



Degré	10 ^e à 12 ^e année (école professionnelle)
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Nutrition
Compétence	Disposer des connaissances de base pour s'alimenter d'une manière saine et équilibrée
Niveau B	Je connais le modèle de la pyramide alimentaire.



Alimentation (B)

Description de la tâche

L'élève est capable d'esquisser une version simple de la pyramide alimentaire.

Evaluation/Exigences

Le test est réussi lorsque les critères d'observation suivants sont remplis:

Critères d'observation



- La répartition proportionnelle des graisses, hydrates de carbone et protéines de nos besoins nutritionnels est correcte (env. 65% d'hydrates de carbone, 20% de graisses et 15% de protéines).
- Au moins 1 aliment peut être attribué correctement à chaque «étage».



- Les parts proportionnelles sont interverties.
- Aucun aliment ne peut être classé correctement.

Consignes aux élèves

«La semaine dernière, nous avons rassemblé les éléments principaux qui constituent notre alimentation et illustré la pyramide alimentaire. Nous avons appris que la pyramide alimentaire comporte plusieurs niveaux ou étages: esquissez ces étages! Classez ensuite les éléments nutritifs (graisses, hydrates de carbone et protéines) de façon proportionnelle et citez un aliment pour chaque étage.»

Mise en place

Lors d'une partie de leçon (max. 10 min.), ou lors d'un camp, l'enseignant explique les caractéristiques de la pyramide alimentaire. Lors de la leçon suivante, les connaissances des élèves font l'objet d'un test écrit.

Matériel

Feuilles de flipchart ou A/4, feutres

Source

Mengisen, W. & Müller, R. (1998). *ready, steady, go. Sportheft für Berufs- und Mittelschulen*. Bern: ESK Eidg. Sportkommission

Aspects pratiques et indications pédagogiques

Durée	Max.10 min. pour l'entretien préalable, 5 min. pour l'interrogation écrite (idéalement avec des questions d'autres tests)
Organisation	Test individuel
Personnes évaluées	1 personne testée
Problèmes	Une partie du temps consacré au mouvement est perdu. Si possible collaborer avec l'enseignant de culture générale (ou avec l'enseignant spécialisé).