
SEQUENCE 2 – DOMAINE DU VIVANT
PERIODE 2 – DU 07/11 AU 16/12

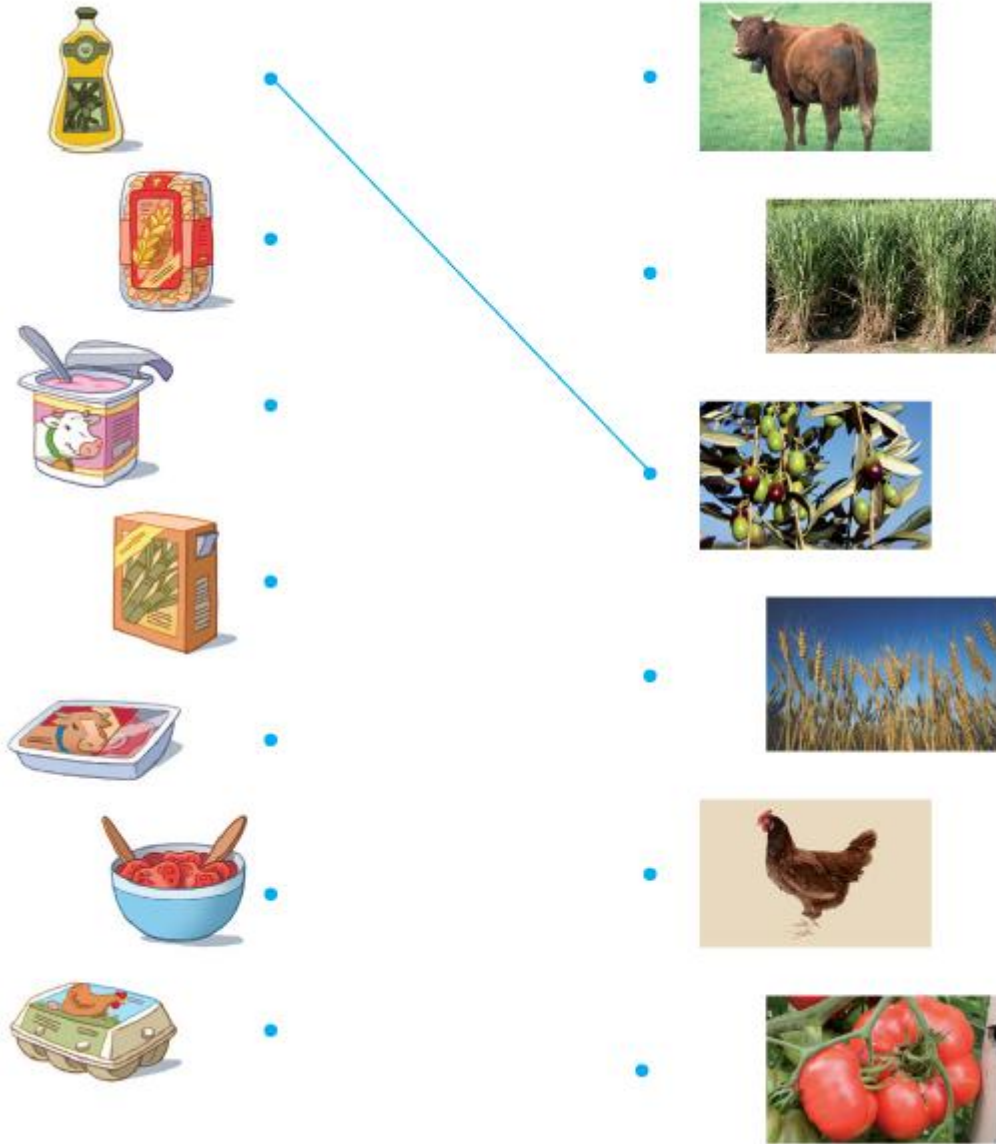
	Objectifs	Organisation	Matériel	Durée
SEANCE 1 La provenance des aliments	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre que les aliments peuvent provenir soit d'une origine animale, soit d'une origine végétale. 		<ul style="list-style-type: none"> Fiche élève n°1 Annexe 1 : Images à trier / trace écrite → <u>Leçon V01</u> 	45'
SEANCE 2 Des aliments variés	<ul style="list-style-type: none"> Connaitre et différencier les six familles d'aliments. Réaliser ce classement sous la forme d'une marguerite. 		<ul style="list-style-type: none"> Fiche élève n°2 Annexe 2 : images à classer / trace écrite → <u>Leçon V02</u> 	45'
SEANCE 3 Equilibrer ses repas	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre l'importance d'équilibrer son alimentation au cours de la journée Composer un menu équilibré 		<ul style="list-style-type: none"> Fiche élève n°3 Annexe 3 : images / trace écrite → <u>Leçon V03</u> 	45'
SEANCE 4 Enquête sur son alimentation	<ul style="list-style-type: none"> Enquêter sur son alimentation personnelle. Remplir de manière détaillée une fiche de compte-rendu. Faire le compte-rendu à la classe de ce que l'on a noté et observé. 		<ul style="list-style-type: none"> Fiche élève n°4 → <u>Enquête</u> 	45'
SEANCE 5 Le trajet des aliments	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir de manière schématique le trajet que suivent les aliments dans notre corps. 		<ul style="list-style-type: none"> Fiche élève n°5 Annexe 5 : trace écrite → <u>Leçon V04</u> 	45'
SEANCE 6 Evaluation	<ul style="list-style-type: none"> Classer des aliments selon leur provenance. Connaitre et différencier les familles d'aliments. Savoir à quoi correspond une alimentation équilibrée. 		<ul style="list-style-type: none"> Fiche évaluation Annexe 6 : photos à coller 	45'

Prénom :

Date :

D'où viennent les aliments que nous mangeons ?

1 Relie chaque aliment à l'origine dont il provient.



2

Colorie en **vert** les aliments qui proviennent des **végétaux** et en **rouge** les aliments qui proviennent des **animaux**.



du poisson



du lait



de la salade de fruits



du riz



des bonbons



du beurre

3

Classe avec ton groupe les dessins dans la bonne colonne.

Origine animale	Origine végétale

V01







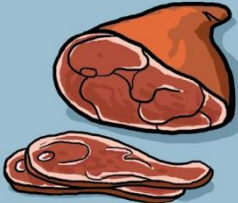











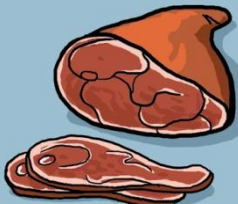











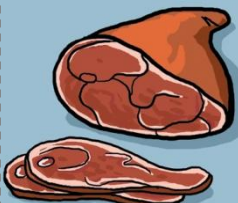





D'où viennent les aliments ?

Les aliments que je mange viennent :

- Soit des : la viande, mais aussi ce qu'ils font comme les œufs ou le lait.
- Soit des : les légumes, les fruits mais aussi les céréales que l'on cultive dans les champs.

Téléchargé gratuitement sur <http://orpheecole.com>

Mais les aliments sont souvent transformés et l'homme y ajoute des produits chimiques.

				
				
		<p>végétaux animaux</p>		
				
				
		<p>végétaux animaux</p>		
				
				
		<p>végétaux animaux</p>		

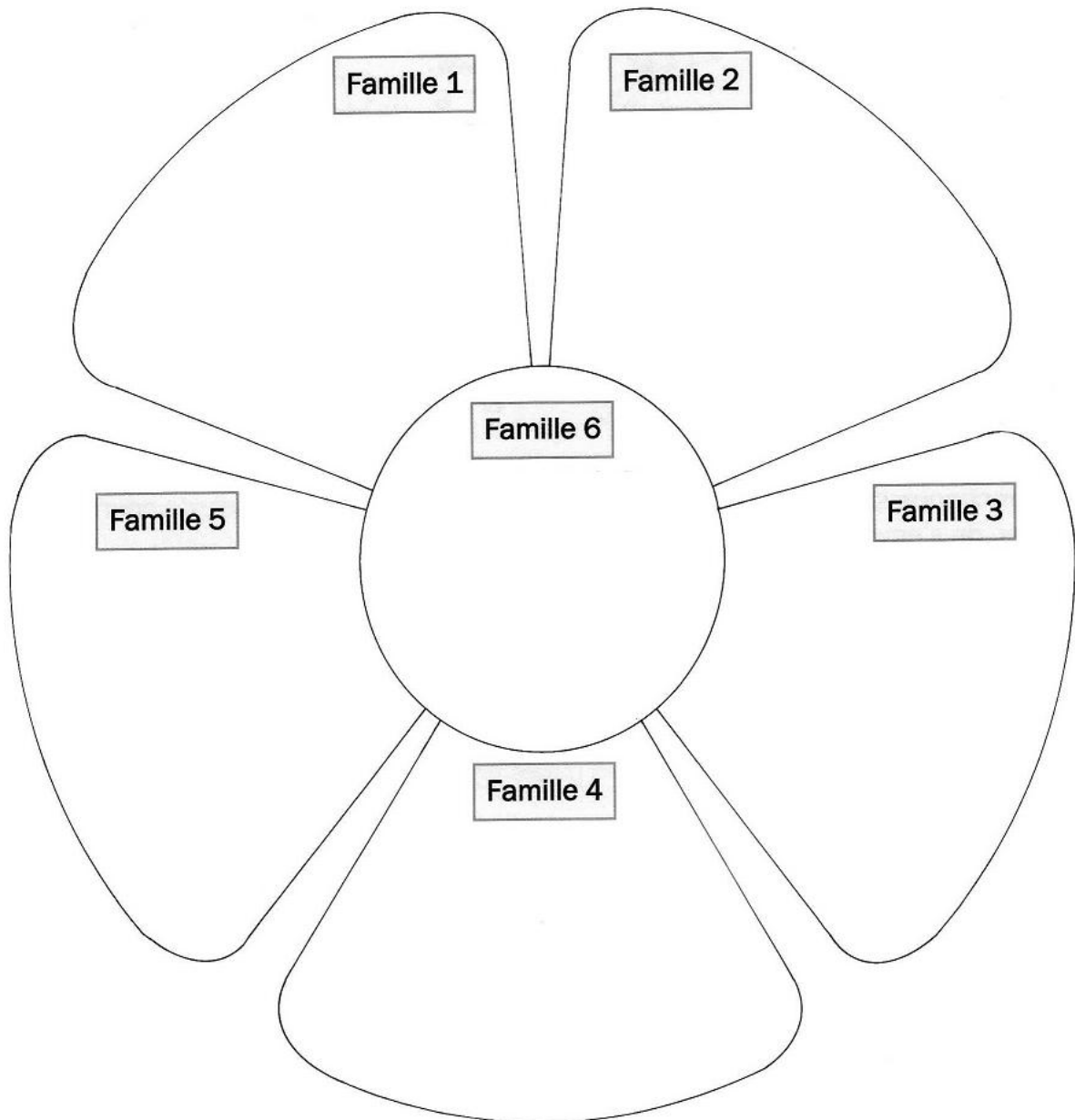
Prénom :

Date :



Des aliments variés

1 Avec ton groupe, colle les images dans le bon pétale de la fleur des aliments ; sers-toi de la légende.



Famille 1 : Viande, œufs, poissons.

Famille 2 : Produits laitiers : lait, fromages, yaourt...

Famille 3 : Matières grasses : Huile, beurre, charcuterie...

Famille 4 : Écoulents : Céréales, pommes de terre, pâtes, riz, pain...

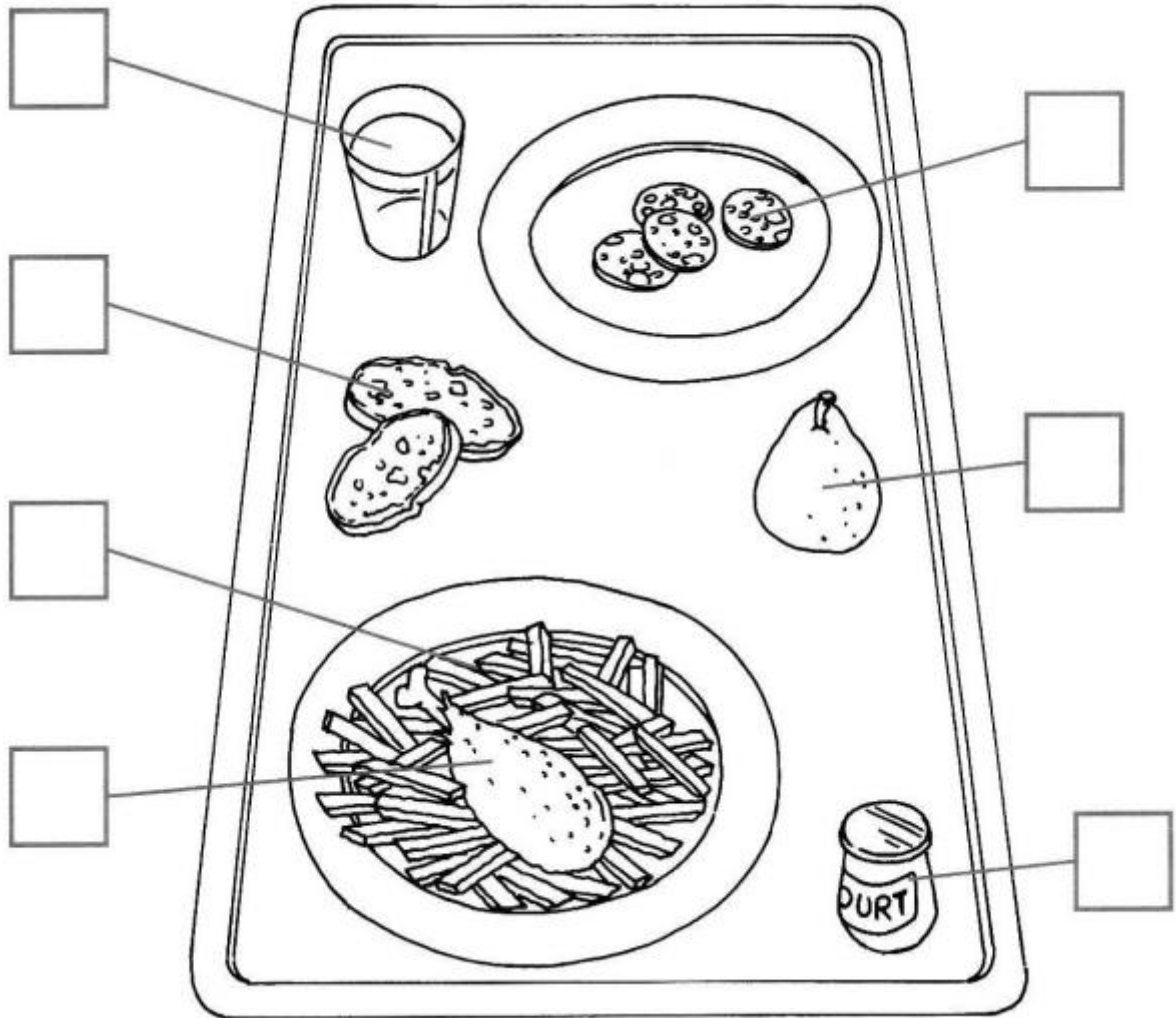
Famille 5 : Fruits et légumes.

Famille 6 : Boissons : eau, jus de fruits...

papa

2

Ecris dans chaque case le numéro qui correspond à la famille d'aliments :



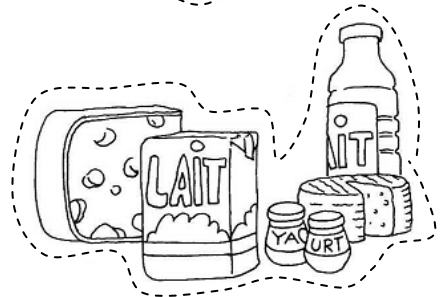
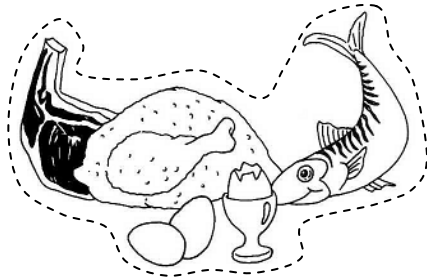
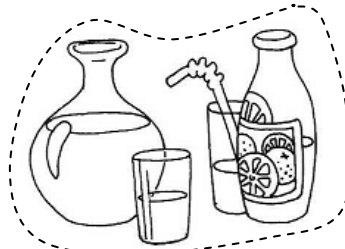
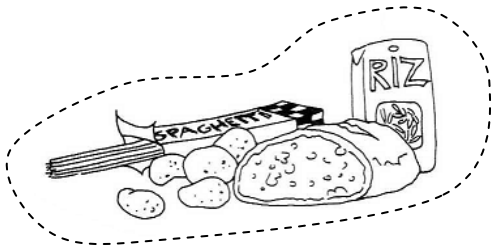
V02

Des aliments variés

Pour classer les aliments, on les sépare en 6 familles :

- La famille des , œufs et poissons
- La famille des
- La famille des (pain, céréales, pommes de terre...)
- La famille des (huile, beurre, sucreries...)
- La famille des (lait, fromages, yaourts...)
- La famille des

Annexes fiche n°2 bis - Images à classer et trace écrite



fruits et légumes

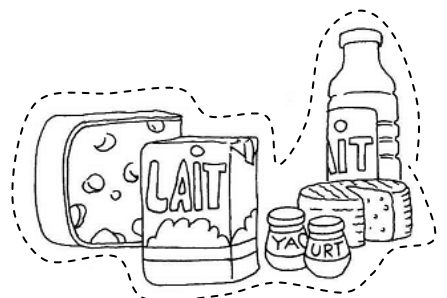
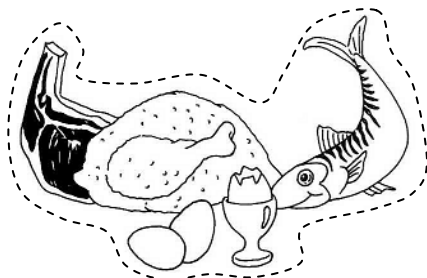
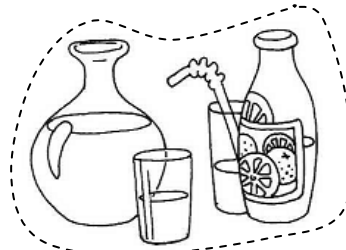
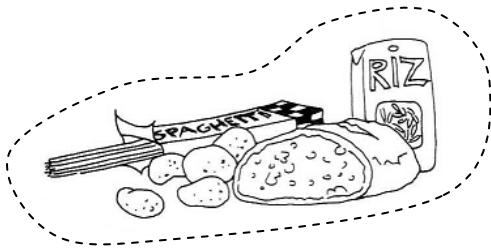
matières grasses

boissons

viandes

féculents

produits laitiers



fruits et légumes

matières grasses

boissons

viandes

féculents

produits laitiers

Prénom :

Date :

Comment équilibrer ses repas ?

Voici deux copines : Inès et Sarah. Lors de la séance de sport de l'après midi, Inès reste en forme alors que Sarah est rapidement essouffée et manque d'énergie.



1

Colle les plateaux-repas d'Inès et les repas de Sarah du matin et du midi, qui expliquent pourquoi elles n'ont pas la même énergie pendant la journée :

Inès



Matin

Midi

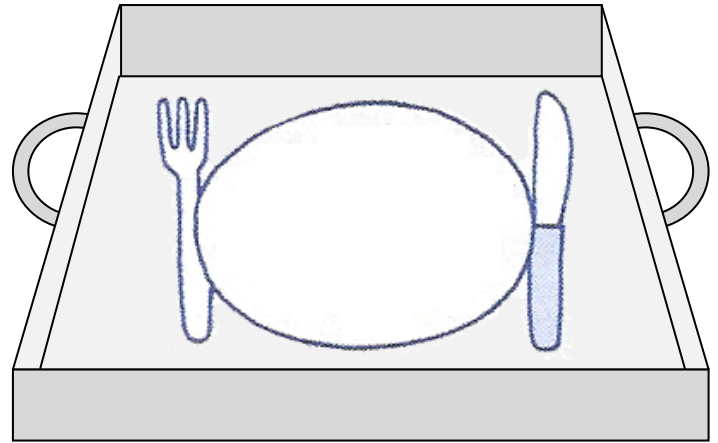


Sarah

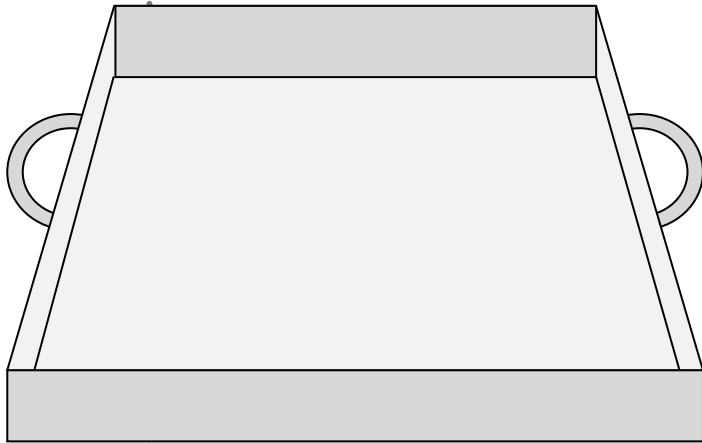
2

Avec ton groupe, **composez** le menu d'une journée en essayant de le faire le plus équilibré possible.

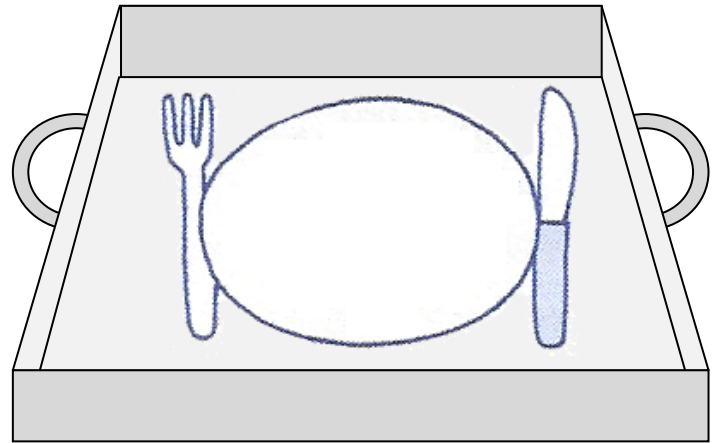
petit déjeuner



déjeuner



goûter



dîner

V03

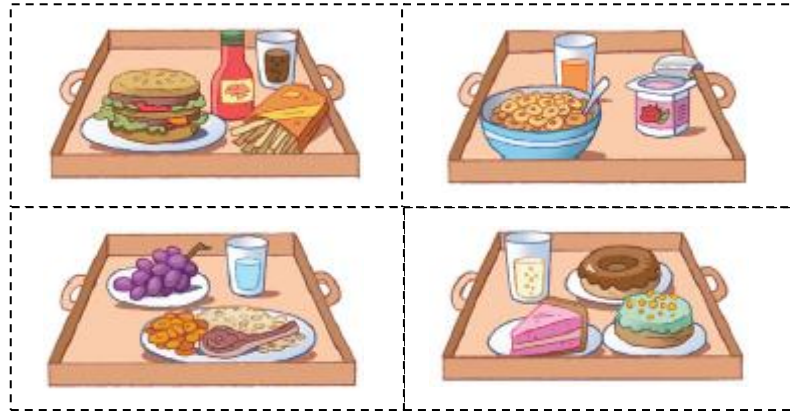
Pour manger équilibré

Pour être en bonne santé, je dois manger **des aliments de chaque famille** :

- Des fruits et légumes, des produits laitiers, des féculents à chaque repas.
- De la viande, du poisson ou des œufs une fois par jour.
- Les produits gras et sucreries ne sont pas nécessaires tous les jours.



Annexe fiche n°3 - Plateaux et aliments à coller



Prénom :

Date :

J'enquête sur mon alimentation

- 1 Avec l'aide d'un adulte, je **remplis** cette fiche en notant tout ce que je mange et ce que je bois en une journée complète. Toutes les cases ne seront peut être pas remplies.

Au petit-déjeuner :	
Au déjeuner :	
Au goûter :	
Au dîner :	
Les aliments que j'ai mangés entre les repas :	

- 2 Entoure les aliments que tu as noté selon ce code couleur :

Famille 1 (Viande, poisson, œufs)

Famille 2 (Produits laitiers)

Famille 3 (gras et sucreries)

Famille 4 (Féculents)

Famille 5 (Fruits et légumes)

Famille 6 (Boissons)

- 3 Observe ce que tu as entouré et coche les bonnes phrases :

J'ai utilisé toutes les couleurs plusieurs fois.

Je n'ai pas utilisé toutes les couleurs, ou il y a une ou deux couleurs que j'ai beaucoup plus utilisées

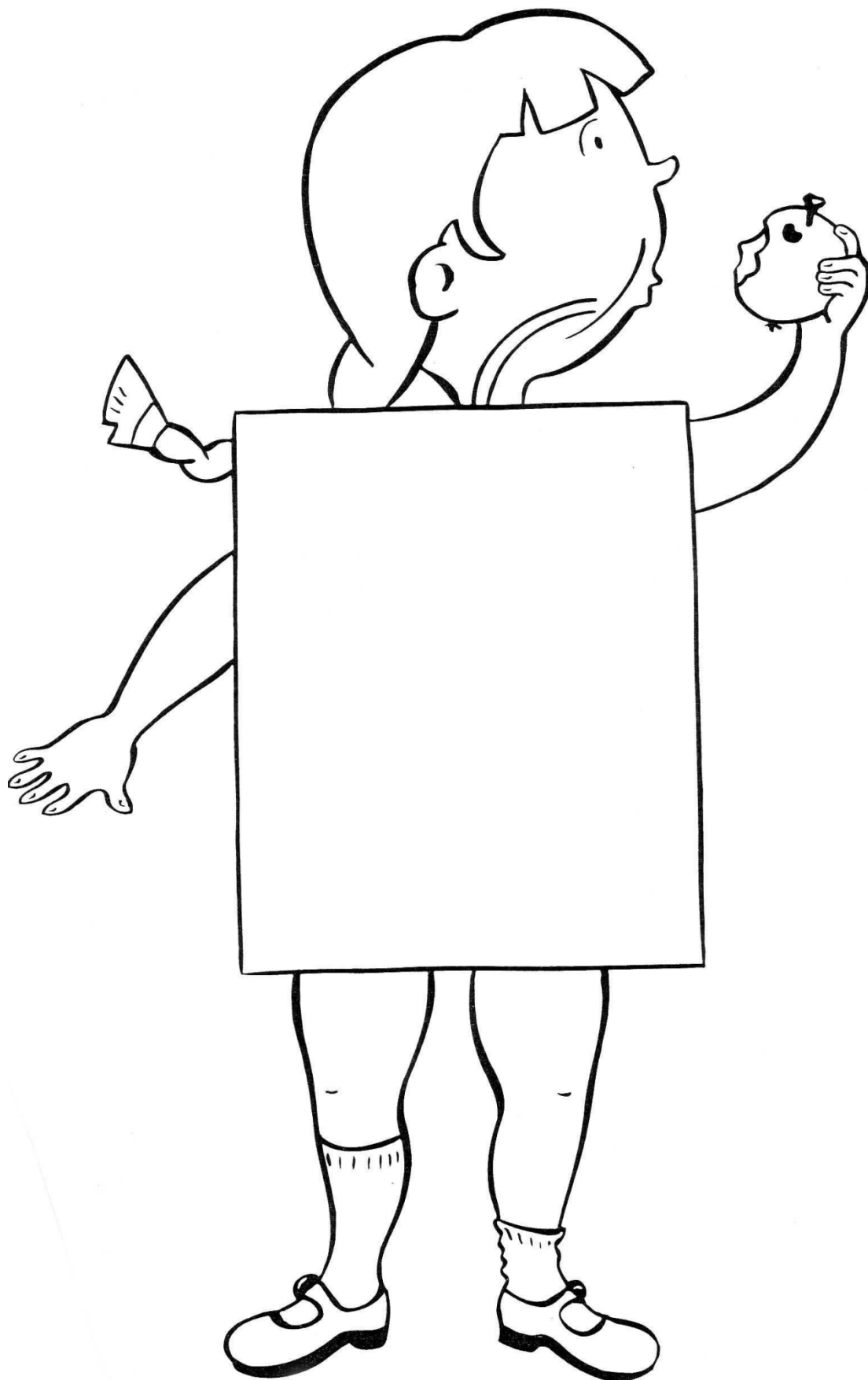
Prénom :

Date :

Où vont les aliments que nous mangeons ?

Dessine le trajet des aliments dans notre corps, comme tu le penses.

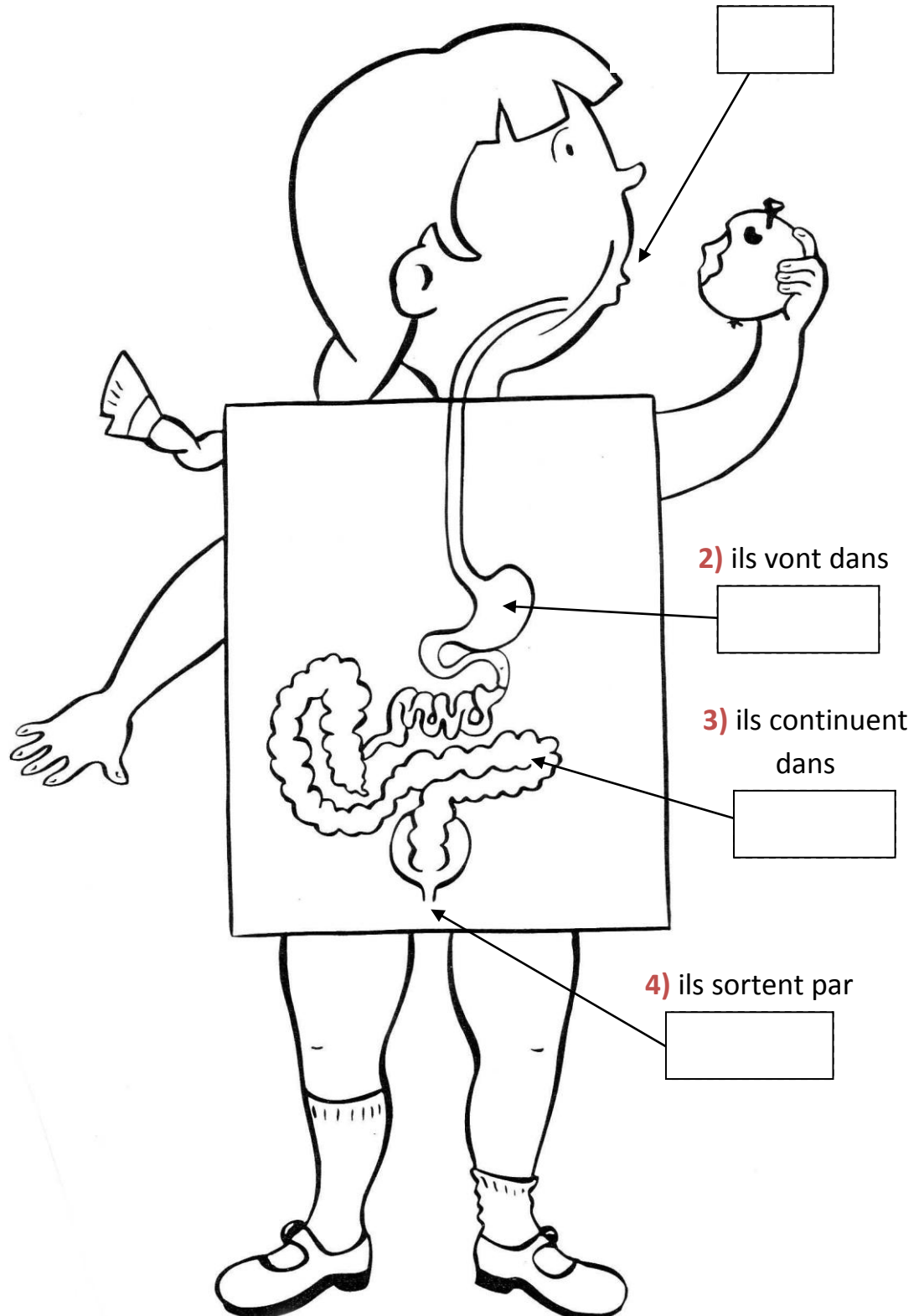
1



V03

Que deviennent les aliments que nous mangeons ?

Les aliments que nous mangeons suivent un trajet précis à l'intérieur de notre corps :





Annexe fiche n°5 bis - Trace écrite

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

l'estomac l'anus l'intestin bouche

Prénom :

Date :

	Acquis	En cours d'acquisition	Non acquis
Classer des aliments selon leur provenance	○	○	○

1 Découpe et colle les photos dans les bonnes colonnes.

Téléchargé gratuitement sur <http://orpheecole.com>

Origine animale	Origine végétale

Connaître et différencier les familles d'aliments.

Acquis

En cours d'acquisition

Non acquis

○

○

○

2 Coche la bonne réponse.

Téléchargé gratuitement sur <http://orpheecole.com>

- On peut classer les aliments en :
- 3 familles
- 6 familles
- 8 familles





3 Colorie d'une même couleur les aliments qui sont groupés ensemble dans la marguerite.





	Acquis	En cours d'acquisition	Non acquis
Savoir à quoi correspond une alimentation équilibrée	○	○	○

3 Entoure le menu qui te paraît le plus équilibré.

<ul style="list-style-type: none"> - Œuf dur - Des frites - Une part de gâteau 	<ul style="list-style-type: none"> - Une cuisse de poulet - Deux filets de viande - Des gâteaux 
<ul style="list-style-type: none"> - Une salade - De la viande avec des légumes - Un yaourt - Un fruit 	<ul style="list-style-type: none"> - Du pâté - Du saucisson - Des bonbons - Un gâteau 

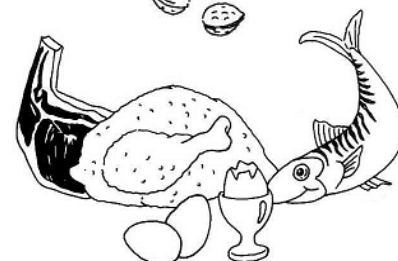
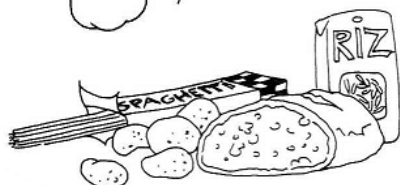
4 Colorie chaque groupe d'aliments selon la légende.

Je peux manger ces aliments :

à chaque repas

une fois par jour

pas trop souvent





Annexe fiche n°6 - Evaluation

