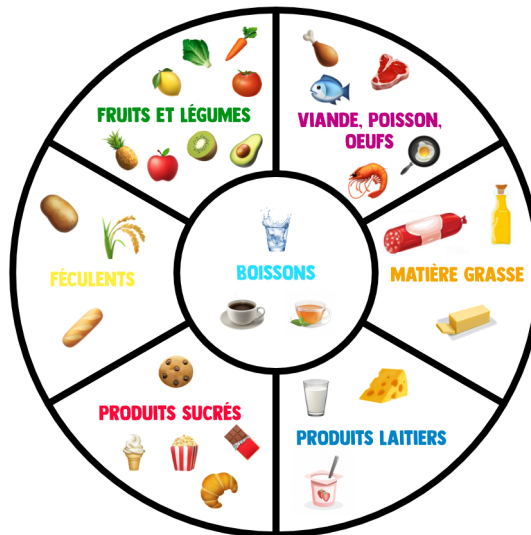


Annexes

Séance 1

Annexe 1 : La classification des aliments

LA CLASSIFICATION DES ALIMENTS



Annexe 2 : Camembert à compléter

CONSIGNE :
 Pour mardi, compléter le camembert à partir de vendredi 18h jusqu'à samedi 18h.

Tu dois y indiquer le temps passé pour

- tes activités (jeux/loisirs/devoirs/télé, ...)
- ton sommeil
- tes repas

The left diagram is a circle divided into 12 segments. The top half is labeled 'SOMMEIL' (Sleep). The bottom half is divided into segments for activities: 'jeux' (games), 'devoirs' (homework), 'télé' (TV), 'jeux' (games), 'repas' (meals), 'famille en' (family), 'Babou en' (Babou), 'Garde en' (Garde), 'Feet' (Feet), 'Jeux' (Games), 'Régas' (Régas), and 'Télé' (TV). The right diagram is an identical empty circle with dashed lines for completion.

Séance 2

Annexe 3 : Trace écrite par les élèves

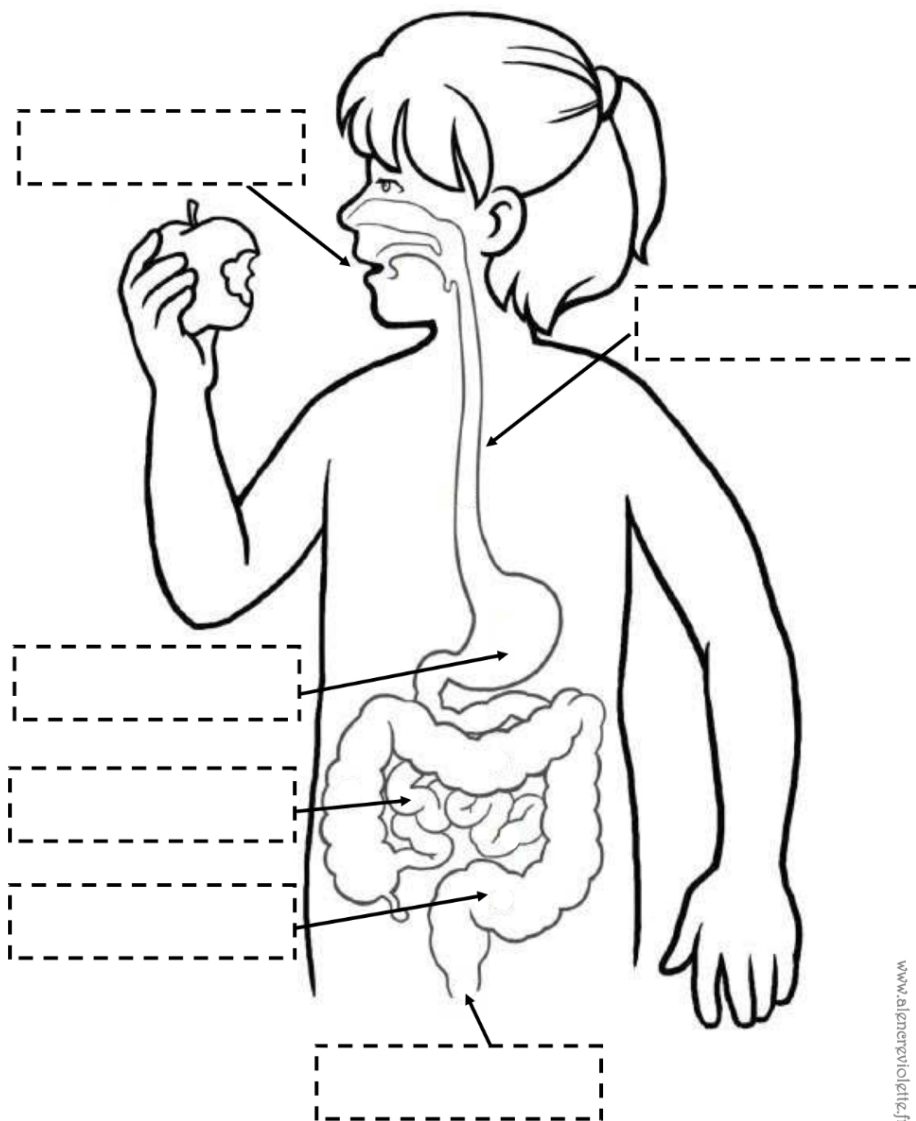
Notre corps a tout le temps **besoin d'énergie** :

- pour réaliser nos **activités** : faire du sport, marcher, réfléchir, ...
- pour **dormir** : rêver, respirer, ...

Cette énergie est apportée lors des **repas** grâce aux **aliments** à différents moments de la journée.

Nous comprenons que même si nous ne mangeons qu'à certains moments, notre corps peut fonctionner en continu.

Annexe 4 : Schéma de la digestion à compléter



Séance 3

Annexe 5 : Texte à trou (trace écrite)

- Les aliments entrent dans la **bouche**. Ils sont broyés par les **dents** : c'est la **mastication**. La **salive** permet de mouiller les aliments et donc de les ramollir.
- Les aliments descendent dans l'**oesophage** pour atterrir dans l'**estomac** où ils sont dégradés par des **acides** en **nutriments**.
- Les nutriments passent ensuite d'un bout à l'autre de l'**intestin** grâce au **brassage** réalisé par des muscles.

– Les aliments entrent dans la _____ . Ils sont broyés par les _____ :
c'est la _____. La _____ permet de mouiller les
aliments et donc de les ramollir.

– Les aliments descendent dans l' _____ pour atterrir dans l' _____
où ils sont dégradés par des _____ en _____ .

– Les nutriments passent ensuite d'un bout à l'autre de l' _____ grâce au
_____ réalisé par des muscles.

Séance 4

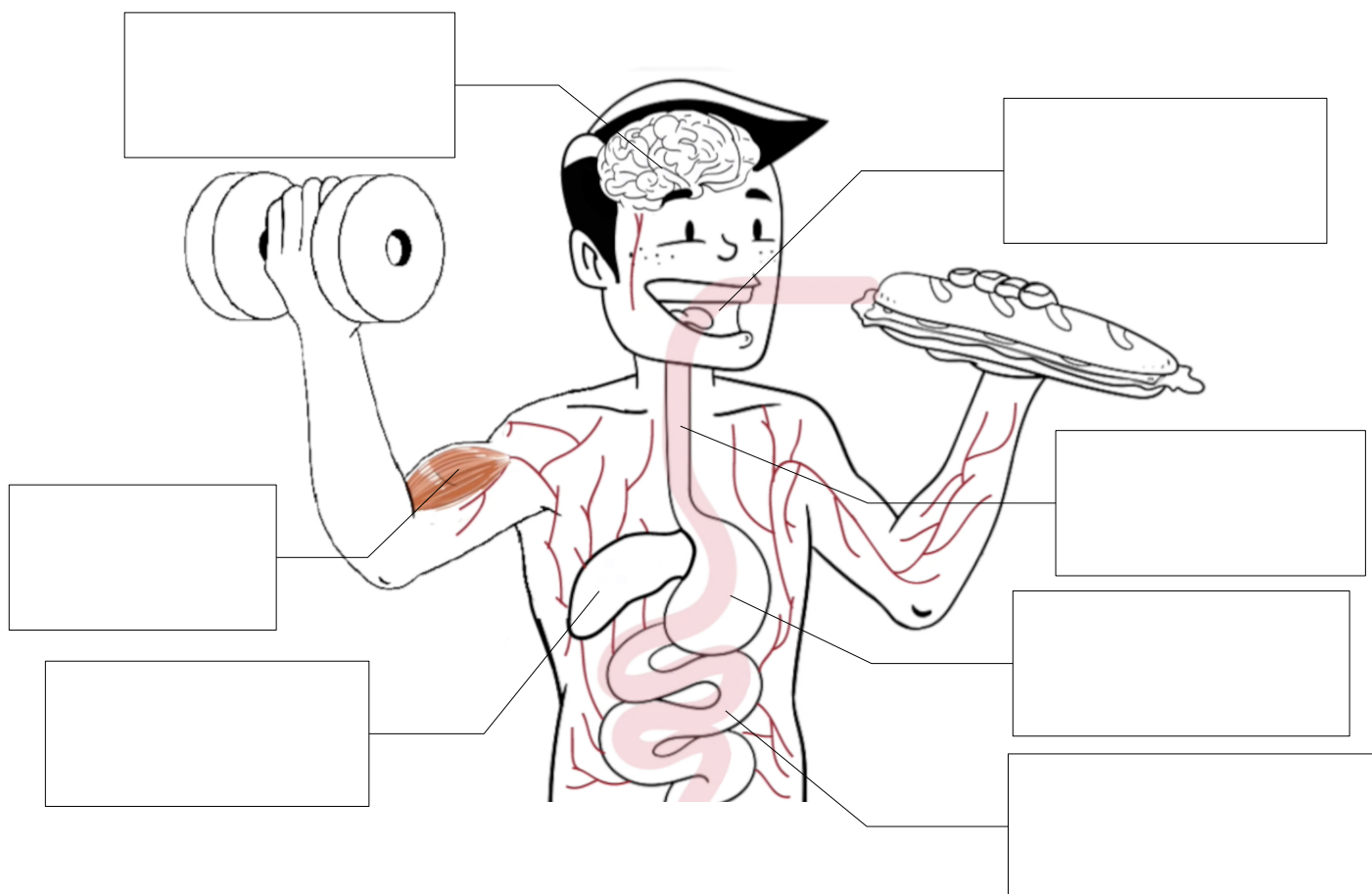
Annexe 6 : Trace écrite par les élèves

Une fois dans l'**intestin**, une partie des **nutriments** est éliminée par l'**anus** sous forme de **déchets** (excréments). L'autre partie est **absorbée** par la **paroi de l'intestin** et se retrouve dans le **sang**.

Annexe 7 : Vidéo et schéma à compléter pendant la vidéo

<https://www.dropbox.com/s/xz2evny5b6k2w2o/Vid%C3%A9o%20-%20Un%20exemple%20de%20nutriment%2C%20les%20glucides.mp4?dl=0>

Consigne : à partir de la vidéo, dessine le trajet des glucides dans le corps de Paul et indique le nom des organes dans lesquels ils vont.



Annexe 8 : Trace écrite complétant le schéma

Les **glucides** (exemples de nutriments) sont transportés par le sang vers

- les **muscles**, pour produire de l'**énergie** nécessaire pour réaliser des mouvements
- le **cerveau**, pour produire de l'**énergie** nécessaire pour réfléchir le jour ainsi que rêver et grandir la nuit
- le **foie**, où ils sont **stockés**.

Après un long moment sans avoir mangé, les muscles et le cerveau n'ont plus de glucides. Le **foie** leur envoie les glucides qu'il avait stockés pendant le repas.

On peut donc bouger toute la journée sans avoir besoin de manger tout le temps.

Séance 5

Annexe 9 : Vidéo CANOPÉ : Bien manger, oui mais comment ?

<https://www.reseau-canope.fr/lesfondamentaux/video/bien-manger-oui-mais-comment.html>

Annexe 10 : Trace écrite par les élèves

Pour être en bonne santé, il faut **varier son alimentation** et tenter de **manger un aliment de chaque famille à chaque repas**.

Attention aux produits sucrés : il ne faut pas trop en manger ! Il faut seulement en déguster de temps en temps, pour le plaisir.

Enfin, l'**eau** est la **seule boisson indispensable** pour le corps.

Bibliographie

Séance 1 :

– Classification des aliments

https://www.pierron.fr/media/catalog/product/cache/1/image/800x800/9df78eab33525d08d6e5fb8d27136e95/0/9/09637_.jpg

Séance 2 :

– Schéma trajet des aliments <https://www.alencreviolette.fr/2018/03/le-systeme-digestif.html>

Séance 3 :

– Expériences [https://www.ac-orleans-](https://www.ac-orleans-tours.fr/fileadmin/user_upload/ia28/doc_peda/sciences/centre_ressources/site_CDRS/fiches_exp)

[tours.fr/fileadmin/user_upload/ia28/doc_peda/sciences/centre_ressources/site_CDRS/fiches_exp/Les-fonctions-de-nutrition/La-digestion.pdf](https://www.ac-orleans-tours.fr/fileadmin/user_upload/ia28/doc_peda/sciences/centre_ressources/site_CDRS/fiches_exp/Les-fonctions-de-nutrition/La-digestion.pdf)

Séance 4 :

– Expérience café à travers le filtre (voir lien précédent)

– Vidéo : création avec une amie graphiste en s'inspirant d'une vidéo youtube

<https://www.youtube.com/watch?v=3nID7mAwqYA>

Séance 5 :

– Vidéo CANOPÉ sur les repas équilibrés [https://www.reseau-](https://www.reseau-canope.fr/lesfondamentaux/video/bien-manger-oui-mais-comment.html)

[canope.fr/lesfondamentaux/video/bien-manger-oui-mais-comment.html](https://www.reseau-canope.fr/lesfondamentaux/video/bien-manger-oui-mais-comment.html)
– Trace écrite : <https://laclassibleue.fr/wp-content/uploads/2015/10/Léquilibre-alimentaire.pdf?fbclid=IwAR1NfYD60La0YORQ45UQ3keJc5MBbzJSn5FqZK9ydaydkeGT0y3FdCkMhY0>