

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.

NIVEAU : COURS ELEMENTAIRE 2	
Domaine 3 du socle	Les systèmes naturels et les systèmes techniques
Sous-domaine du socle	Responsabilités individuelles et collectives
QUESTIONNER LE MONDE DU VIVANT, DE LA MATIÈRE ET DES OBJETS Connaissances et compétences	Comment reconnaître le monde vivant ?
	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
Attendus de fin de cycle	Connaître des caractéristiques du monde vivant, ses interactions, sa diversité. Reconnaître des comportements favorables à sa santé.

Titre de la séquence : ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE