



Corps et mouvement

VISÉES PRIORITAIRES

Connaître son corps, en prendre soin et reconnaître ses besoins physiologiques et nutritionnels.

Développer ses ressources physiques et motrices, ainsi que des modes d'activités et d'expression corporelles.

Préserver son capital santé par le choix responsable d'activités sportives et de pratiques alimentaires.



Éducation nutritionnelle

VISÉES PRIORITAIRES

Connaître son corps, en prendre soin et reconnaître ses besoins physiologiques et nutritionnels.

Développer ses ressources physiques et motrices, ainsi que des modes d'activités et d'expression corporelles.

Préserver son capital santé par le choix responsable d'activités sportives et de pratiques alimentaires.

CM 26 – Identifier les notions de base d'une alimentation équilibrée...

1 ... en identifiant ses besoins alimentaires et hydriques

2 ... en observant ses habitudes alimentaires

3 ... en reconnaissant et en classant par groupes les différents aliments

Progression des apprentissages

5^e – 6^e années

7^e – 8^e années

Dégustation de différentes eaux naturelles et aromatisées

Échange sur le choix des collations apportées par les enfants

Préparation et dégustation d'un petit-déjeuner ou d'une collation avec boisson

Classification des aliments et des boissons selon leurs fonctions dans l'organisme

Découverte et analyse des équivalences alimentaires

Planification, organisation, réalisation et partage d'un pique-nique ou d'un repas



4 ... en repérant les équivalences alimentaires

5 ... en composant un repas simple

Attentes fondamentales

Au cours, mais au plus tard à la fin du cycle, l'élève...

...associe des aliments et des boissons à leurs fonctions dans l'organisme

...applique les équivalences alimentaires

Indications pédagogiques

Ressources, indices, obstacles. Notes personnelles

Liens *CM 21 – Condition physique et santé*; *FG 22 – Santé et bien-être*; *FG 25 – Vie de la classe et de l'école*; *FG 26-27 – Complexité et interdépendance*;

Liens *FG 26-27 – Complexité et interdépendance*

Utiliser le support de la pyramide alimentaire ou d'autres schémas de référence (Société suisse de nutrition) www.sge-ssn.ch

Liens *FG 24 – Projets collectifs*

Liens *CM 25 – Sens et besoins physiologiques*; *MSN 27 – Corps humain*