

A quoi servent les aliments?

Pour que notre corps grandisse et fonctionne, nous devons nous nourrir.

Les aliments que nous mangeons ne servent pas tous à la même chose.



Les aliments bâtisseurs : ils servent à fabriquer les muscles et les os.



Les aliments énergétiques : ils fournissent de l'énergie à ton corps pour bouger.

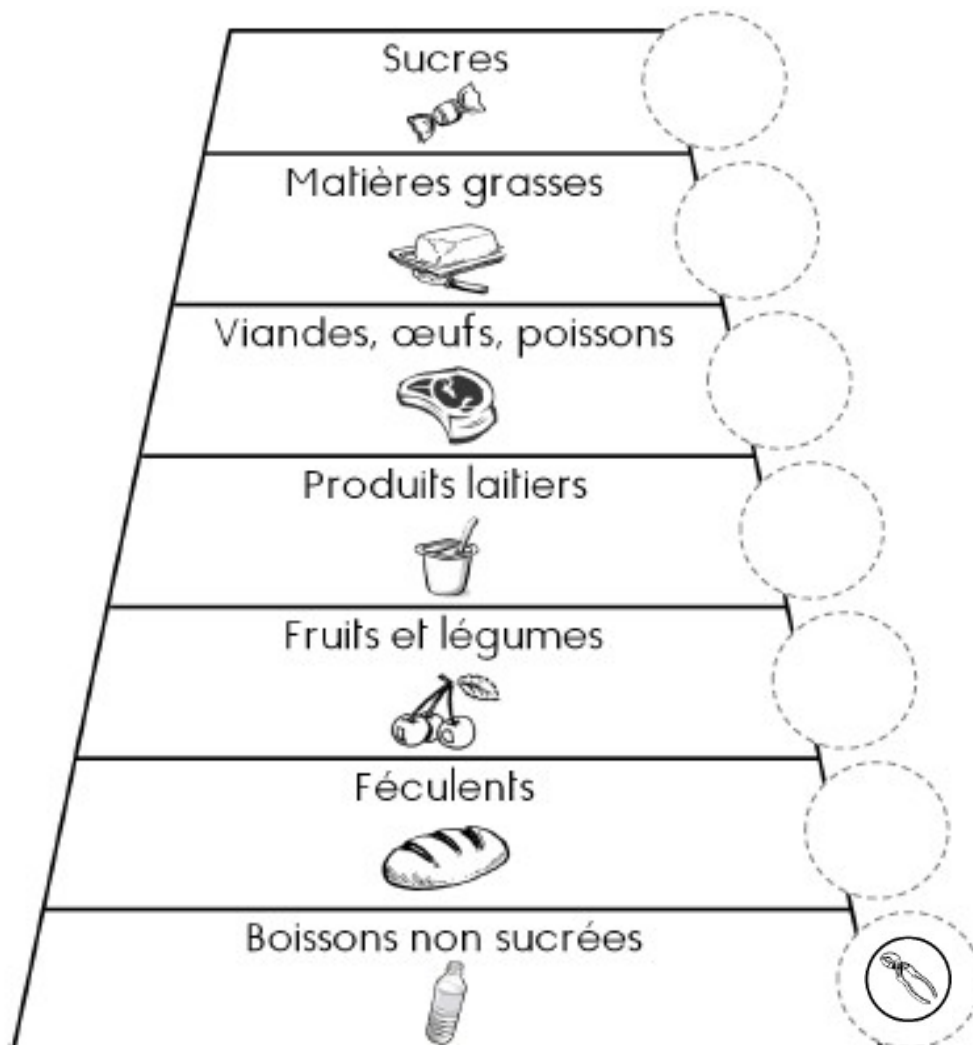


Les aliments protecteurs : ils protègent ton corps des maladies

L'eau qui est un élément indispensable pour ton corps.

Activité à réaliser après avoir visionné la vidéo "A quoi servent les aliments?"
<https://lesfondamentaux.reseau-canope.fr/video/a-quoi-servent-les-aliments.html>

Consigne : Complète les bulles avec l'illustration qui correspond au rôle de chaque groupe d'aliment.



Découpe puis colle les logos suivants au bon endroit.
Si tu n'as pas d'imprimante, déplace les logos sur les bulles en pointillés.

