

L'alimentation

| Programmes 2016 | <p>Reconnaître des comportements favorables à sa santé</p> <ul style="list-style-type: none"> > Mettre en œuvre et apprécier quelques règles d'hygiène de vie : variété alimentaire. Catégories d'aliments, leur origine. » Les apports spécifiques des aliments (apport d'énergie : manger pour bouger). » La notion d'équilibre alimentaire (sur un repas, sur une journée, sur la semaine). » Déterminer les principes d'une alimentation équilibrée et variée. | |
|--------------------|--|-------|
| Pacte commun | <p>Domaine 4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconnaître des comportements favorables à sa santé - Pratiquer des démarches scientifiques | |
| Objectifs généraux | <ul style="list-style-type: none"> > Connaître l'origine des aliments > Regrouper les aliments en familles > Comprendre l'importance de la variété alimentaire dans les repas. > Reconnaître et nommer les organes du tube digestif de l'homme. | |
| Prérequis | - | |
| Séance | Objectifs spécifiques | Durée |
| 1 | <p>La provenance des aliments</p> <ul style="list-style-type: none"> > Connaître l'origine des aliments > Comprendre que les aliments peuvent être d'origine animale ou d'origine végétale. | ⊕ 35' |
| 2 | <p>Les familles d'aliments</p> <ul style="list-style-type: none"> > Regrouper les aliments en familles. > S'interroger sur le rôle des aliments pour l'organisme | ⊕ 35' |
| 3 | <p>L'équilibre alimentaire</p> <ul style="list-style-type: none"> > Comprendre les conséquences d'une mauvaise alimentation. > Comparer des menus (notion d'équilibre alimentaire). > Comprendre l'importance de la variété alimentaire dans les repas | ⊕ 35' |
| 4 | <p>La digestion</p> <ul style="list-style-type: none"> > Formuler des hypothèses sur le trajet des aliments dans le corps. > Reconnaître et nommer les organes du tube digestif de l'homme. > Comprendre les phénomènes mécaniques et chimiques de la digestion. > Comprendre le phénomène d'absorption dans l'intestin grêle. > Savoir que la partie non digérée des aliments est rejetée sous forme d'excréments. > Lire et légènder un schéma | ⊕ 35' |
| 5 | <p>Evaluation</p> <ul style="list-style-type: none"> > Connaître l'origine des aliments > Regrouper les aliments en familles > Comprendre l'importance de la variété alimentaire dans les repas. > Reconnaître et nommer les organes du tube digestif de l'homme. | ⊕ 35' |

Je m'appelle : _____

Nous sommes le : ___/___/___

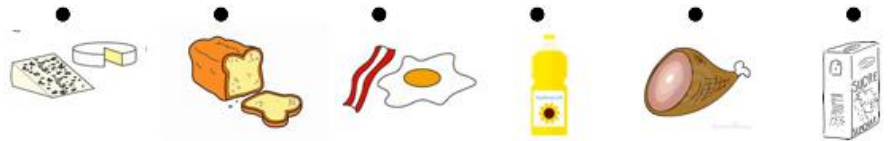
| | | |
|--|-----------------------|-----|
| Questionner le monde : le vivant Evaluation | L'alimentation | CE1 |
|--|-----------------------|-----|

| | | | | |
|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| Connaître l'origine des aliments. | Dépassé * | Acquis + | Partiellement acquis | Non acquis • |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Origine animale

Origine végétale

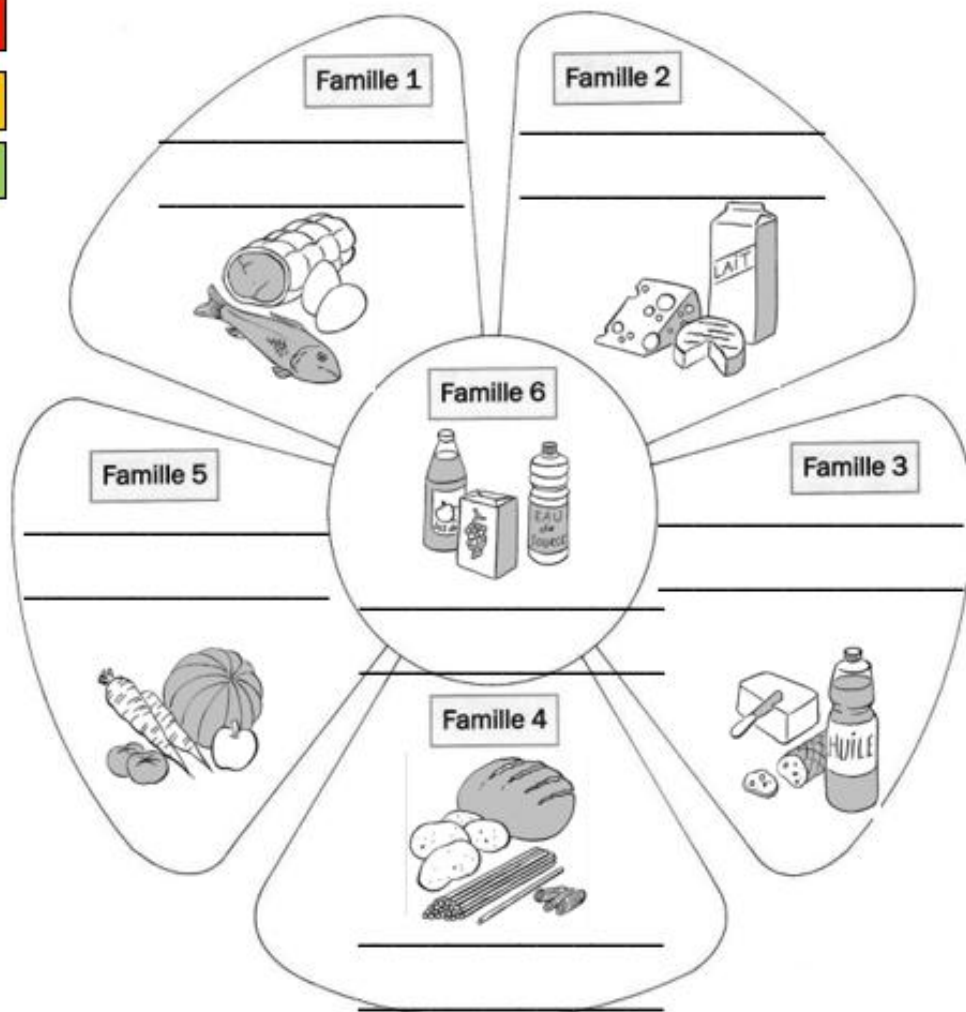
Exercice 1 : Je relie chaque aliment à son origine.



| | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| Savoir regrouper les aliments en familles et connaître leur fonction. | Dépassé * | Acquis + | Partiellement acquis | Non acquis • |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

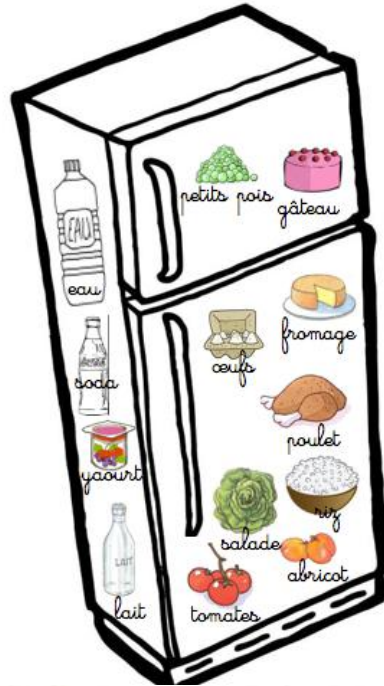
Exercice 2 : Je nomme chaque famille d'aliments et je colorie selon la légende.

- bâtisseurs
- fonctionnels
- énergétiques



| | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Comprendre l'importance de la variété alimentaire dans les repas. | Dépassé * | Acquis + | Partiellement acquis | Non acquis • |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

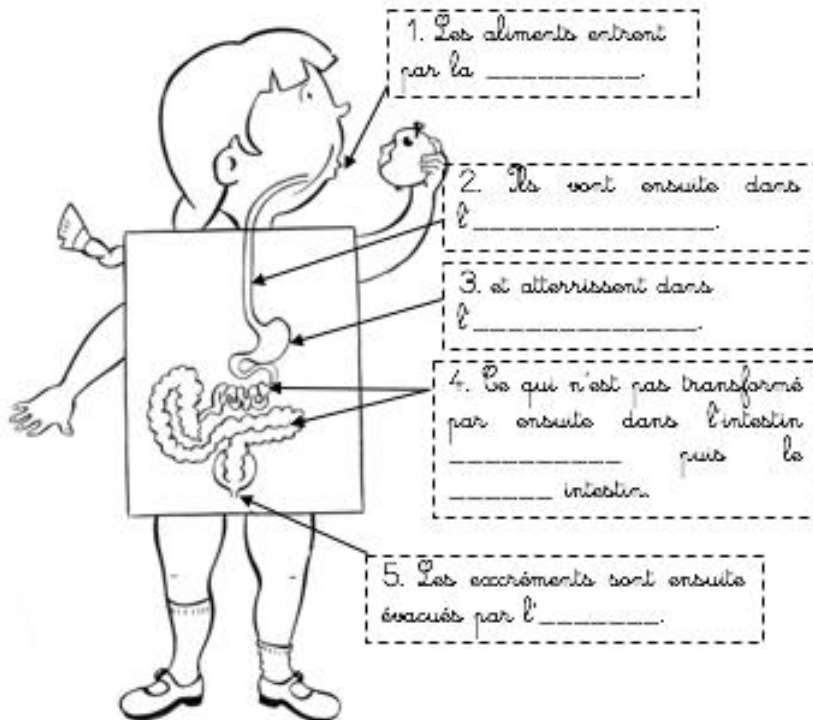
Exercice 3 : Avec ce qu'il y a dans mon réfrigérateur, je constitue un menu équilibré pour le déjeuner de Sarah.



| |
|---------|
| Entrée |
| |
| |
| Plat |
| |
| |
| Dessert |
| |
| |

| | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Reconnaître et nommer les organes du type digestif de l'homme. | Dépassé * | Acquis + | Partiellement acquis | Non acquis • |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Exercice 4 : Je complète le trajet des aliments avec le vocabulaire suivant : anus – bouche – estomac – gros – grêle – œsophage



| | | | | | |
|-----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------|
| Note : ____/20 | Dépassé * | Acquis + | Partiellement acquis | Non acquis • | Signature des parents : |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |