

Bonjour à toutes et tous,

Nous sommes toujours éloignés de l'école mais il est important de conserver un lien avec le rythme scolaire.

Je vous demande donc de consacrer, chaque jour, quelques périodes au renforcement de vos acquis.

Ainsi, je vous demande de compléter les feuilles suivantes en respectant les consignes données.

Nous corrigerons ce travail tous ensemble lors de la reprise des cours.

Prenez soin de vous et de vos proches. A bientôt.

France Olivier.

L'obésité

Questionnaire pour L'émission « C'est pas sorcier L'obésité : nous risquons gros ! »



1. Prends quelques minutes pour lire toutes ces questions.

De cette manière, tu seras attentif quand les Sorciers parleront des sujets qu'elles contiennent, particulièrement des expressions un peu bizarres.

2. Regarde attentivement l'émission et réponds à ces questions.

① Déjeuner : repas de midi en France

1. Quel est le premier lieu de prévention de l'obésité ?

2. Comment peut-on savoir si l'on est trop gros ou trop maigre ?

3. Qu'est-ce que l'IMC ? Comment le calcule-t-on ?

4. Comment comprendre les résultats du calcul de l'IMC chez l'adulte ?

- Maigre : _____
- Normal : _____
- Surpoids : _____
- Obèse : _____

5. Comment mesure-t-on la quantité d'énergie dont a besoin un homme ou une femme ?

6. Quelle est cette quantité pour un homme ? Pour une femme ?

- Homme : _____
- Femme : _____

7. Est-ce vraiment la même chose pour tout le monde ? Pourquoi ?

8. Que se passe-t-il avec la nourriture qui n'est pas utilisée ?

9. Comment peut-on dépenser le surplus ?

- _____
- _____

10. Où est stocké le surplus de nourriture ? Peut-on dépenser ce stock ?

11. Dans quelles conditions est-il recommandé de manger ?

12. Qu'est-ce que la leptine ? A quoi sert-elle ?

13. Est-il toujours nécessaire de *faire régime* ? Pourquoi ?

14. N'y a-t-il que la nourriture qui fait grossir ?

Calculons notre IMC

① Revoir les minutes 3 à 6 de l'émission peut être utile.

1. Rappelle-toi, que signifient les 3 lettres I M et C ?

- I : _____
- M : _____
- C : _____



2. Quelle est la formule (le calcul) qui permet de trouver ce nombre ?

3. Indique les nombres qui te correspondent :

- Poids : _____ (kg)
 Taille : _____ (kg)

4. Ecris « ton » calcul et sa réponse.
