

## QUESTIONNER LE MONDE

CE2

*Comment reconnaître le monde du vivant ?*

## Equilibre alimentaire

### Résumé :

Cette séquence s'arrêtera sur les groupes d'aliments, leurs valeurs nutritives et leurs rôles sur l'organisme. Elle permettra de déterminer à l'aide de critères l'équilibre d'un repas.

<b>NIVEAU : COURS ELEMENTAIRE 2</b>	
<b>Domaine 3 du socle</b>	Les systèmes naturels et les systèmes techniques
<b>Sous-domaine du socle</b>	Responsabilités individuelles et collectives
<b>QUESTIONNER LE MONDE DU VIVANT, DE LA MATIÈRE ET DES OBJETS</b>  <b>Connaissances et compétences</b>	<b>Comment reconnaître le monde vivant ?</b>
	Reconnaître des comportements favorables à sa santé.
	Connaître les 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.
	Mettre en œuvre et apprécier quelques règles d'hygiène de vie : variété alimentaire
<b>Attendus de fin de cycle</b>	Connaître des caractéristiques du monde vivant, ses interactions, sa diversité. Reconnaître des comportements favorables à sa santé.

## **Titre de la séquence : ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE**