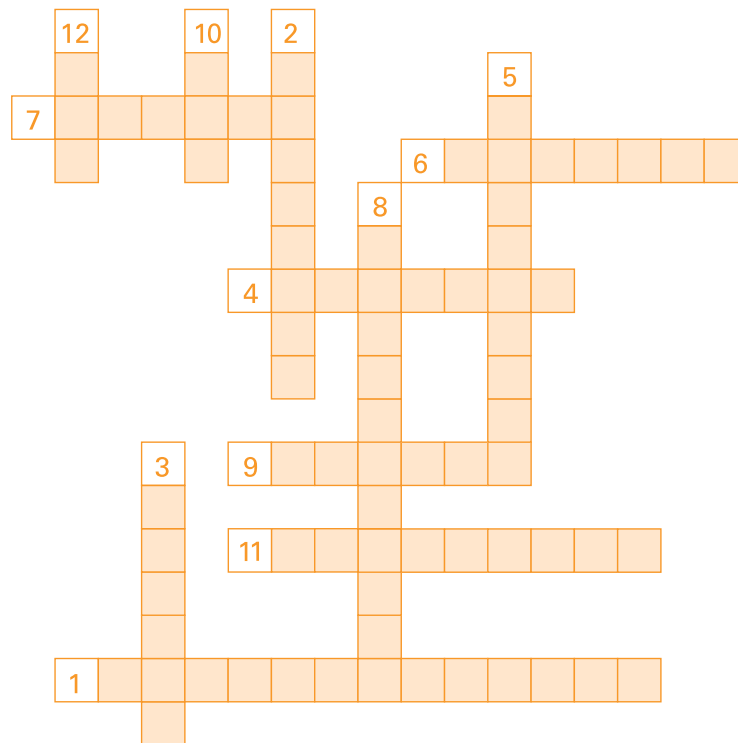


La nutrition

1. Mots croisés



- | | | | |
|---|--|----|---|
| 1 | repas que l'on prend le matin | 7 | céréale que l'on peut consommer en flocons |
| 2 | le blé et l'avoine en sont | 8 | secteur d'activité où l'on cultive les céréales |
| 3 | repas que l'on prend après l'école | 9 | la pomme et la poire en sont |
| 4 | groupe d'aliment où l'on trouve les haricots verts | 10 | céréale qui pousse dans l'eau |
| 5 | la viande en contient | 11 | science des aliments |
| 6 | on le fabrique avec du lait | 12 | seule boisson indispensable à notre organisme |

2. Activité pour toute la famille

Organise les placards de la cuisine.

Avec l'aide de tes parents, sors les aliments des placards et du réfrigérateur. Classe-les selon leur catégorie puis range-les en respectant ce classement. Tu peux fabriquer des étiquettes pour indiquer chaque catégorie dans le placard. De même, classe les aliments de ton réfrigérateur.

Cette organisation respecte-t-elle la table alimentaire (cf livret enseignant p 6) ?

3. Mots mêlés

C	O	U	R	I	R	V	I	V	L
E	E	L	E	A	V	O	I	N	E
R	I	Z	S	P	O	R	T	P	G
E	E	T	A	I	T	A	E	A	U
A	D	E	U	S	O	N	P	V	M
L	A	I	T	J	E	G	A	I	E
E	U	O	E	U	F	E	I	A	P
N	E	F	R	U	I	T	N	N	A
D	E	J	E	U	N	E	R	D	T
N	A	G	E	R	R	B	L	E	E

- | | |
|----------|--------|
| AVOINE | ŒUF |
| BLE | ORANGE |
| CEREALE | PAIN |
| COURIR | PATE |
| DEJEUNER | RIZ |
| EAU | SAUTER |
| FRUIT | SON |
| LAIT | SPORT |
| LEGUME | VIANDE |
| NAGER | |

4. Bricolage

Fabrique le jeu des 7 familles de l'alimentation.

- Matériel :
- 5 feuilles bristol format A4 (21x29,7 cm)
 - ciseaux
 - colle
 - feutres
 - journaux et prospectus

Découpe 42 cartes dans le bristol. Chaque carte mesure 7 cm de largeur et 9 cm de longueur.

Choisis 6 aliments pour chacune des 7 familles : famille boissons, famille céréales et féculents, famille fruits et légumes, famille lait et produits laitiers, famille viandes-poissons-œufs, famille sucre et produits sucrés et famille matières grasses.

Dessine les aliments sur les cartes ou découpe des photos dans des magazines ou des prospectus publicitaires de supermarché.

À toi de jouer !

