

Nutrition et digestion

Cycle 2, CE2

Le contexte de mise en place



Depuis 2006, l'École des mines de Saint-Etienne collabore avec la main à la pâte, la direction des services départementaux de l'éducation nationale de la Loire, et les autorités locales pour mettre en œuvre un dispositif d'accompagnement et de formation des enseignants de la Loire dans le domaine des sciences.



Cette action phare a été développée dans un premier temps dans le cadre du projet Pollen reconnu comme programme de référence dans le rapport Rocard sur l'enseignement des sciences. Elle est poursuivie depuis janvier 2010 dans le cadre du projet Fibonacci qui rassemble 37 villes issues de 24 pays membres de l'Union Européenne et qui reçoit le soutien de nombreuses académies des sciences et organismes européens.



Dans ce projet, Saint-Etienne fait partie des 12 centres de référence européens et doit pendant trois ans concevoir, mettre en œuvre et tester une stratégie de dissémination d'un enseignement des sciences basé sur l'investigation aux niveaux local, national et européen.



Le projet est soutenu par l'Europe, Saint-Etienne métropole et la ville de Saint-Etienne.

Les grandes étapes de la démarche d'investigation

➤ Situation d'entrée

(Situation accroche qui permet d'entrer dans le sujet)

➤ Recueil des représentations initiales

(Ce que les élèves savent déjà ou pensent déjà savoir sur le sujet)

➤ Problème

(question/interrogation à propos d'un sujet)

➤ Question productive/sous problème

(Question précise que l'on va pouvoir résoudre grâce à une investigation)

➤ Hypothèses

➤ Investigation

(En fonction de la question ou des hypothèses, différentes investigations vont permettre de résoudre notre problème.)

- Recherche documentaire
- Expérimentation
- Modélisation
- Enquête
- Observation
- ...

➤ Interprétation des résultats

(L'hypothèse de départ est-elle validée/ invalidée ? Est-ce que je peux généraliser à partir des résultats que j'ai obtenus ?)

➤ Conclusion

(Généralement réponse à la question productive)

➤ Institutionnalisation

- (Comparer les résultats obtenus avec le savoir établi. En tant qu'élève, qu'est-ce que j'ai appris ? Quels sont les points qui me posent encore problème ? Quelles sont les questions qui me restent ?)

Ce schéma n'est bien sûr pas linéaire, certains retours en arrière peuvent être nécessaires.

Alimentation, digestion

Cycle 3 – CE2

Le module dans les grandes lignes

Ce module à très largement été inspiré du document d'accompagnement : *Enseigner les sciences à l'école, cycle 3* (CNDP, mai 2005). Il a été résumé et remis en page afin de faciliter une appropriation rapide et une cohérence avec les progressions qui accompagnent les programmes scolaires 2008. N'hésitez pas à consulter le document de base pour aller plus loin, il est accompagné d'un cédérom contenant des vidéos et des images utilisables avec les élèves.

Séances 5 et 6 proposées par Jacques Faverjon (Inspection Académique de la Loire)

Résumé du module :

L'alimentation humaine revêt une dimension à la fois individuelle et collective. Parce que chaque enfant, chaque famille, chaque société entretient avec la nourriture un rapport particulier. Comprendre ce que deviennent les aliments dans le corps donne l'occasion de construire un fond scientifique commun, partagé par toutes les cultures et en relation avec l'éducation à la santé. Ce module propose de conduire une investigation en alternant des temps de recherche seul ou en groupe et des moments de synthèse en classe entière.

Sommaire des séances

Séance 1 : Où vont l'eau et le pain ?	Recueil et confrontation des représentations des élèves.
Séance 2 : Que ressent-on quand on mange ?	Observations sur soi, travail sur documents. Invalider l'hypothèse selon laquelle les liquides et les solides emprunteraient deux trajets différents.
Séance 3 : Que se passe-t-il quand on avale ?	Réalisation et manipulation d'une maquette. Comprendre comment la nourriture est dirigée vers l'œsophage et non vers la trachée. Comprendre comment les aliments se déplacent dans l'appareil digestif.
Séance 4 : Que deviennent les aliments dans le corps ?	Recherche documentaire et synthèse. Comprendre où passent les aliments dans le corps et comment les aliments ingérés sont utilisés.
Séance 5 : Pourquoi faut-il manger de tout ?	Connaître les différentes catégories d'aliments, leur origine et comprendre l'importance de la variété alimentaire dans les repas.
Séance 6 : Hygiène et habitudes alimentaires	Connaître les mauvaises habitudes alimentaires qui peuvent nuire à la santé.

Références aux programmes :

Sciences expérimentales et technologie

Le fonctionnement du corps humain et la santé :

-Première approche des fonctions de nutrition

-Hygiène et santé : actions bénéfiques ou nocives de nos comportements, notamment dans le domaine du sport, de l'alimentation, du sommeil.

Progressions pour le CE2 et le CM

Hygiène et santé :

Connaître les actions bénéfiques ou nocives de nos comportements alimentaires

Connaître les différentes catégories d'aliments, leur origine et comprendre l'importance de la variété alimentaire dans les repas.

Première approche des fonctions de nutrition

Connaître l'appareil digestif et son fonctionnement (trajet des aliments, transformation, passage dans le sang) et en construire des représentations.

Vocabulaire : familles d'aliments (eau, fruits et légumes, produits laitiers, céréales et dérivés, viande-poisson-œuf, matières grasses, produits sucrés), besoins énergétiques, tube digestif, appareil digestif, sucs digestifs, œsophage, estomac, intestins, aliments, nutriments, énergie.

Durée : 5 séances d'1h environ suivies de plusieurs petites séances de 15 à 30 minutes.

Séance 1 – Où vont l'eau et le pain ?

Objectifs :

Recueillir et confronter les représentations et les connaissances des élèves au sujet de l'alimentation et de la digestion.

Matériel :

- Silhouette d'un homme format A4, une par élève

Durée : 1h

Déroulement de la séance :

1-Situation de départ

Discussion collective

L'enseignant lance un débat sur l'alimentation.

Les enfants ont un certain nombre de connaissances sur le sujet, mais aussi des idées reçues et des interrogations. Ils savent notamment que les aliments sont classés par familles, que certains sont « bons pour la santé » et d'autres non, les campagnes publicitaires et le discours des parents sont souvent contradictoires avec la sensation de plaisir que provoque la consommation de sucreries...

Le maître pourra relancer le débat en posant des questions, par exemple :

- Que préférez-vous manger ?
- Qu'est-ce que vous n'aimez pas ?
- Quelle nourriture donne des forces ?
- Qu'est-ce que vous n'aimez pas mais qu'il faut manger. Pourquoi ?
- Que se passe-t-il quand on ne mange pas ?
- ...

À l'issue du débat, une question est retenue: comment les aliments que nous mangeons peuvent-ils donner des «forces» et aussi «faire grandir»?

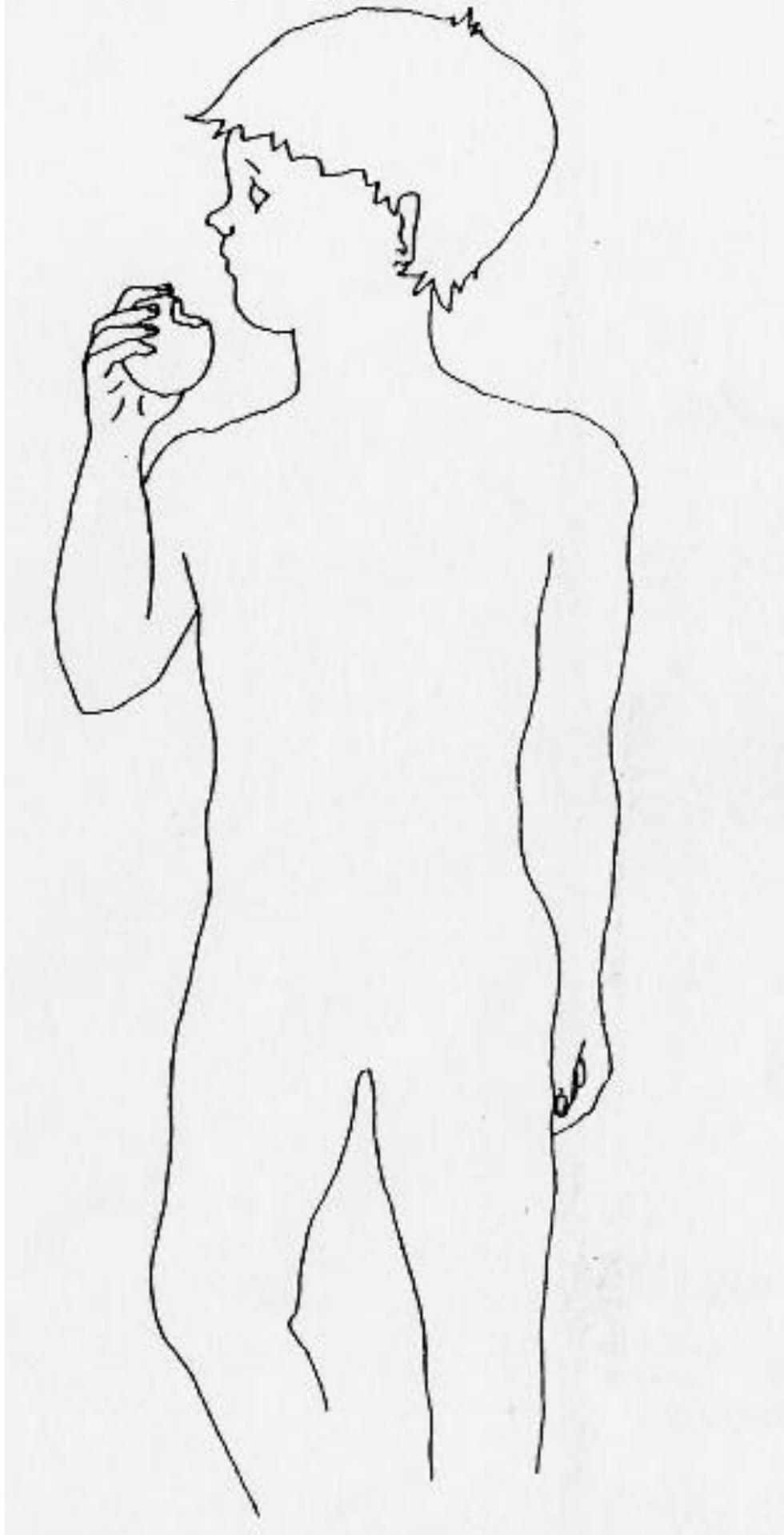
Ce débat introduit plusieurs pistes possibles, donc plusieurs parcours envisageables. La piste développée ci-dessous est principalement «mécaniste», par opposition aux pistes «chimique et énergétique» qui seront développées dans le secondaire. Elle comporte des suggestions de séances optionnelles reliées à des séances plus fondamentales. Comment notre corps s'approprié-t-il les aliments? Tel est le principal problème à résoudre.

1-Conceptions initiales des élèves

«Dans quelle partie du corps l'eau et le pain que nous mangeons et buvons vont-ils aller ? »

L'enseignant distribue une feuille avec la silhouette d'un homme, avec les consignes: « Dessine le trajet du pain et celui de l'eau. Nomme les endroits par où passent ces aliments. Que deviennent les aliments dans le corps? »

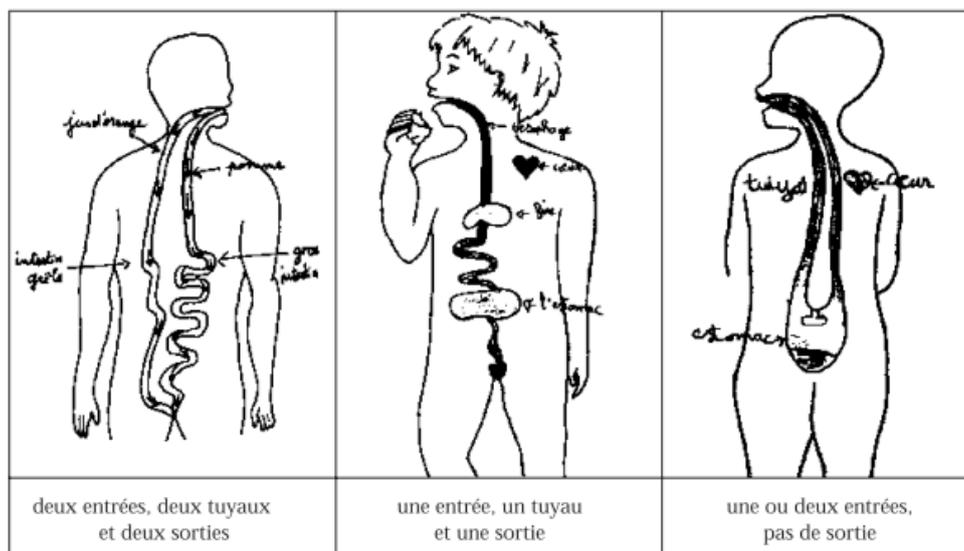
Dessine le trajet suivi par le pain et l'eau lorsque l'enfant mange et boit.



3-Problématisation, hypothèses

Analyse collective des représentations :

L'enseignant choisi quelques productions typiques qui vont provoquer des discussions et des interrogations.



Au cours du débat, les élèves utiliseront probablement spontanément un vocabulaire enfantin avec les mots « pipi » et « caca ». Le maître choisit le moment opportun pour leur faire acquérir le vocabulaire scientifique correspondant : urine et selles en prenant toutes les précautions dans le but d'éviter les situations que des enfants pourraient ressentir comme humiliantes.

On ne cherche pas à trouver tout de suite la bonne réponse, mais on cherche ce qui pourrait exister. L'enseignant note sur le tableau ou sur une affiche les questions posées par les enfants pendant la phase d'échange et de confrontation des représentations.

Les élèves ne sont pas d'accord entre eux ou semblent bloquer sur:

Trajet	Transformations	Devenir
Une ou deux entrées? Une ou deux sorties? Un ou deux tuyaux?...	Par l'estomac? Comment se passe la digestion? Qu'est-ce que digérer? Qu'est-ce qu'une mauvaise digestion? Qu'est-ce que le vomi?	Des bons et des mauvais aliments? L'eau donne-t-elle l'urine? Comment les bons aliments sont-ils utilisés? Le cerveau se nourrit-t-il? À quoi sert le sang?

La séance de confrontation des représentations permet à chacun de remettre en cause ses propres idées, et d'être motivé pour rechercher des preuves et une argumentation solide afin de répondre aux questions retenues par la classe.

Les obstacles recensés lors de cette confrontation pourraient conduire la classe à entreprendre de multiples activités, proposées par les élèves ou suscitées par l'enseignant. Un choix est nécessaire afin de ne pas engager une démarche trop complexe ou trop longue.

Une partie des phénomènes en jeu peut être mise en évidence expérimentalement ou par des manipulations de maquettes, le reste sera étudié lors d'une phase de recherche documentaire.

Une hypothèse retenue par la classe à la fin de cette séance peut être la suivante: «On suppose que les liquides vont dans une « poche » à liquides et donnent l'urine, tandis que les aliments solides prennent un autre chemin et donnent les selles. » Elle sera testée au cours de la séance suivante.

Cahier d'expériences :

Il sera intéressant de garder des traces écrites dans le cahier de chaque élève : le schéma de ses représentations, les questions soulevées lors des phases d'échange et qui feront l'objet d'investigations dans les séances suivantes.

Séance 2 – Que ressent-on quand on mange ?

Objectifs :

Invalider l'hypothèse selon laquelle les liquides et les solides emprunteraient deux trajets différents.

Matériel :

- 1 tranche de pain et un verre d'eau par élève.
- Vidéo « Le trajet des aliments » du classeur Le corps humain, Delagrave/CNDP (en annexe sur le cédérom livré avec le document d'accompagnement des programmes de 2002 : *Enseigner les sciences à l'école, cycle 3 CNDP, mai 2005*)
- Ou radiographies de l'appareil digestif
- Eventuellement feuilles de papier calque

Durée : 1h

Déroulement de la séance :

1-Situation de départ

L'enseignant propose d'étudier l'hypothèse selon laquelle les liquides et les solides emprunteraient deux trajets différents, proposée lors de la séance précédente.

2-Investigations sur son propre corps (observation)

L'enseignant distribue du pain et de l'eau aux élèves. Il s'agit de rechercher des indices sensoriels, notamment pour savoir s'il y a un ou deux « tuyaux », un pour les liquides et un pour les solides.

Quelles sensations ressent-on lorsque l'on mange et boit ?

Une palpation tactile au niveau du cou lors de la déglutition ne permet pas de répondre à la question mais semble indiquer que l'entrée des aliments liquides et celle des solides est la même. Une fois mastiqués, même les aliments solides deviennent une sorte de bouillie, ni vraiment liquide, ni vraiment solide. Il est donc peu probable que l'hypothèse d'un trajet distinct entre liquides et solides soit validée.

3-L'investigation par l'imagerie scientifique (radiographies) – phase optionnelle

Cette phase peut être éventuellement remplacée ou complétée par l'observation de radiographies de l'appareil digestif fournies par un médecin ou un parent d'élève.

La vidéo « Le trajet des aliments » du classeur Le corps humain, Delagrave/CNDP (en annexe sur le cédérom livré avec le document : *Enseigner les sciences à l'école, cycle 3 CNDP, mai 2005*) est projetée collectivement (1 min 30) avec un commentaire préalable et une question destinée à orienter les observations :

«Voilà un film tourné à l'hôpital. On a fait boire au patient une bouillie épaisse qui arrête les rayons X, pouvant traverser le corps.

La radiographie, c'est le procédé qui envoie sur le patient de tels rayons et qui permet d'observer à l'intérieur du corps.»

«La bouillie épaisse suit le même trajet que les aliments. Quel est ce trajet?»

Afin de répondre à cette question, les enfants effectuent autant d'arrêts sur image qu'ils le jugent nécessaire et tentent de rédiger un texte et un schéma dans la partie personnelle de leur cahier d'expériences.

Il existe différentes façons d'organiser le débat. Si on dispose d'un projecteur, on peut faire dessiner au feutre par un élève le contour de la bouillie épaisse et son trajet sur un grand papier blanc affiché sur l'écran ou sur le mur. Si on dispose seulement d'un téléviseur ou de postes informatiques, le même travail peut être effectué par les différents groupes d'élèves à partir d'un calque posé sur l'écran.

Des comparaisons entre groupes seront effectuées. L'observation objective nécessite un travail de remise en cause des points de vue personnels et des retours fréquents sur le document pour infirmer ou confirmer les faits relatés par chacun dans son cahier d'expériences.

L'échange oral permet de pointer plusieurs indices concordants qui pourront être confirmés après une deuxième observation du film. À l'issue d'un débat, les enfants ont noté dans leur cahier d'expériences:

1. la bouillie épaisse entre dans la gorge; elle semble hésiter entre deux trajets, mais elle se dirige vers le tube situé à l'arrière du cou;
2. elle descend dans ce tube;
3. elle rejoint une « poche »;
4. elle passe dans un tube dentelé, en mouvement constant.

L'hypothèse selon laquelle les liquides et les solides emprunteraient deux trajets différents n'est pas validée. Il existe bien deux tubes, mais un seul sert à conduire les aliments, qu'ils soient liquides ou solides. Une recherche documentaire (par exemple dans un dictionnaire illustré) révèle que ce tube dans lequel passent tous les aliments s'appelle l'œsophage. La « poche » se nomme l'estomac et le tube dentelé se nomme l'intestin.

Remarques :

Le second tube situé à l'avant du cou s'appelle la trachée. Il conduit l'air aux poumons.

Si les élèves posent la question de savoir comment la nourriture est guidée vers le « tuyau » œsophage plutôt que vers le « tuyau » trachée ou bien de savoir ce qui se passe quand on avale de travers, une activité de modélisation facultative, proposée dans la première partie de la séance 3, apporte des éléments de réponse.

Séance 3 – Que se passe-t-il quand on avale ?

Objectifs :

Comprendre comment la nourriture est dirigée vers l'œsophage et non vers la trachée.
Comprendre comment les aliments se déplacent dans l'appareil digestif.

Matériel :

- 1 maquette « coupe de la gorge » + 1 par élève (à fabriquer)
- Attaches parisiennes
- 1 bas en nylon par groupe de 4
- 4 balles (ping-pong) par groupe
- 1 schéma de l'appareil digestif à compléter par élève

Durée : 1h

Déroulement de la séance :

1-Situation de départ

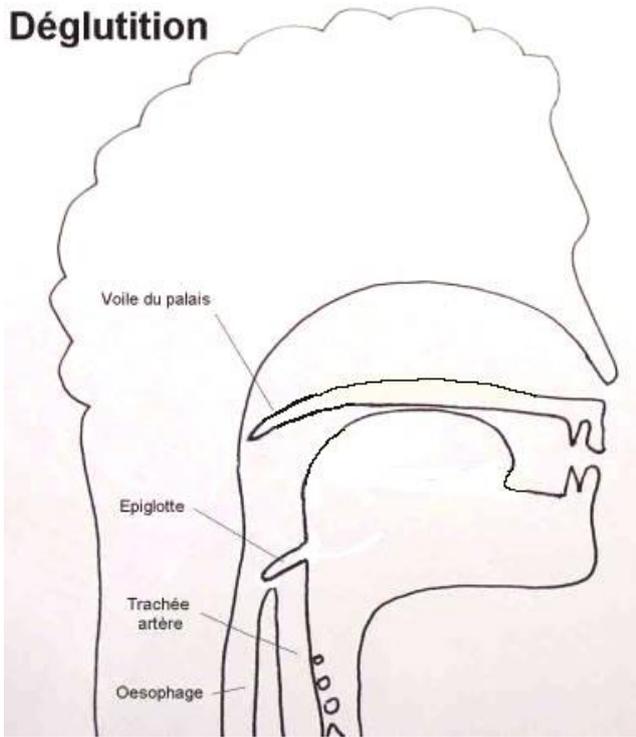
Lors des séances précédentes, la classe a soulevé des interrogations au sujet du parcours des aliments. La séance se déroule en deux temps qui permettent d'expliquer les deux phénomènes cités dans les objectifs.

2- Comment la nourriture est dirigée vers l'œsophage et non vers la trachée ? - Manipulation de maquette

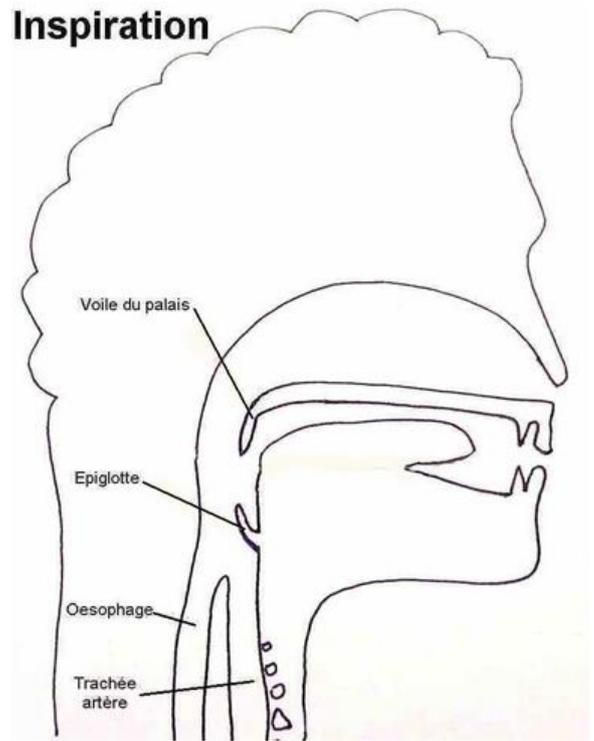
Afin de leur permettre de mieux comprendre le carrefour des voies respiratoires et alimentaires, l'enseignant explique aux élèves que le voile du palais et l'épiglotte du pharynx sont deux éléments mobiles qui permettent d'obstruer certains conduits. Lors de la déglutition, l'épiglotte se place en position de fermeture sur l'orifice de la trachée artère, située en avant de l'œsophage et lors d'une inspiration nasale bloquée brusquement, le voile du palais se place de manière à isoler la cavité nasale de la bouche.

La coupe de la gorge, proposée dans ce document est complétée par les élèves avec des éléments mobiles et des attaches parisiennes, selon leurs hypothèses. Toutes les solutions qui sont en désaccord avec les observations directes ou avec les images du film sont écartées progressivement.

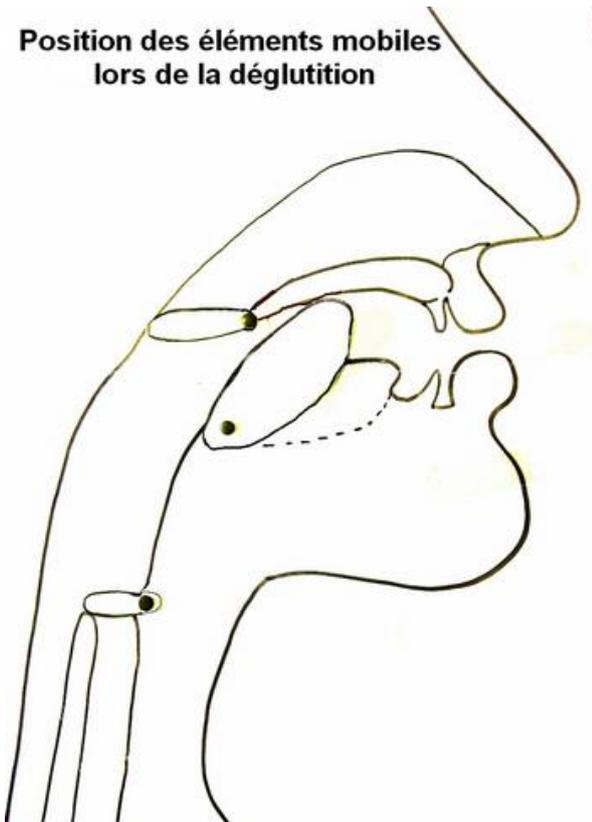
Déglutition



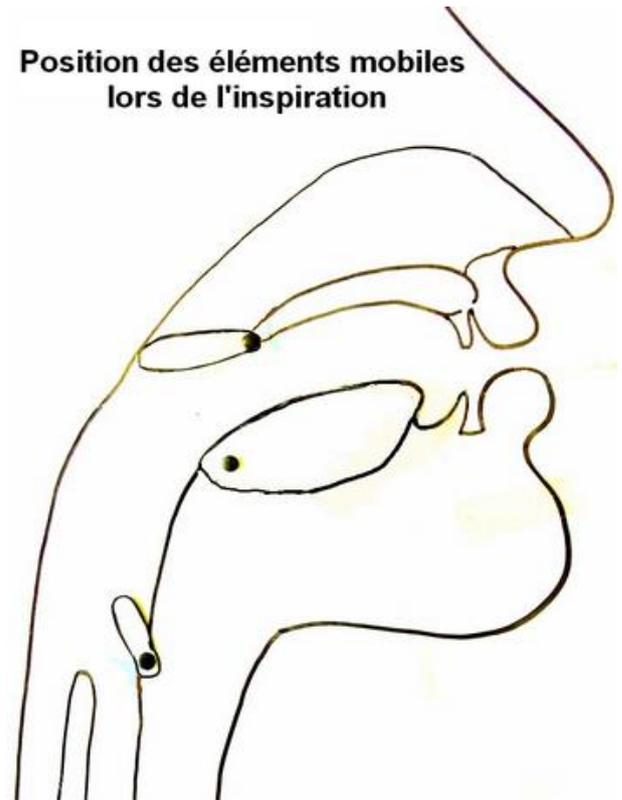
Inspiration

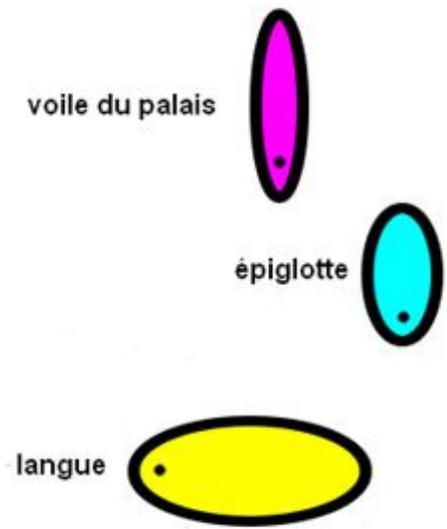
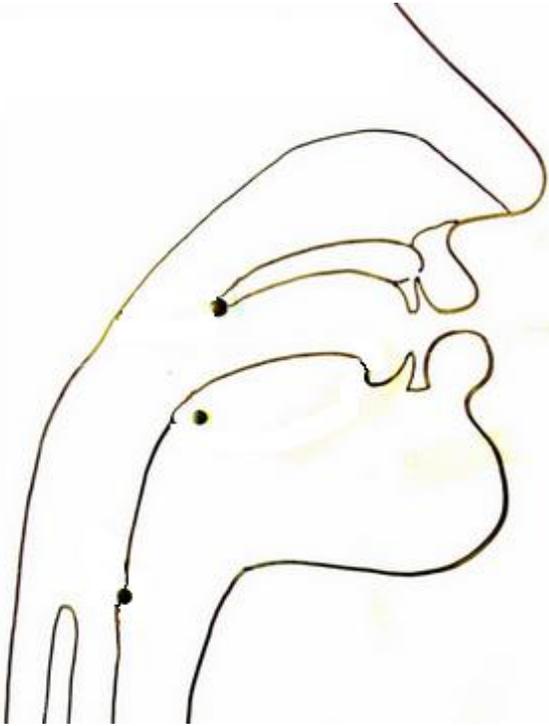
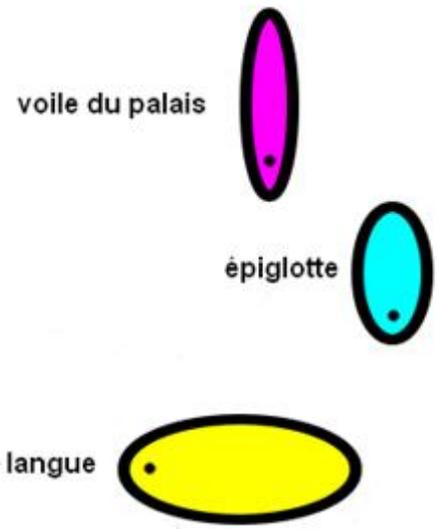
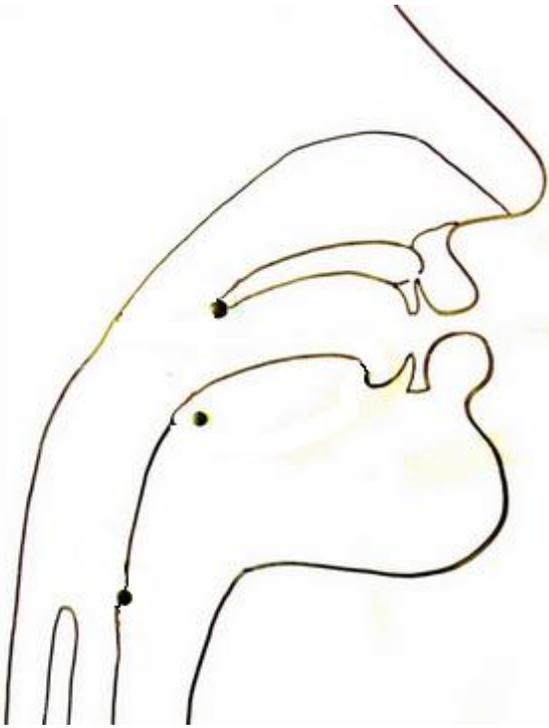


Position des éléments mobiles lors de la déglutition



Position des éléments mobiles lors de l'inspiration





3-Suite du trajet des aliments

Les étapes suivantes seront enrichies par quelques radiographies supplémentaires distribuées sous forme de photocopies et pouvant être décalquées (disponibles sur le cédérom). Il s'agit de rechercher, à partir de ces images brutes, des éléments de réponse à la question de « tuyauterie ». Le film permet de mieux se représenter le tube digestif en fonctionnement dynamique, ainsi que les contractions de l'intestin.

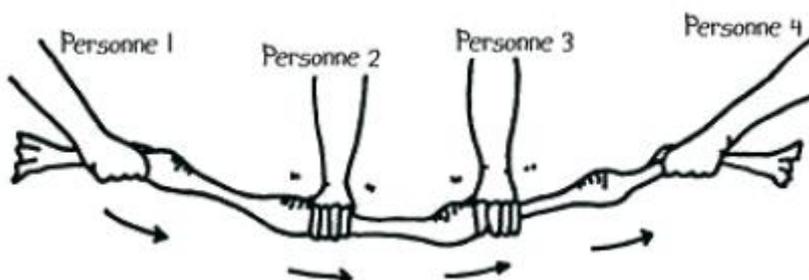
Des arrêts sur image du film ou des images fixes de radiographies sont plus faciles à schématiser et à interpréter. Des élèves pourront découvrir ainsi le contour dentelé de l'intestin grêle en quelques endroits particuliers et généraliser pour l'ensemble de l'intestin cette augmentation de la surface d'échanges occasionnée par les replis nombreux.

4-Comment les aliments avancent-ils de la bouche jusqu'au bout de l'intestin ? - Modélisation

Si cette question est sélectionnée, les propositions d'explications par les élèves sont variées: le plus souvent ils pensent que les aliments tombent par gravité. L'étonnement et la remise en cause de cette hypothèse surviennent lorsque l'on constate que le tube digestif est enroulé et replié plusieurs fois sur lui-même. De plus, en position couchée, la digestion se déroule correctement. Le visionnement du film radiographique « Le Trajet des aliments » montre qu'il existe des mouvements, et que l'on peut les entendre (borborygmes) en posant l'oreille sur le ventre de l'élève voisin.

Le problème posé est: Comment faire passer des balles de ping-pong d'un bout à l'autre d'un manchon obtenu avec un bas de nylon?

Les élèves, en manipulant, vont simuler le principe du péristaltisme, c'est-à-dire des contractions progressant en ondes le long de l'intestin.



5- Constitution de l'appareil digestif

A partir de la photo de la page suivante, ou, mieux, de la dissection d'un lapin, les élèves étudient la composition de l'appareil digestif du lapin.

L'APPAREIL DIGESTIF DU LAPIN



Légende	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	

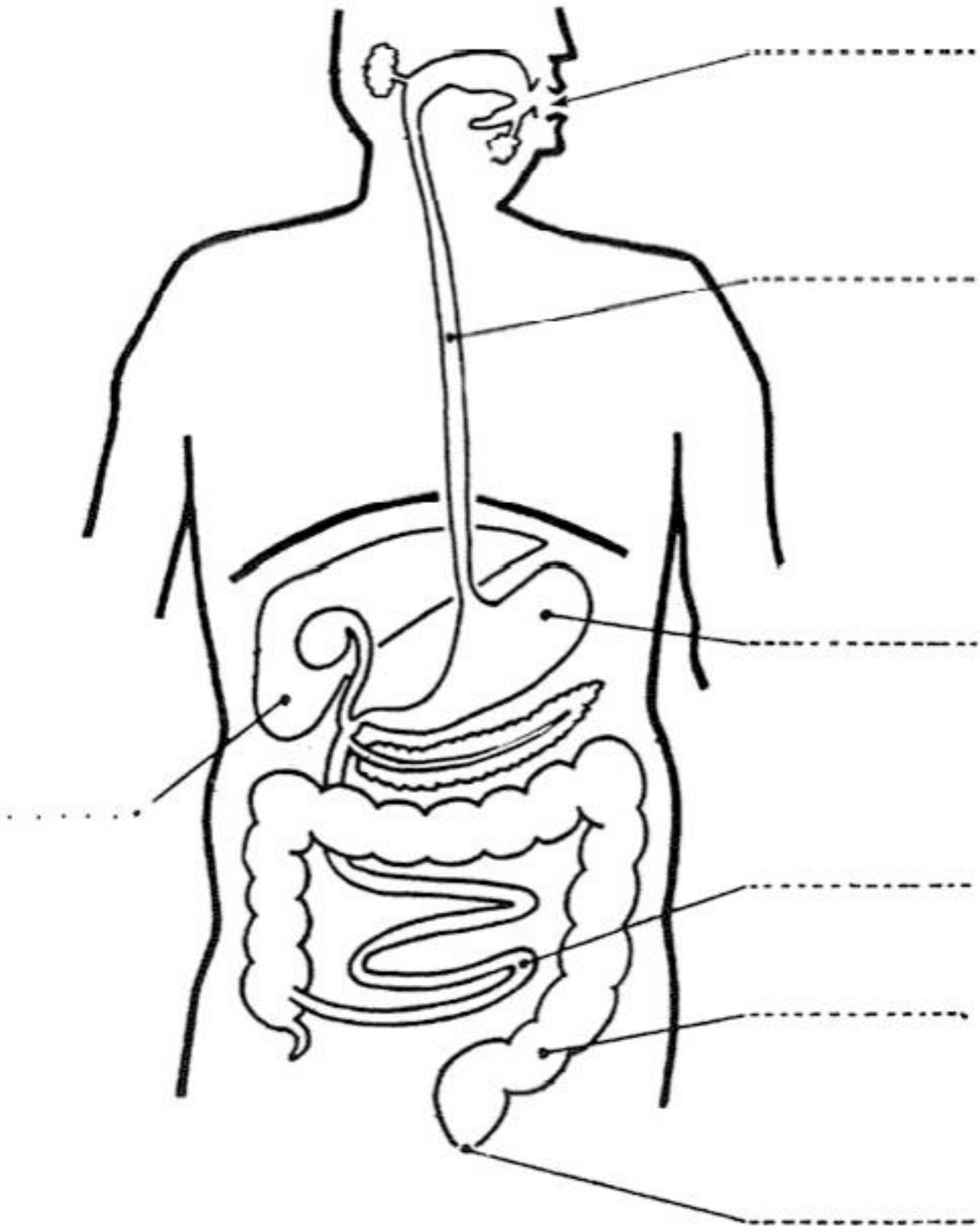
6- Institutionnalisation des nouvelles connaissances : Schématisation du tube digestif de l'homme

L'enseignant indique que l'appareil digestif de l'homme ressemble à celui du lapin, mais le diverticule entre l'intestin grêle et le colon nommé caecum, et que prolonge l'appendice, est beaucoup moins développé chez l'homme que chez le lapin.

	Lapin	Homme
Intestin grêle	2,80 m	8 m
Colon	1 m	1,50 m
Caecum	30 cm	5 cm

La distribution de schémas incomplets à reconstruire et à légender permet à la classe de clore cette partie, en retenant l'essentiel. L'appareil digestif ainsi reconstruit peut être replacé sur un schéma plus général dans lequel l'appareil respiratoire et l'appareil circulatoire vont progressivement prendre place.

L'APPAREIL DIGESTIF DE L'HOMME



Séance 4 – Que deviennent les aliments dans le corps?

Objectifs :

Comprendre comment les aliments ingérés vont être utilisés dans et par tout le corps.

Matériel :

- Ouvrages documentaires
- Connexion internet

Durée : 1h

Déroulement de la séance :

1-Situation de départ

L'enseignant revient sur le débat de la première séance, ou pose simplement les questions :

- De quelle manière les aliments « passent » du tube digestif au reste du corps ?
- Comment les aliments sont utilisés par le corps ?

2-Investigations

Une recherche documentaire permet d'élaborer une synthèse et de confronter les résultats collectés par la classe à ceux établis par les scientifiques (qui reposent sur des cas médicaux et des techniques d'investigation inaccessibles aux élèves).

Des recherches sur 4 thèmes peuvent être réparties entre les groupes :

- Que deviennent les aliments dans l'appareil digestif ?
- Qu'est-ce que la digestion ?
- Que deviennent des aliments digérés dans le corps ?
- Quel est le rôle du sang ?

L'enseignant organise les travaux de recherches par groupes de 2 ou 3 élèves en fonction des ressources disponibles (ouvrages documentaires, accès à internet)

Sites internet exploitables :

<http://fr.vikidia.org/wiki/Digestion>

<http://www.corpscite.be/xml/sites-SITE-2064-IDC-2117-.html>

3-Mise en commun

Les groupes présentent les résultats de leurs recherches qui doivent permettre de construire le schéma général de la nutrition (digestion, circulation, excrétion).

Voici quelques exemples de phrases pouvant être notées dans le cahier d'expériences :

« Les aliments que nous mangeons sont transformés et découpés finement. Il n'y a pas de tri entre aliments solides et liquides. Les morceaux de petite taille passent ensuite à travers l'intestin grêle dans le sang qui les transporte à tous nos organes, auxquels ils donnent de l'énergie (sucres, graisses). Ils servent également pour la construction (calcium, protéines) et le fonctionnement (eau, vitamines) du corps.»

«Les aliments insuffisamment découpés (non digérés) passent dans le gros intestin puis sont rejetés par l'anus sous forme de selles.»

«Les déchets qui sont rejetés dans le sang par tous nos organes sont filtrés par les reins et se retrouvent dans l'urine. »

Séance 5 – Pourquoi faut-il manger de tout ?

Objectifs :

Connaître les différentes catégories d'aliments, leur origine et comprendre l'importance de la variété alimentaire dans les repas.

Matériel : 1 maquette « coupe »

Durée : 1h

Déroulement de la séance :

1-Situation de départ

L'enseignant organise la classe en groupes de 4 ou 5.

Chaque groupe a des photos d'aliments à sa disposition.

Consigne : « classez les aliments en différentes catégories »

2-Mise en commun

Les groupes proposent leurs classements (par couleur, par taille, selon l'heure à laquelle on a l'habitude de les consommer...)

L'enseignant rappelle que, lors des séances précédentes, les élèves ont constaté que l'alimentation a plusieurs fonctions (énergie, construction, fonctionnement). Il propose de choisir le classement qui correspond le mieux à ces remarques.

Le débat doit mettre en évidence des caractéristiques communes : produits laitiers, fruits et légumes, aliments sucrés...

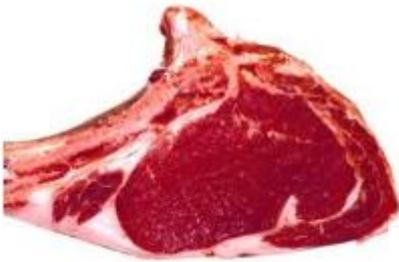
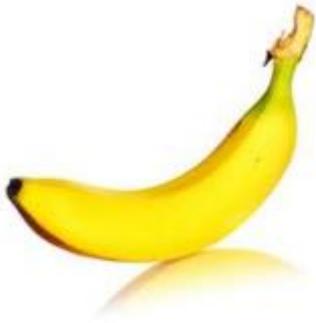
L'enseignant guide la classe vers la classification établie par les nutritionnistes :

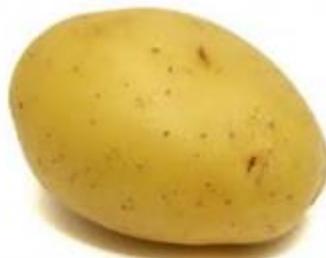
Aliments	Éléments nutritifs	Rôle principal
Produits laitiers	Calcium, protéines, lipides, glucides, vitamines A et B	Croissance, construction
Viandes, poissons, œufs	Protéines, glucides, lipides, vitamines A, B, D, fer	Croissance, construction
céréales et dérivés (pain, pâtes, riz, ...)	Glucides complexes, protéines, vitamines B, calcium, phosphore	Fourniture d'énergie
Produits sucrés	Glucides simples, lipides	Fourniture d'énergie
Légumes et fruits	Vitamine C, ions minéraux, glucides simples, eau	Fonctionnement transit intestinal
Matières grasses (huiles...)	Lipides, vitamine A et D	Réserve d'énergie
Eau	Eau, sels minéraux	Hydratation

3-Conclusion

Les élèves peuvent conclure de la nécessité d'une alimentation équilibrée pour être en bonne santé.

L'enseignant peut proposer aux élèves un tableau récapitulatif.







Séance 6 –Hygiène et habitudes alimentaires

Objectifs :

Connaître les mauvaises habitudes alimentaires qui peuvent nuire à la santé.

Matériel :

Vidéo du ministère de l'agriculture « Vinz et Lou »
www.vinzelou.net

Durée : plusieurs mini séances de 15 à 30 minutes

Le site proposé ci-dessus propose une série de vidéo d'environ 2 minutes chacune. Elles mettent en scène deux enfants : Vinz et Lou

Chaque épisode porte sur une problématique liée à l'alimentation et l'hygiène alimentaire.

La classe visionne la vidéo et l'enseignant anime une discussion autour du thème en question.

On pourra noter dans le cahier d'expérience la petite phrase qui conclut chaque épisode.

Les vidéos sont proposées en téléchargement ou en « streaming ».

Liens vers les vidéos :

[Manger, mais pour quoi faire ?](#)

Quand tu manges, tu fais aussi le plein d'énergie !



[Les découvertes du palais](#)

Goûte, si ça s'trouve c'est bon !



[Me raconte-t-on des salades ?](#)

N'avale pas n'importe quoi, fais ton propre choix !



[La main à la pâte... et toque !](#)

Si je le fais avec mes mains c'est plus malin !



[Et si la salade ne poussait pas dans les sachets ?](#)

Manger c'est bien mais sais-tu d'où ça vient !!



[Dis, quand est-ce qu'on mange ?](#)

Si tu sautes un repas, ça ne marche pas !



[Sur un plateau](#)

Bien manger c'est aussi une question d'équilibre !



Et l'activité physique dans tout ça ?

Pas de sport sans effort !



A table !

Manger c'est aussi échanger !



King Size

Un burger ça passe mais tous les jours ça lasse !



Fajitas, tofu, minestrone, kesako ?

Manger ça fait aussi voyager !



Opération mains propres !

L'hygiène ça vaut la peine !



Y a plus de saisons

Quand c'est de saison c'est tellement bon !



Tutti Frutti

Pour les fruits, c'est toujours oui !



Prolongements

Un travail en EDD sur l'alimentation dans les différents pays du monde peut être conduit à partir des photos de Peter Menzel (<http://www.menzelphoto.com/galleries/>).

Des pistes pédagogiques sont disponibles dans « *A table* » CRDP de Lorraine (<http://www.cndp.fr/crdp-nancy-metz/crdp/edition/premier-degre/a-table-cycle-3.html>).