



**Cycle 3 :  
LE VIVANT, SA  
DIVERSITE ET LES  
FONCTIONS QUI LE  
CARACTERISENT**

**fiche  
4/4**

**Les besoins  
variables des  
aliments de l'être  
humain**

**Attendu de fin de cycle**

**Expliquer les besoins variables des aliments de l'être humain ; l'origine et les techniques mises en œuvre pour transformer et conserver les aliments.**

**Repères de progressivité**

[document EDUSCOL](#)

[maîtrise du langage scientifique](#)

*Toutes les fonctions de nutrition ont vocation à être étudiées dès l'école élémentaire. Mais à ce niveau, on se contentera de les caractériser et de montrer qu'elles s'intègrent et répondent aux besoins de l'organisme...*

**Prérequis de cycle 2 pour aborder cette partie de programme :**

Au cycle 2, l'élève a abordé la notion de nutrition à partir d'exemples simples liés aux besoins du corps. Progressivement, il a appris à identifier certains comportements favorables à sa santé : une alimentation variée et équilibrée ainsi que la pratique d'une activité physique régulière.

À l'issue du cycle 2, l'élève :

- connaît les grandes catégories d'aliments composant les repas et leur origine (fruits, légumes, céréales, viandes, poissons, œufs, produits laitiers, eau...);
- sait que le fonctionnement des muscles est possible grâce aux aliments consommés ;
- connaît les principes d'une alimentation équilibrée et sait déterminer si un repas (ou un ensemble de repas) est équilibré ;
- sait que la pratique d'une activité physique régulière est bénéfique pour la santé.

**Repères pour évaluer**

**Dans la perspective du LSU : bilan de fin de cycle**

**Domaine 4 : les systèmes naturels et les systèmes techniques**

-pratiquer des démarches scientifiques

**Domaine 2 : les méthodes et outils pour apprendre**

-Choisir ou utiliser le matériel adapté pour mener une observation, effectuer une mesure, réaliser une expérience ou une production.

-Faire le lien entre la mesure réalisée, les unités et l'outil utilisés.

-Garder une trace écrite ou numérique des recherches, des observations et des expériences réalisées.

-Organiser seul ou en groupe un espace de réalisation expérimentale.

-Effectuer des recherches bibliographiques simples et ciblées.

Extraire les informations pertinentes d'un document et les mettre en relation pour répondre à une question.

-Utiliser les outils mathématiques adaptés (proportionnalité)

-Utiliser des outils numériques pour : communiquer des résultats ; traiter des données ; simuler des phénomènes.

**Domaine 1 : les langages pour penser et communiquer**

-Rendre compte des observations, expériences, hypothèses, conclusions en utilisant un vocabulaire précis.

-Exploiter un document constitué de divers supports (texte, schéma, graphique, tableau, algorithme simple).

**Dans la perspective du LSU : bilan de période**

Élément du programme travaillé pendant la période :

Les fonctions de nutrition

• **Établir une relation entre l'activité, l'âge, les conditions de l'environnement et les besoins de l'organisme.**

- Apports alimentaires : qualité et quantité.

• **Relier l'approvisionnement des organes aux fonctions de nutrition.**

- Apports discontinus (repas) et besoins continus.

• **Mettre en évidence la place des micro-organismes dans la production et la conservation des aliments.**

- hygiène alimentaire

- Utiliser différents modes de représentation formalisés (schéma, dessin, croquis, tableau, graphique, texte).
- Expliquer un phénomène à l'oral et à l'écrit.

#### Les questions qu'on peut se poser au niveau scientifique

- Comment est constitué l'être vivant ? (*Tous les êtres vivants ont à peu près la même composition chimique. Un être vivant est composé d'une série limitée d'éléments chimiques, la substance la plus abondante est l'eau. La matière vivante est formée de substances minérales et de substances organiques.*)
- Quelles sont les substances minérales ? (*eau et sels minéraux*)
- Quelles sont les substances organiques ? (*protides, glucides, lipides*)
- Quels sont les principes généraux pour avoir une alimentation équilibrée ? (*des besoins quantitatifs, des besoins énergétiques, des besoins qualitatifs*)
- Diversité des micro-organismes ? (*certaines sont utiles à l'être humain (ceux qui ont été utilisés pour la fabrication des yaourts), d'autres sont pathogènes ou à l'origine d'intoxications alimentaires.*)

#### Des questions pour construire une séquence

- A quoi servent les aliments que nous mangeons ?
- Bien manger, qu'est-ce que c'est ?
- Pourquoi faut-il manger équilibré ?
- Comment le lait peut-il se transformer en yaourt ?
- Pourquoi faut-il conserver certains aliments au frais ?

#### Ressources pour la mise en œuvre sous forme de liens :

Document ressource EDUSCOL :

Clés pour la mise en œuvre de la progressivité « Décrire comment les êtres vivants se développent et deviennent aptes à se reproduire » A consulter sur [éduscol](#)

[Maîtrise du langage scientifique](#)

*Pratique d'élevages, de cultures, réalisation de mesures.*

[«Risques et sécurité en SVT : les élevages» EDUSCOL](#)

- Clés pour la mise en œuvre et la progressivité, Nutrition : L'origine et les techniques mises en œuvre pour transformer et conserver les aliments. ([EDUSCOL](#))

- Le rôle de la levure dans la fabrication du pain ([EDUSCOL](#))

- Mise en évidence de la présence de bactéries dans le yaourt ([EDUSCOL](#))

- Enseigner à partir d'un objet d'étude : le yaourt ([EDUSCOL](#))

Séquences Main à la pâte :

- [Mieux comprendre le fonctionnement de mon corps et préserver ma santé.](#)

- [Que doit-on manger ?](#)

- [Nos besoins en sel.](#)

- Séquence sur l'alimentation ([groupe départemental sciences](#))