

## **Formation personnelle et sociale – 6<sup>e</sup> année**

### **Santé**

#### **Copie type de niveau 1**

##### **Justification**

L'élève fournit peu ou aucun élément de réponse souhaités.  
L'élève donne peu d'explications et manque de clarté. Certains éléments de réponse sont manquants.

##### **Copie type**

Le travail de l'élève débute à la page suivante.



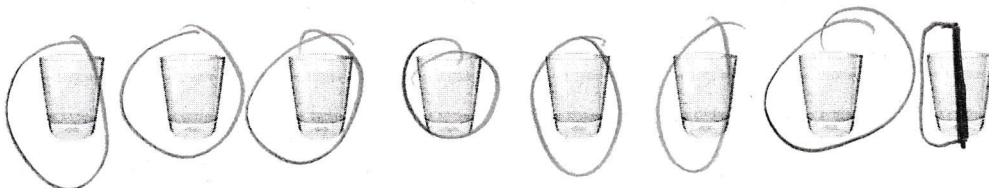
Fiche alimentaire



Remplis la fiche suivante afin de prendre connaissance de tes habitudes alimentaires. Note toutes tes consommations de nourriture et de breuvage lors d'une journée.

Déjeuner	"bagel"
Collation	deux orange une pomme et du fromage et deux biscuit au pipit de chocolat
Diner	friot de l'école, lait au chocolat et Muffin au chocolat
Collation	
Souper	Subway "italian au herb au chese bref" "Cold cut" avec "spich, green Pepper, tomate, laitue, cornichon et concombre et mayonnaise"
Collation	"Pop corn"

L'eau :



Compare maintenant ta fiche alimentaire aux recommandations de ton guide alimentaire. Tes choix répondent-ils à tes besoins selon le guide alimentaire?

a) Quels sont les bons choix que tu as faits pour ta santé?

J'ais manger beaucoup de légumes et fruits et céréales  
et laitier et viande, et plus d'eau.

b) Quels sont les choix que tu devrais améliorer pour t'assurer une bonne santé?

Moins manger.

c) Fixe-toi un objectif afin de t'aider à développer et garder de bonnes habitudes alimentaires. Explique l'importance de ce nouvel objectif?

aller au "g/m".