



15

Qu'est-ce qu'une bonne alimentation ?

Fiche pour les élèves

15. L'alimentation

Qu'est-ce qu'une bonne alimentation ?

Fiches pour les élèves

Auteurs :

Laurent Dubois

Melina Tiphitoglou : pour les activités réalisées dans le cadre du Bioscope : <http://bioscope.ch/>

« Je mange donc je vis » : <http://cms.unige.ch/bioscope.unige.ch/?p=498>

Conception : Melina Tiphitoglou. Avec Pierre Maechler et Céline Brockmann

Remerciements : Grégoire Lager pour les idées et les conseils

© Les documents PDF téléchargés sont destinés à un usage personnel, toute transmission ou partage étant interdits. La reproduction de tout ou partie des documents n'est possible que pour une utilisation personnelle ou avec ses propres élèves, avec mention de la source (Éditions LDES).



1. Une photo pour questionner ☆☆☆



Source : LeMorvandiau - Commons Wikimedia - [http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Taureau_Charolais_\(Ch%C3%A2teau-Chinon,_Morvan\).jpg](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Taureau_Charolais_(Ch%C3%A2teau-Chinon,_Morvan).jpg)

Observe cette photographie

Que vois-tu sur cette photo ?

Comment pourrait-on qualifier cet animal en ce qui concerne sa condition physique ?

.....

Quelle est la nourriture de cet animal ?

D'après toi, peut-on devenir musclé en mangeant la même nourriture que cet animal ?



Pourquoi ?

.....

.....

.....

Lis ce texte :

*La luzerne contient 4 grammes de protéines, 0,7 grammes de lipides et 2,2 grammes de glucides pour 100 grammes.
Un taureau ingurgite près de 100 kg de fourrage quotidiennement.*

Quelle quantité de protéines, de lipides et de glucides, un taureau ingurgite quotidiennement ?

.....

Comparer ce résultat avec la teneur en protéines, lipides et glucides contenu dans un steak de bœuf de 150 grammes.

Un steak de bœuf de 150 grammes contient 30 grammes de protéines, 12 grammes de lipides et 0,7 grammes de glucides.

Qu'en penses-tu ?

.....

.....

Suite des activités sur : <https://www.unige.ch/fapse/ldes/sciences/>