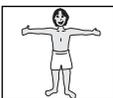


## LISTE DES ANNEXES

Annexe 1 :	Comparaison du contenu nutritif .....	1.51
Annexe 2 :	Situation fictive – Résolution de problèmes .....	1.52
Annexe 3 :	Cadre de prise de notes – Les nutriments .....	1.53
Annexe 4 :	Mon bilan quotidien .....	1.54
Annexe 5 :	Évaluation de régimes alimentaires .....	1.55
Annexe 6 :	Étapes du processus de design visant l'évaluation de produits de consommation .....	1.56
Annexe 7 :	Grille d'observation – Processus de design .....	1.57
Annexe 8 :	Sommaire des concepts – Les systèmes du corps humain .....	1.58
Annexe 9 :	Diagramme à étiqueter – Le système digestif .....	1.59
Annexe 10 :	Jet de mots – Les systèmes respiratoire et circulatoire .....	1.60
Annexe 11 :	Expérience – L'action des reins .....	1.61
Annexe 12 :	Cycle de mots – Les systèmes du corps humain .....	1.63
Annexe 13 :	Évaluation d'une publicité – Questions de réflexion .....	1.64
Annexe 14 :	Grille d'évaluation pour la présentation orale .....	1.65
Annexe 15 :	Guide d'anticipation – Les maladies .....	1.66
Annexe 16 :	Cadre de prise de notes – Les maladies .....	1.67



# LE MAINTIEN D'UN CORPS EN BONNE SANTÉ

Sciences de la nature  
5<sup>e</sup> année  
Regroupement 1

## ANNEXE 1 : Comparaison du contenu nutritif

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Compare l'information nutritionnelle sur diverses boîtes de céréales :

Information nutritionnelle : Tableau de comparaison

	par portion de 30 g de céréales		
	« Raisin Bran » de Kellogg	« Corn Flakes » de Kellogg	Une marque de ton choix : _____
Énergie	405 kJ	470 kJ	
Protéines	2,3 g	2,1 g	
Matières grasses	0,5 g	0,2 g	
Glucides	24 g	26 g	
Sucres	8,3 g	2,3 g	
Amidon	12 g	23 g	
Fibres alimentaires	3,5 g	0,8 g	
Sodium	176 mg	215 mg	
Potassium	180 mg	30 mg	
	% de l'apport quotidien recommandé		
Vitamine A	0 %	0 %	
Vitamine D	0 %	0 %	
Vitamine B1	47 %	46 %	
Vitamine B2	2 %	50 %	
Niacine	10 %	8 %	
Vitamine B6	10 %	10 %	
Folacine	8 %	8 %	
Vitamine B12	0 %	0 %	
Pantothénate	7 %	7 %	
Calcium	1 %	0 %	
Phosphore	9 %	1 %	
Magnésium	15 %	1 %	
Fer	29 %	28 %	
Zinc	12 %	1 %	

1. Quelle marque conseillerais-tu à une personne qui veut augmenter son apport quotidien en fibres? \_\_\_\_\_
2. Quelle marque conseillerais-tu à une personne qui veut réduire sa consommation de sucre? \_\_\_\_\_
3. Quelle marque contient le plus de sodium? \_\_\_\_\_
4. Quelle marque contient le plus de matières grasses? \_\_\_\_\_
5. Pour quelle vitamine l'écart est-il le plus grand? \_\_\_\_\_



## ANNEXE 2 : Situation fictive – Résolution de problèmes

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Tu es vérificateur dans une entreprise où l'on met en boîte des mélanges de noix et de fruits séchés. Dernièrement l'entreprise a reçu de nombreuses plaintes concernant ses boîtes, alléguant que l'étiquetage est erroné. Tu veux en avoir le cœur net et tu ouvres quatre boîtes au hasard en triant leur contenu. Voici ce que tu trouves :

Échantillon 1

a, a, a, a  
ar, ar, ar, ar, ar  
n, n, n  
r, r, r, r  
ra  
p, p

Échantillon 2

a, a, a, a, a  
ar, ar, ar, ar  
n, n, n  
r, r, r  
ra, ra  
p

Échantillon 3

a  
ar, a  
n, n, n, n, n  
r, r, r, r, r, r  
ra, ra, ra, ra, ra, ra  
p, p, p, p, p, p, p

Échantillon 4

a, a, a, a, a, a, a, a, a, a  
ar, ar, ar, ar, ar, ar, ar  
n, n  
r, r, r, r, r  
ra, ra, ra, ra  
p, p

Ingrédients : **a**mandes, **a**rachides non salées, **n**oix de Grenoble, raisins au yogourt, **r**aisins secs, **p**apaye.

1. Penses-tu que les consommateurs ont eu raison de se plaindre?

---

---

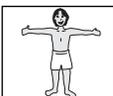
---

2. Quel échantillon correspond le mieux à ce qui est écrit sur l'étiquette? Explique.

---

---

---



# LE MAINTIEN D'UN CORPS EN BONNE SANTÉ

Sciences de la nature  
5<sup>e</sup> année  
Regroupement 1

## ANNEXE 3 : Cadre de prise de notes – Les nutriments

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

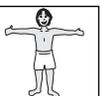
Donne une définition de chacun des nutriments vus en classe. Puis nomme trois aliments dans lesquels ce nutriment est présent, et enfin, décris la ou les fonctions du nutriment en question.

Définition	Nutriment	Fonctions
	Aliments	

Définition	Nutriment	Fonctions
	Aliments	

Définition	Nutriment	Fonctions
	Aliments	

Définition	Nutriment	Fonctions
	Aliments	



**ANNEXE 4 : Mon bilan quotidien**

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

1. Note dans le tableau suivant ce que tu as mangé pendant la journée.

<b>Déjeuner</b>	<b>Collation</b>
<b>Dîner</b>	<b>Collation</b>
<b>Souper</b>	<b>Collation</b>

2. À partir du tableau ci-dessus, coche dans le tableau de fréquence le nombre de portions consommées au cours de la journée.

<b>Groupes alimentaires</b>	<b>Nombre de portions pendant une journée</b>
Produits céréaliers	
Légumes et fruits	
Produits laitiers	
Viandes et substituts	

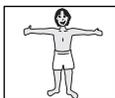
3. Évalue tes habitudes alimentaires pour cette journée en fonction des recommandations du *Guide alimentaire*.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## ANNEXE 5 : Évaluation de régimes alimentaires

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

En fonction des recommandations du *Guide alimentaire canadien*, évalue les régimes alimentaires suivants et indique les changements nécessaires pour qu'ils y soient conformes.

1. Voici ce qu'une fille de 10 ans a mangé et bu pendant une journée :

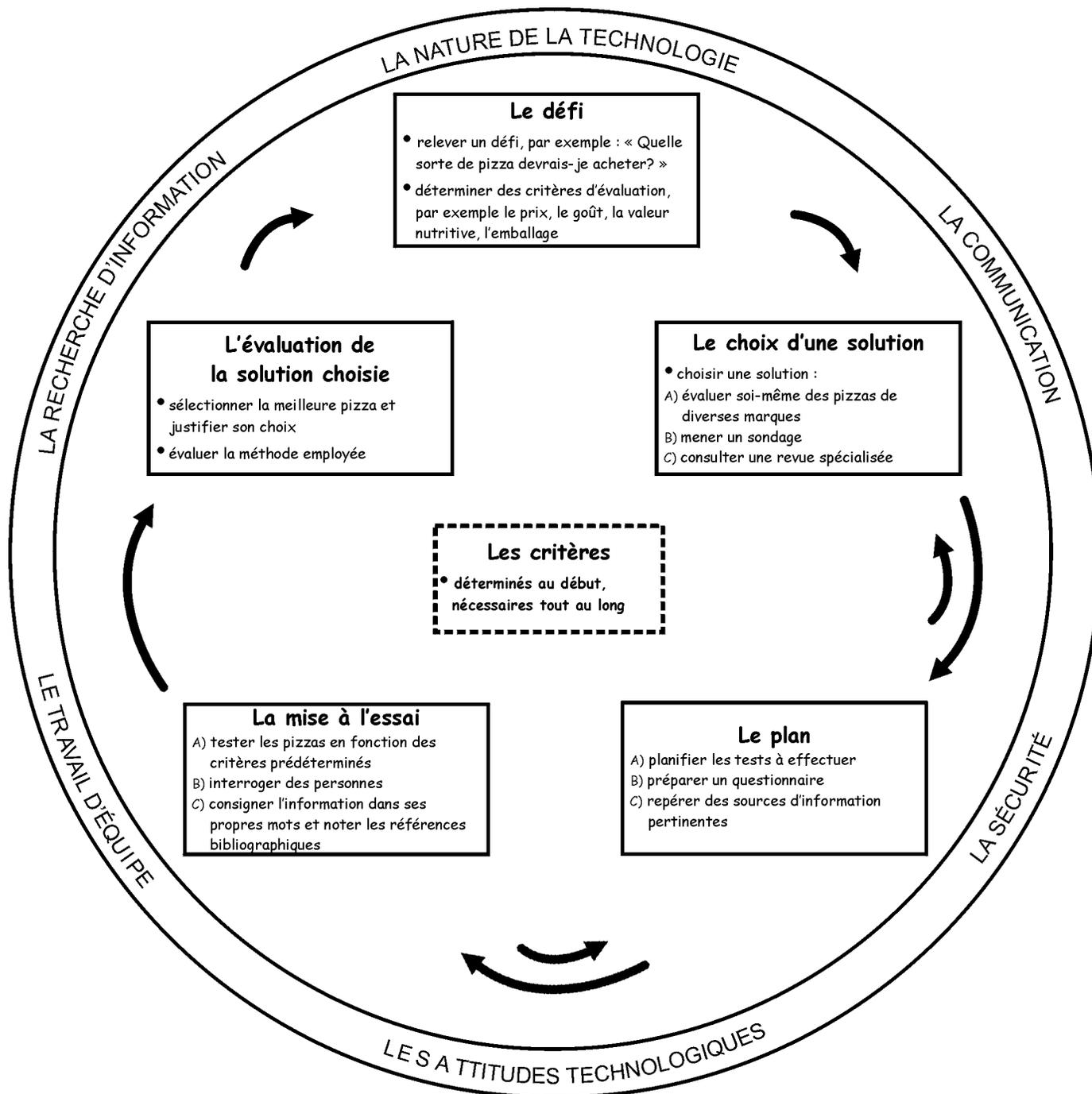
<b>Déjeuner</b> 2 rôties avec de la confiture et du beurre 1 verre de lait au chocolat 1 banane	<b>Collation</b> 1 roulé aux fruits
<b>Dîner</b> 1 sandwich au jambon avec moutarde et fromage 1 canette de coca-cola 1 sac de croustilles 1 pomme	<b>Collation</b> 2 biscuits aux brisures de chocolat 1 verre de lait
<b>Souper</b> Spaghetti avec sauce à la viande 2 tranches de pain à l'ail 1 verre de boisson au raisin 1 cornet de crème glacée à la vanille	<b>Collation</b> 2 biscuits aux brisures de chocolat 1 tasse de chocolat chaud

2. Voici ce qu'un garçon de 11 ans a mangé et bu pendant une journée :

<b>Déjeuner</b> 1 bol de céréales (300 ml) 125 ml de lait homo 1 banane 1 verre de jus d'orange	<b>Collation</b> 1 pomme 2 biscuits au gruau
<b>Dîner</b> 1 bagel 1 œuf cuit dur 15 ml de fromage à la crème 1 pudding au chocolat (125 ml) 1 orange 1 canette de coca-cola	<b>Collation</b> 1 tasse de maïs soufflé
<b>Souper</b> 1 hamburger avec ketchup 1 contenant de frites 1 verre de lait 1 chausson aux pommes	<b>Collation</b> rien



## ANNEXE 6 : Étapes du processus de design visant l'évaluation de produits de consommation





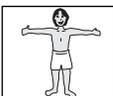
## ANNEXE 8 : Sommaire des concepts – Les systèmes du corps humain

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Remplis le sommaire suivant au fur et à mesure que tu étudies les systèmes en classe.

Le système digestif	Le système squelettique	Le système musculaire
Rôle	Rôle	Rôle
Composantes	Composantes	Composantes
Le système nerveux	Le système tégumentaire	Le système respiratoire
Rôle	Rôle	Rôle
Composantes	Composantes	Composantes
Le système circulatoire	Les mécanismes de défense	L'élimination des déchets
Rôle	Rôle	Rôle
Composantes	Composantes	Composantes

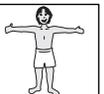
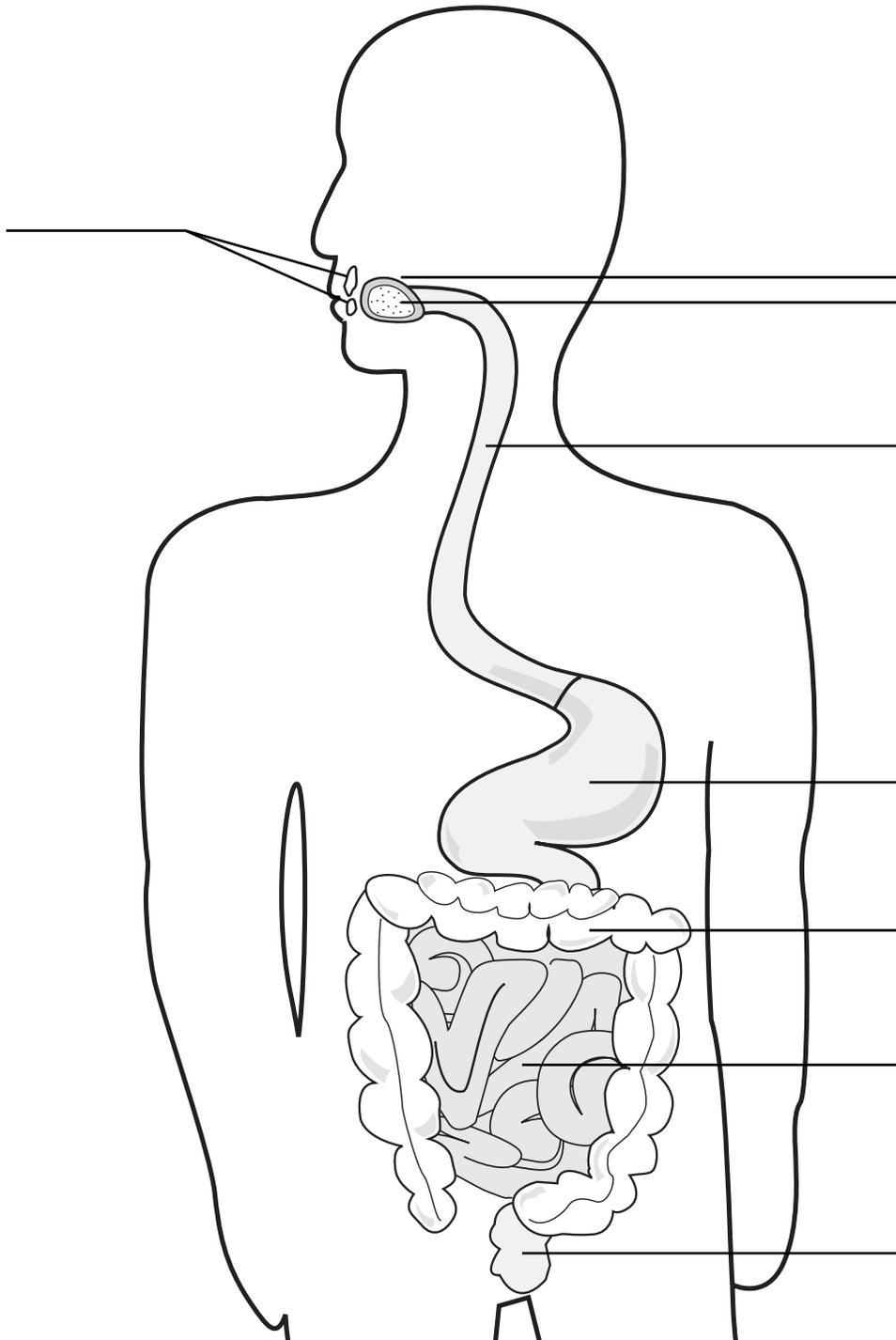


**ANNEXE 9 : Diagramme à étiqueter – Le système digestif**

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Étiquette les composantes du système digestif.



**ANNEXE 10 : Jet de mots – Les systèmes respiratoire et circulatoire**

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Formule des phrases qui comportent chacune trois des expressions suivantes :

**le nez**

**le système respiratoire**

**les vaisseaux sanguins**

**la trachée**

**les déchets**

**l'air**

**les nutriments**

**l'oxygène**

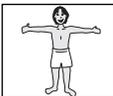
**le dioxyde de carbone**

**les poumons**

**le corps humain**

**le système circulatoire**

**le cœur**



## ANNEXE 11 : Expérience – L'action des reins

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

**Introduction :** Le sang circule partout dans le corps apportant de l'oxygène et des nutriments. Le sang ramasse également des déchets. Le dioxyde de carbone est éliminé par les poumons, mais la plupart des déchets sont éliminés par les reins. Cette expérience simule l'action des reins.

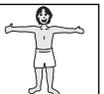
**Matériel :**

du sable	trois billes rouges ou trois haricots rouges secs
de l'eau	trois billes blanches ou trois fèves blanches sèches
une cuillère à table	trois contenants en plastique (500 ml)
du papier filtre	un entonnoir
	une passoire (ou un entonnoir recouvert de moustiquaire)

### Déroulement et observations :

Lis les directives attentivement.

1. Lis toute l'expérience avant de commencer.
2. Mélange dans un contenant en plastique une demi-tasse d'eau, trois billes rouges, trois billes blanches et une cuillère à table de sable.
3. Verse le mélange lentement à travers une passoire. Récupère le liquide dans un deuxième contenant en plastique. 
  - Que reste-t-il dans l'entonnoir? \_\_\_\_\_
  - Décris le filtrat de cette première filtration \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. Prépare le papier filtre selon les directives qui suivent : 
  - Plie le cercle de papier filtre en deux pour obtenir un demi-cercle.
  - Plie le demi-cercle de papier en deux pour obtenir un quart de cercle.
  - Insère ton doigt de sorte qu'il y ait une épaisseur de papier d'un bord et trois épaisseurs de papier de l'autre pour former un cône.
  - Place le cône de papier filtre dans l'entonnoir. Mouille-le avec un peu d'eau pour qu'il colle à l'entonnoir.



**ANNEXE 11 : Expérience – L'action des reins (suite)**

5. Verse **lentement** le liquide de la première filtration dans l'entonnoir. □

- Décris le liquide de la deuxième filtration. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Conclusions :**

1. Indique ce que représentaient les éléments suivants :

- l'eau \_\_\_\_\_  
les billes rouges \_\_\_\_\_  
les billes blanches \_\_\_\_\_  
le sable \_\_\_\_\_

2. Avant la première filtration, le mélange contenait :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. a) La première filtration a enlevé :

\_\_\_\_\_

b) La première filtration du sang par les reins enlève :

\_\_\_\_\_

c) Selon toi, le corps humain s'en débarrasse-t-il ou les recycle-t-il? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. a) La deuxième filtration a enlevé :

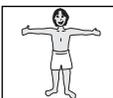
\_\_\_\_\_

b) La deuxième filtration du sang par les reins enlève :

\_\_\_\_\_

c) Comment le corps humain se débarrasse-t-il de ces déchets

\_\_\_\_\_

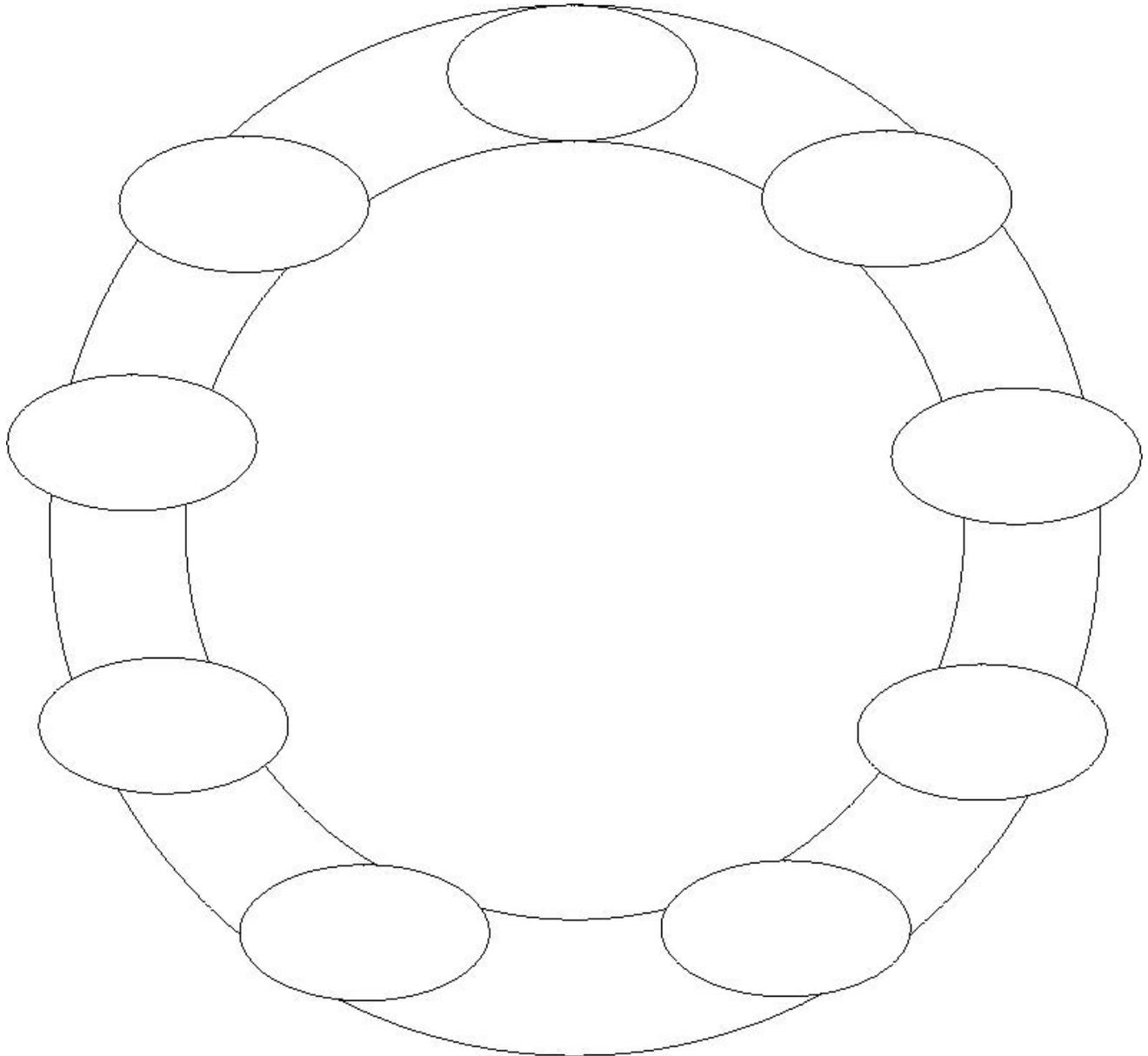


## ANNEXE 12 : Cycle de mots – Les systèmes du corps humain

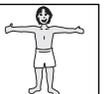
Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Place les systèmes dans un certain ordre. Écris le rapport qui existe entre deux systèmes en notant sur l'anneau le lien qui les relie.



système tégumentaire, mécanismes de défense, système nerveux,  
système respiratoire, système musculaire, système squelettique,  
élimination des déchets, système circulatoire, système digestif



## ANNEXE 13 : Évaluation d'une publicité – Questions de réflexion

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

1. Réponds aux questions qui suivent en rapport avec l'annonce publicitaire que tu as choisie.

Annonce	
À qui l'annonce est-elle destinée?	Quel produit veut-on vendre?
Quelles idées ou stéréotypes sont véhiculés indirectement par cette annonce publicitaire?	Est-ce que les images présentées sont réalistes?
Y a-t-il des renseignements qui manquent?	Y a-t-il de l'information en petits caractères? D'après toi, quelle en est la raison?

2. Aimes-tu cette annonce publicitaire et pourquoi? \_\_\_\_\_

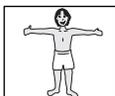
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Es-tu d'accord avec les messages que transmet cette annonce publicitaire? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



# LE MAINTIEN D'UN CORPS EN BONNE SANTÉ

Sciences de la nature  
5<sup>e</sup> année  
Regroupement 1

## ANNEXE 14 : Grille d'évaluation pour la présentation orale

Nom de l'élève : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

(Grille destinée à l'enseignant)

	1	2	3	4
<b>La préparation</b>				
L'élève a choisi une annonce à caractère scientifique.				
<b>Le contenu</b>				
L'élève a résumé l'annonce.				
L'élève a identifié le public cible.				
L'élève a analysé les renseignements présentés.				
L'élève a analysé les images présentées.				
L'élève a pris une position à l'égard de l'annonce.				
<b>Le suivi</b>				
L'élève a su répondre aux questions.				

1 - Excellent, 2 - Bien, 3 - Satisfaisant, 4 - Insatisfaisant



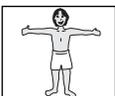
**ANNEXE 15 : Guide d'anticipation – Les maladies**

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Remplis les sections « avant » pour chaque énoncé. Plus tard, tu devras remplir le reste du tableau.

Énoncés	Ton opinion
Le cancer de la peau est très fréquent chez les personnes qui travaillent au grand Soleil.	Avant :
	Après :
	Pourquoi :
Fumer peut entraîner des maladies respiratoires.	Avant :
	Après :
	Pourquoi :
L'activité physique est bonne pour la santé.	Avant :
	Après :
	Pourquoi :
Le manque d'activité physique peut entraîner le diabète.	Avant :
	Après :
	Pourquoi :



# LE MAINTIEN D'UN CORPS EN BONNE SANTÉ

Sciences de la nature  
5<sup>e</sup> année  
Regroupement 1

## ANNEXE 16 : Cadre de prise de notes – Les maladies

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Note en abrégé les renseignements recueillis pendant les présentations de tes pairs.

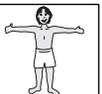
<b>Maladie :</b>		
<b>Causes :</b>	<b>Conséquences :</b>	<b>Moyens de prévention :</b>

<b>Maladie :</b>		
<b>Causes :</b>	<b>Conséquences :</b>	<b>Moyens de prévention :</b>

<b>Maladie :</b>		
<b>Causes :</b>	<b>Conséquences :</b>	<b>Moyens de prévention :</b>

<b>Maladie :</b>		
<b>Causes :</b>	<b>Conséquences :</b>	<b>Moyens de prévention :</b>

<b>Maladie :</b>		
<b>Causes :</b>	<b>Conséquences :</b>	<b>Moyens de prévention :</b>

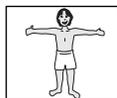


**PORTFOLIO : Table des matières**

Nom : \_\_\_\_\_

PIÈCE*	TYPE DE TRAVAIL	DATE	CHOISIE PAR
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			

\* Chaque pièce devrait être accompagnée d'une fiche d'identification.



**PORTFOLIO : Fiche d'identification**

**Fiche d'identification**

Nom de la pièce : \_\_\_\_\_

Apprentissage visé (connaissances, habiletés, attitudes) : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Remarques et réflexions personnelles au sujet de ce travail : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ton niveau de satisfaction par rapport à ce travail :

1  
pas satisfait(e)  
du tout

2

3

4

5  
très satisfait(e)

