

Questionner le monde

Les aliments

Corrigé

Réponds à l'oral aux deux premières questions.

- 1) Selon toi, quelles sont la ou les familles d'aliments qui permettent de grandir ?
- 2) Selon toi, quelles sont la ou les familles d'aliments qui permettent d'avoir de l'énergie ?
- 3) Maintenant, regarde la vidéo suivante : <https://www.reseau-canope.fr/lesfondamentaux/discipline/sciences/le-fonctionnement-du-corps-humain-et-la-sante/l'alimentation/a-quoi-servent-les-aliments.html>

Les aliments bâtisseurs

4) Quels sont les aliments bâtisseurs ?

Les familles des produits laitiers et des viandes, œufs, poissons font partie des aliments bâtisseurs.

5) A quoi servent-ils ?

Les aliments bâtisseurs permettent au corps de bien grandir, ils sont bons pour la croissance !

Les aliments énergétiques

6) Quels sont les aliments énergétiques ?

Les familles des féculents et des matières grasses font partie des aliments énergétiques.

7) A quoi servent-ils ?

Les aliments énergétiques, comme son nom l'indique, donnent de l'énergie au corps ! Ils permettent le bon fonctionnement de celui-ci.

Les aliments protecteurs

8) Quels sont les aliments protecteurs ?

La famille des fruits et des légumes font partie des aliments protecteurs.

9) A quoi servent-ils ?

Les aliments protecteurs protègent le corps contre les maladies et le maintiennent donc en bonne santé.