





# Quels apports des aliments pour notre corps?

*Cette séquence suit la séance de classification des aliments et tend à donner aux élèves les clés de compréhension de manger équilibré, varié du fait des apports de chaque catégories pour le corps humain.*

## Informations générales

 Objectif	<b>Identifier 3 apports principaux des aliments. En déduire l'importance d'une consommation qui diffère selon les catégories alimentaires et leurs apports.</b>
 Relation avec les programmes	<b>■ Cycle 2 - Programme 2016</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Comprendre les apports spécifiques des aliments (apport d'énergie : manger pour bouger).</li></ul>
 Auteur	E. NALLET
 Licence	Créative Commons - liberté de reproduire, distribuer et communiquer cette création au public sous conditions : citation de la paternité, pas d'utilisation commerciale, pas de modification.

## Déroulement des séances

- **Séance 1** : A quoi servent les aliments? (45 min)
- **Séance 2** : Energie, croissance et protection (35 min)

**1****A quoi servent les aliments?**

Objectif(s) de séance

**Faire des hypothèses sur les apports des aliments pour le corps humain****45 minutes**  
(6 phases)

Matériel

Feuille verte  
Polycopié hypothèses  
Fiche exercice**1. Rappel de la séance précédente**

(collectif) | réinvestissement |

**5 min.**

Consigne : Que savons-nous désormais sur l'alimentation? Quelle était notre question de recherche? Nos hypothèses? Avons-nous répondu à notre question de recherche? Rappelez-moi les catégories d'aliments que l'on connaît désormais et d'où proviennent les aliments que nous consommons.

Rôle des élèves : Rappelez les sept catégories d'aliments et leur provenance : végétale ou animale + pyramide des aliments (consommation différente selon le niveau de celle-ci).

Rôle du maître : Valider ou infirmer les propos des élèves et compléter si besoin. Introduire la suite du travail sur l'alimentation.

*Nouveau diplôme d'enquêteur à coller*

**2. Une autre question de recherche...**

(collectif) | recherche |

**5 min.**

Consigne : Nous avons répondu à une première question de recherche. Maintenant, avez-vous d'autres idées de question de recherche ?

Rôle des élèves : Proposez oralement des questions de recherche sur l'alimentation

Rôle du maître : Aiguillez les élèves vers la question des apports.

**3. Emission d'hypothèses**

(binômes) | recherche |

**10 min.**

Consigne : Sur le polycopié, écrivez notre nouvelle question de recherche et par deux, écrivez vos hypothèses.

Rôle des élèves : Ecrire leurs hypothèses sur la question de recherche

Rôle du maître : Circulez dans les rangs pour avoir une idée des représentations initiales sur le sujet des élèves.

**4. Recueil des représentations initiales**

(collectif) | mise en commun / institutionnalisation |

**10 min.**

Consigne : Chaque binôme va me donner une de ses hypothèses;

Rôle des élèves : Donner une hypothèse par groupe.

Rôle du maître : Ecrire les hypothèses sur une affiche au tableau.

**5. Mise en relief de trois apports principaux**

(collectif) | mise en commun / institutionnalisation |

**5 min.**

Consigne : Nous allons maintenant conclure sur 3 apports principaux des aliments pour notre corps, lesquels?

Rôle des élèves : Proposez un apport énergétique, de protection (outils), de croissance (bâisseurs).

Rôle du maître : Les aider à tendre vers ces trois apports.

## 6. Fiche exercice : quel apport pour quelle catégorie d'aliments?



(collectif) | découverte |



10 min.

Consigne : Vous allez maintenant faire une fiche exercice. Vous avez les trois logos qui correspondent aux trois apports, à vous de placer chaque logo en face de chaque catégorie d'aliments selon ce que vous pensez. Quand c'est fait, appelez-moi et je valide ou non votre travail pour que vous puissiez coller.

Rôle des élèves : Faire la fiche exercice.

Rôle du maître : Circulez dans les rangs pour valider leur travail et les autoriser à coller les logos.

*Correction : séance suivante.*

**Energie, croissance et protection**

Objectif(s) de séance

**Associer chaque apport à la catégorie d'aliments qui correspond****35 minutes**  
(4 phases)

Matériel

Leçon  
Vidéo  
Fiche exercice  
Pyramide (A3) + logos**1. Rappel de la séance précédente**(collectif) | réinvestissement | **5 min.**Consigne : Qu'avons-nous appris la semaine dernière en sciences?Rôle des élèves : Rappelez les apports des aliments pour le corps humain.Rôle du maître : Valider les rappels des élèves et compléter si besoin.**2. Correction de la fiche exercice**(collectif) | mise en commun / institutionnalisation | **10 min.**Consigne : Sortez votre fiche exercice avec les logos.  
Nous allons corriger ensemble.Rôle des élèves : 3 élèves au tableau, un pour chaque apport. Ils associent le logo à la pyramide des aliments.Rôle du maître : Faire valider la correction par le groupe classe.*Bilan oral pour résumer les différents apports des différents aliments.***3. Visionnage de la vidéo : à quoi servent les aliments?**(collectif) | réinvestissement | **10 min.**Consigne : Nous allons maintenant vérifier si nous avons raison concernant les apports des aliments en regardant une petite vidéo. Soyez bien attentifs, je vais vous poser quelques questions à la suite de celle-ci.Rôle des élèves : Etre attentifs à la vidéo. Répondre aux questions du maître.Rôle du maître : Demander aux élèves le nom des aliments : bâtisseurs, protecteurs et énergétiques.**4. Institutionnalisation**(collectif) | mise en commun / institutionnalisation | **10 min.**Consigne : Nous allons maintenant lire la leçon ensemble et compléter les trous.Rôle des élèves : Compléter la leçon à trou d'après ce qui a été vu précédemment.Rôle du maître : Valider ou non les propositions des élèves et les écrire au tableau.