



CONTENT BASED TEACHING + PLURILINGUAL/CULTURAL AWARENESS CONBAT

NOTRE TERRE NOUS NOURRIT

Nathalie Auger

---

## SEQUENCE 4 MANGER ÉQUILIBRÉ: VIVE LA DIVERSITÉ!

---

FICHE DE TRAVAIL NUMERO 1: LA PYRAMIDE ALIMENTAIRE DE L'EGYPTE EN FRANCE:

UN UNIVERSEL DANS LE MONDE ALIMENTAIRE

---



### ***La pyramide alimentaire***

**Durée:** 30'

**Mode de groupement:** par paire

**Matériel nécessaire:** fiche de travail numéro 1

**Consignes /supports:**

Les médecins distinguent 7 familles d'aliments :

- Viandes et poissons
- Produits laitiers
- Céréales et légumes secs
- Matières grasses
- Fruits et légumes
- Sucres
- Boissons/ liquide



- Discute avec ton voisin pour savoir combien de fois par jour il faut manger de ces différentes familles pour être en bonne santé ?
- Compare avec ce que tu manges dans une journée.
- Compare tes résultats avec ceux de la pyramide pour voir si tu manges trop ou pas assez de certains groupes d'aliments.

