

Je me renseigne  
sur la nutrition



CENTRE FORA

Guide d'utilisation

Natalie Poulin-Lehoux

## G. Mesures et quantités

**Tâche G** : Mesurer les ingrédients pour doubler ou tripler une recette. (Niveau 1)

**Durée** : 30 à 60 minutes

### Curriculum en littératie des adultes de l'Ontario

#### Grande compétence

A. Rechercher et utiliser de l'information

**Groupe de tâches A2** : Interpréter des documents

#### Grande compétence

C. Comprendre et utiliser des nombres

**Groupes de tâches C3** : Utiliser des mesures

**C4** : Gérer des données

#### Grande compétence

D. Utiliser la technologie numérique

#### Compétences essentielles explorées (RHDC\*) :

Utilisation de documents, Calcul et Informatique

### Déroulement des activités

Activité 1 Revoir avec les apprenants la terminologie du *Référentiel – Mesures*, à l'Annexe 3, ainsi que les différentes mesures utilisées pour la préparation de nourriture. Présenter les abréviations qui seront utilisées, aussi bien en anglais qu'en français.

**Pour les activités 2 à 4, voir le jeu informatisé *Mesure d'ingrédients*. Le corrigé du jeu se trouve dans la version imprimable.**

Activité 2 Inviter les apprenants à choisir les bonnes mesures en cliquant sur la photo gagnante (2 écrans et réponses).

Activité 3 Présenter la façon de bien mesurer (à l'aide de la vidéo – durée : 2 min 31 s). Pour visionner la vidéo, cliquer sur l'icône vert à l'écran *Comment mesurer avec précision*.

**\*Note** : La vidéo suit l'annonce publicitaire.



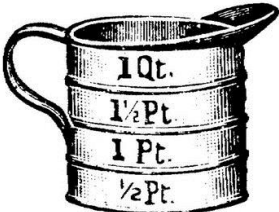



Activité 4 À l'aide de l'écran *Comment doubler une recette?*, présenter comment doubler et même tripler une recette :

- Revoir la recette *Pain aux bananes* avec les apprenants.
- Utiliser la bonne terminologie de mesure : un quart, etc.
- Revoir les termes «doubler» et «tripler».
- Revoir les 7 écrans suivants.

**Note** : Il existe des versions imprimables et téléchargeables de toutes les activités.  
**S.V.P. patientez, car ce sont de gros fichiers.**

\*RHDC : Ressources humaines et Développement des compétences Canada

## Référentiel – Mesures

| Nom  | Abréviation en français     | Nom et abréviation en anglais  | Quantité            |   |
|--|-----------------------------|--------------------------------|---------------------|---|
| cuillerée à thé<br>ou<br>cuillerée à café    | c. à thé<br>cuil. à café    | teaspoon<br>tsp                | 5 ml                |    |
| cuillerée à soupe<br>ou<br>cuillerée à table | c. à soupe<br>cuil. à table | tablespoon<br>tbsp<br>tbs<br>T | 15 ml               |    |
| tasse  | t                           | cup<br>c                       | 240 ml ou<br>8 oz   |    |
| pinte  | pt                          | quart<br>qt                    | 1,136 L ou<br>40 oz |   |
| chopine                                      | chop                        | pint<br>pt                     | 0,568 L ou<br>20 oz |   |
| once   | oz                          | ounce<br>oz                    | 28,35 g             |  |
| livre  | lb                          | pound<br>lb                    | 454 g               |  |
| litre  | l                           | litre<br>l                     | 453,5 g ou<br>16 oz |  |