



□ □ □ □ □ □ □

DEPART

Je note le titre du plan de travail en majuscules sur la première page de ma copie double.

1

2 à 4 élèves  

DE QUELS ALIMENTS AVONS-NOUS BESOIN?

- Je note le titre de l'activité 1.b sur ma copie double.
 - Nous faisons l'activité 1.b
 - Nous présentons nos réponses à l'oral.
- Je complète le bilan 1.b en m'aidant des vidéos V3 puis V4 et je colle les 2 feuilles sur ma copie double.
 - Je me corrige.
- Je dépose ma copie pour évaluation.

DE QUELLES QUANTITÉS D'ALIMENTS AVONS-NOUS BESOIN?

- Je note le titre de l'activité 1.a sur ma copie double.
- Je réponds aux questions de l'activité 1.a sur ma copie.
 - Je me corrige
- Je colle et complète le bilan 1.a
- Je montre mon travail

2

L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE

- Je colle l'activité 2.a sur ma copie double.
- Je fais l'activité 2.a 
- Je dépose ma copie pour évaluation



...../...../2025

Je colle dans la partie exercice les étiquettes alimentaires de 2 produits de familles différentes.



- Nous faisons l'activité 2.b



J'explique en quelques lignes le **nutriscore** : Qu'est-ce que c'est? A quoi sert-il?



J'écris dans la partie exercice, TOUT ce que j'ai mangé et bu pendant une journée complète (petit-déjeuner, déjeuner, goûter, diner)

Pour le/...../2025



CONCEVOIR UN MENU ÉQUILIBRÉ



A la fin de ce plan de travail je dois :

- savoir que les besoins d'un être humain sont variables et savoir de quoi ils dépendent.
- connaître les 7 familles d'aliments et leur(s) rôle(s)
- savoir identifier un menu équilibré. (quantitativement et qualitativement)
- comprendre les conséquences d'un déséquilibre alimentaire.
- savoir lire une étiquette alimentaire et comprendre son intérêt.

Activités	Compétences travaillées	Débutant	Apprenti	Confirmé	Expert
1.a	REPRESENTER, utiliser et produire : lire un tableau.				
	PROPOSER une hypothèse				
1.b	PARTICIPER activement dans le travail en groupe.				
	COMMUNIQUER à l'oral				
Bilan 1.b	LIRE et SUIVRE une consigne.				
2.a	LIRE et SUIVRE une consigne.				
	MOBILISER des outils numériques pour apprendre, communiquer et échanger.				
2.b	LIRE et SUIVRE une consigne				
	REPRESENTER, utiliser et produire : lire un tableau.				
	CALCULER (application simple)				
	FAIRE le travail à la maison				

NOM :

Prénom:

Classe :