



ATELIER PYRAMIDE ALIMENTAIRE

La pyramide alimentaire est un outil visuel représentant toutes les catégories d'aliments que l'on doit consommer quotidiennement. Ces catégories sont classées dans un ordre décroissant. A la base, on retrouve les aliments à consommer le plus et au sommet les aliments à consommer le moins.

Objectifs :

- découvrir la pyramide alimentaire
- savoir classer les aliments dans la bonne catégorie
- comprendre l'équilibre alimentaire

Matériel : -des pyramides alimentaires vierges

-des images d'aliments

Pour chaque joueur il faut :

- 1 pyramide vierge
- 1 lot d'aliments pour remplir la pyramide

But du jeu :

Être le premier à compléter sa pyramide.

Comment jouer :

A son tour, le joueur pioche une carte.

Selon l'aliment obtenu il choisit dans quelle catégorie de la pyramide le mettre (page 3).

L'adulte présent doit vérifier si son aliment est bien placé.

Si le joueur se trompe de catégorie, il repose l'aliment à la fin de la pioche.
C'est ensuite au joueur suivant de jouer.

Les joueurs ne doivent pas voir les pyramides des autres.

La solution est à la 4e page.





