

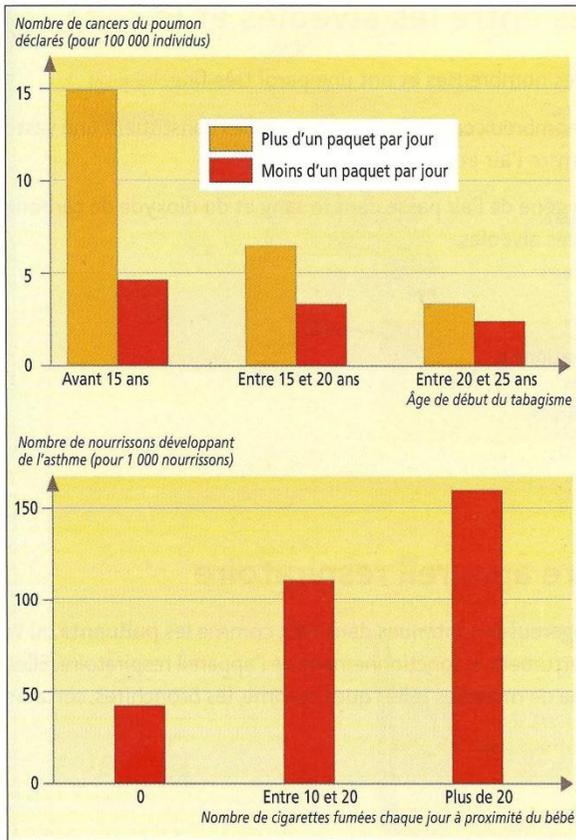
II. Les conséquences des excès alimentaires

Quelles conséquences une alimentation trop riche ou trop peu variée peut-elle avoir sur ma santé ?

Activité 2 : A partir de documents et de l'application Bodyxq heart, expliquer comment un déséquilibre alimentaire peut entraîner des problèmes de santé sous forme d'une carte d'idées, d'un sparkvidéo ou d'un texte.

DOMAINE DU SOCLE COMMUN	COMPETENCES	CRITERES DE REUSSITE	
1. LES LANGAGES POUR PENSER ET COMMUNIQUER	COMMUNIQUER ET PRESENTER A L'ORAL	J'utilise les usages pour communiquer en classe.	
		Le texte a du sens.	
		Je respecte la grammaire et l'orthographe en utilisant un vocabulaire précis.	
		J'organise mes propos avec des connecteurs logiques.	
		J'explique les conséquences d'une alimentation trop riche sur l'organisme.	
		J'explique les conséquences d'une alimentation trop peu variée sur l'organisme.	
	TRADUIRE LES INFORMATIONS PAR UN SCHEMA	J'utilise des outils adaptés pour tracer nettement.	
		Je détermine et organise en catégories les éléments importants à représenter.	
		Les éléments sont symbolisés (ou simplifiés)	
		Sous le schéma, le titre souligné comporte la nature du document et le phénomène étudié	
2. LES METHODES ET OUTILS POUR APPRENDRE	PLANIFIER LE TRAVAIL EN GROUPE	Je mets en relation les éléments symbolisés.	
		J'écris deux-trois phrases pour expliquer ce que j'ai appris.	
		Je participe à la découverte du document pour répondre au problème.	
		J'écoute les informations apportées par mes camarades.	
5. LES SYSTEMES NATURELS ET LES SYSTEMES TECHNIQUES	SENSIBILISER A LA SANTE	J'aide à synthétiser les données pour répondre à la question.	
		J'indique les conséquences d'une action sur la santé.	
		Je mets en évidence les informations concernant la santé.	

DESCRIPTEURS	
Je lève la main pour répondre aux questions ou simplement participer.	
Une phrase comporte un sujet, un verbe et un ou des complément(s).	
Vocabulaire : cholestérol, athérosclérose, athérome, maladie cardiovasculaire, vitamines, minéraux, carence, équilibre alimentaire	
Au début, ensuite, puis, enfin, or, donc, mais...	
Une alimentation trop riche entraîne du surpoids et des maladies cardiovasculaires. En effet, des plaques de lipides appelées plaques d'athérome se forment sur les parois des vaisseaux sanguins pouvant les obstruer partiellement. Si une plaque se rompt, cela forme un caillot sanguin pouvant boucher l'irrigation sanguine (infarctus du myocarde, accident vasculaire cérébral AVC).	
Une alimentation trop peu variée peut être à l'origine d'une carence en vitamines ou minéraux dont les conséquences sont graves et affectent l'ensemble de l'organisme : cécité, maladie de peau, arrêt de croissance, ostéoporose, fatigue importante, trouble de la mémoire, vertiges ...	
règle, crayon à papier taillé, crayons de couleurs	
Catégories : Alimentation trop riche – Alimentation peu variée	
Symboles : Ronds, carrés, frise, ...	
Carte d'idées expliquant les conséquences d'une alimentation non équilibrée sur la santé	
Les flèches (légendées) relient les symboles.	
Mes notes sont utiles pour ajouter des informations sur un type d'élément.	
Je cerne bien le problème pour chercher les bonnes informations.	
J'accepte les nouvelles données fournies par mes camarades.	
En groupe, nous faisons un résumé des informations.	
Les conséquences d'une alimentation trop peu variée ou trop riche sont peuvent être graves voire mortelles.	
Utilisation de couleur, soulignement, images...	



Influence du tabagisme sur la santé.