salle s'est remplie de rires. La plupart des enfants pensaient que les citrouilles étaient juste pour l'Halloween! Cela a mené à une discussion sur l'origine des aliments et les enfants ont exploré l'idée de cultiver leur propre nourriture.

Ensemble, nous avons semé des graines de citrouille et avons noté nos observations toutes les semaines. Les enfants ont appris que pour pousser les fruits et les légumes ont besoin de soleil, d'eau et de soin. Quand les plantes ont commencé à pousser, les enfants ont fait le lien entre les aliments dans leurs assiettes et d'où ils viennent. Cette expérience pratique leur a aidé à comprendre l'importance de s'occuper des choses vivantes.

Le goût du rassemblement

*Soumis en anglais par : Nida Mariam,
Maritime Muslim Academy*

Des enfants venaient de se joindre à nous pour la première fois, et leurs parents avaient des doutes qu'il n'était pas nécessaire d'envoyer des repas de la maison. Nous avons donc décidé de les inviter à venir voir ce qui se passe vraiment dans notre centre à l'heure de la collation.

Un beau matin ensoleillé, un des parents a animé la collation en servant du yogourt, du granola, des bleuets et des fraises. Les enfants ont préparé leurs propres bols de granola. Leurs yeux brillaient de plaisir! À tour de rôle, les enfants se servaient et ajoutaient des fruits à leurs bols. Il y avait des doigts collants et de grands sourires fiers partout. Même les enfants qui hésitent à manger de nouvelles choses s'y lançaient avec plaisir.

Quand tout le monde s'est assis ensemble, quelque chose de magique s'est produit — ils ont attendu patiemment, aidé leurs amis et partagé des récits en mangeant. La salle était remplie de joie et de convivialité.



Et maintenant?

Être sensible aux besoins ne se limite pas à répondre sur le coup; il exige aussi de prendre le temps de réfléchir. Lorsque vous pensez aux heures de repas dans votre programme, réfléchissez aux manières dont les repas contribuent non seulement à la nutrition, mais aussi aux relations, à l'identité et à la communication.

- En quoi les routines aux heures de repas tiennent-elles compte des identités, des choix et des voix des enfants?
- Quelles histoires ou conversations sur la nourriture surviennent dans votre programme?
- En quoi l'alimentation sensible aux besoins pourrait-elle favoriser la littératie et la numération dans votre pratique quotidienne?

Nous serions ravis de présenter une histoire de votre programme de la petite enfance dans le prochain numéro de Capable. Confiant. Curieux. Pour inclure des photos, veuillez nous écrire pour demander le formulaire de consentement pour les images.

AVEZ-VOUS UNE HISTOIRE À PARTAGER?

Sujet de l'histoire : **Favoriser la numération par le jeu**
Soumettre avant le **22 décembre 2025** pour possibilité d'inclusion dans le prochain numéro.

Soumettez votre histoire à : ELCCprofessional.learning@novascotia.ca