

COMPOSANTES VISÉES :

- Engagement des élèves

RESSOURCES :

- [Histoire en ligne](#) de la série Murray et Oiseau : La magie de l'eau!

Points de départ pour lancer une conversation avec les élèves

OBJECTIF DE L'ACTIVITÉ : Enseigner aux élèves l'importance de s'hydrater et les encourager à boire de l'eau.

INSTRUCTIONS :

1. Allez au [site Web du Bureau de santé de Middlesex-London](#) pour télécharger l'histoire de la série Murray et Oiseau « La magie de l'eau! ».
2. Lisez l'histoire pour les élèves.
3. Utilisez les questions ci-dessous pour stimuler la discussion avec les élèves :
 - a. Pourquoi les graines et les plants ont-ils besoin d'eau? Voir la vidéo [How Does a Seed Become a Plant](#).
 - b. Pourquoi le corps a-t-il besoin d'eau? (réponses possibles : nous garder hydratés, réguler la température du corps, remplacer les liquides perdus, etc.)
 - c. Comment le corps nous fait-il savoir que nous avons soif? Consulter [DécouvrezLesAliments](#) et [BouchéesBrillantes](#) (pages 3-4).
 - d. Quels genres d'activités peuvent causer la soif?
 - e. Comment aimez-vous boire votre eau? (réponses possibles : chaude ou froide, dans une bouteille, ordinaire ou pétillante, etc.)
 - f. De quels aliments peut-on tirer de l'eau? (les légumes et les fruits)
 - g. Quand buvez-vous de l'eau ou d'autres boissons? (réponses possibles : avec un repas, avec une collation, avec rien d'autre, quand il fait chaud dehors, quand je fais de l'activité physique ou du sport, etc.)

Suggestions de complément à cette activité

- Utilisez les [visites virtuelles de Farm Food 360°](#) pour montrer aux élèves d'où viennent divers aliments.

