



I- THEME 2 : UTISATION DES ELEMENTS DU MILIEU

II- LEÇON 3 : L'ALIMENTATION. SITUATION D'APPRENTISSAGE

A l'occasion de la fête de l'EPP Hélène Hoba, le maître de CE 1 demande à chaque élève de venir avec son repas pour le partage. Les élèves découvrent plusieurs types de mets. Pour connaître les éléments de chaque repas, ils décident d'identifier l'origine des aliments utilisés puis de les classer selon leurs groupes.

1- CONTENU DE LA LECON.

- Les aliments sont d'origine animale, végétale ou minérale.
 - ❖ Ils sont de trois grandes familles.
 - ✓ Les Aliments **d'origine animale** : la viande, les œufs, le lait, le beurre etc.
 - ✓ Les Aliments **d'origine végétale** : Tubercule, feuille, graine, fruit
 - ✓ Les Aliments **d'origine minérale** : l'eau, le sel de cuisine.
- Les rôles des aliments sont :
 - ❖ Les Aliments **énergétiques** ou **de force** donnent la force et l'énergie pour travailler :
tubercules, riz, sucre, miel etc. .
 - ❖ Les Aliments **bâtisseurs** ou **de croissance** permettent de grandir et réparent nos tissus quand on se blesse :
viande, poisson, œufs, lait etc.
 - ❖ Les Aliments **protecteurs** ou **d'entretien** nous permettent de rester en bonne santé
les légumes, les fruits.
- Un menu équilibré comprend des aliments de force, des aliments de croissance et des aliments d'entretien en quantité suffisante.
 - Exemple de menu équilibré :
 - ✓ l'attiéké, le poisson, la tomate, du lait, de l'eau et l'orange

V - Activités d'application

Parmi ces aliments ci-dessous ; entoure ceux qui sont d'origine animale.

Les fruits, les œufs, l'eau, le poisson, les graines.

CORRIGE

Activités d'application

: Parmi ces aliments ci-dessous ; entoure ceux qui sont d'origine animale.

Les fruits, les œufs, l'eau, le poisson, les graines.



VI – SITUATION D’EVALUATION

Situation d’évaluation.

Pendant la récréation, un élève de CE1 dit à ses amis qu’il a l’habitude de manger de l’attieté avec du poisson, de l’huile et à la fin il boit un peu d’eau. Etonné d’entendre ses camarades dire que son menu n’est pas équilibré, il te demande de l’aider.

1-Définis un menu équilibré

2-Explique l’affirmation de ses camarades.

CORRIGE

Situation d’évaluation.

1- Un menu équilibré comprend des aliments de force, des aliments de croissance et des aliments d’entretien en quantité suffisante

2-Son menu n’est pas équilibré parce qu’il lui manque des aliments **protecteurs** ou **d’entretien** : **tels que les légumes, les fruits.**

VII - EXERCICES

ACTIVITES D’APPLICATION.

Activités d’application 1

: Relie chaque repas à son origine

La viande



Origine minérale

Les fruits



Origine végétale

Le sel de cuisine



Origine animale

Activités d’application 2

Complète ce tableau avec : le riz- le poisson-le manioc- les aliments protecteurs- l’œuf

Les aliments énergétiques	Les aliments de croissance	
		Les fruits, les légumes

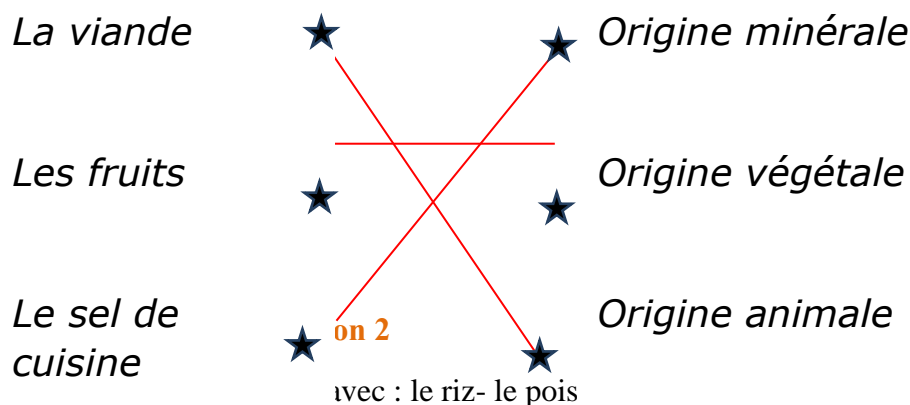
Activités d’application 3

Nomme un menu qui contient à la fois des aliments de croissance, de force et de protection.

CORRIGE

Activités d'application 1

: Relie chaque repas à son origine



Les aliments énergétiques	Les aliments de croissance	Aliments protecteurs
Le riz, le manioc	L'œuf, poisson	Les fruites, les légumes

Activités d'application 3

Que désignent les aliments de croissance, de force et de protecteur ? C'est un menu équilibré

SITUATION D'EVALUATION

SITUATION D'EVALUATION-1

Un élève de CP 2 de l'EPP SODECI Nord accompagne sa tante au marché. Elle achète des ignames, des poissons, de la viande, du sel de cuisine, une bouteille d'eau minérale. L'élève te demande de l'aider à répondre aux questions :

- 1- Classe les aliments selon leur origine.
- 2- Classe-les selon les différentes familles d'aliments.
- 3- Propose un menu équilibré avec certains de ces aliments.

CORRIGE-1

SITUATION D'EVALUATION-1

- 1- Les aliments d'origine animale : des poissons, de la viande ;

Les aliments d'origine végétale : ignames.

Les aliments d'origine minérale : une bouteille d'eau minérale, du sel de cuisine.

- 2-Aliments de force : igname

Aliments bâtisseurs : viande,

Aliments protecteurs : sel de cuisine, bouteille d'eau.

3-Le

riz – le sel de cuisine, une bouteille d'eau minérale, du poisson, du lait

SITUATION D'EVALUATION-2

Maman et sa fille de CE1 vont faire quelques provisions. Elles achètent de l'huile, du sucre, du riz, du poulet, des œufs, du yaourt, des aubergines, du piment, de la tomate, des oranges et du chou :

1- classe leurs achats dans le tableau ci-dessous

	<i>Aliments d'origine animale</i>	<i>Aliments d'origine végétale</i>
<i>Aliments de force.</i>		
<i>Aliments de croissance</i> 2- Compose un menu équilibré à partir de ces aliments.		
<i>Aliments de protection</i>		

1-

	<i>Aliments d'origine animale</i>	<i>Aliments d'origine végétale</i>
<i>Aliments de force.</i>		Du Riz - du sucre
<i>Aliments de croissance</i> 2- Aliments de force : igname	Du Poulet – des œufs –du yaourt,	De l'huile
3- Du poulet – du riz – des aubergines, du piment- de la tomate <i>Aliments de protection</i> <u>5- DOCUMENTATION</u>		Des aubergines, du chou du piment, de la tomate, des oranges

➤ Manuel élève CE1 pages **85 Images 5 - 6 -7**

