

CM1-CM2 de Mme TOULEMONDE : Jeudi 19 mars

Bonjour à tous,

J'espère que vous allez tous bien et que je vous manque ? Moi, je m'ennuie de vous, c'est pourquoi je vous ai préparé un peu de quoi vous occuper. Et voici le travail pour le jeudi 19 et le vendredi 20 mars. Je rappelle : faites ce que vous pouvez, sans stress. Vous n'êtes pas obligés d'imprimer, vous pouvez aussi recopier. Vous pouvez me contacter à cette adresse : **marieannetoulemonde@gmail.com**

Les mathématiques :

1) Corrections des problèmes donnés le 15 mars :

CM1

1./ Un rouleau de 9 m de fil de fer pèse 350 grammes. Combien de grammes pèse un mètre de fil de fer ?

Je cherche : la masse d'un mètre de fil de fer .

Je calcule : $350 : 9 = 38,88$ g

Je réponds : La masse d'un mètre de fil de fer est de 38,88 grammes.

2./ Il faut 350 g de farine pour faire 500 g de pain. Combien faut-il de kilogrammes de farine pour faire 58 pains de 500 g ?

Je cherche la masse de pain en Kg

Je calcule : $58 \times 350 = 20\,300$ g, soit 20,3 kg ou 20kg et 300g

Je réponds : Il faut donc 20,880 kg de farine pour faire les pains.

3./ Un paquet de café de 250 g coûte 2€. Un commerçant achète pour 128 euros de café.

- Quel est le prix d'un kg de café ?

Je cherche : le Prix d'un kilo de café :

Je calcule : $2, \times 4 = 8$ € (Car $250 \text{ g} \times 4 = 1 \text{ kg}$)

Je réponds : Le prix d'un kilogramme de café est de 8 euros.

- Quelle quantité de café le commerçant a-t-il acheté ?

Je cherche le prix d'un kilo de café :

Je calcule : $128 : 8 \Rightarrow 16$

Je réponds : Le commerçant a acheté 16 kilos de café.

4./ Madame Le boeuf achète un gigot d'agneau de 2 kg. L'os pèse 250 g et à la cuisson, la viande perd 200 g .

- Combien pèse le gigot après cuisson ? (donne la réponse en g, puis en kg).

Masse de la viande du gigot : $2\,000 - 250 = 1\,750$ g

Masse après cuisson : $1\,750 - 200 = 1\,550$ g / $1\,550 \text{ g} = 1,55$ kg

Le gigot pèse 1,55 kg après cuisson.

5./ Pour faire un cake, Cerise utilise : 0,3 kg de farine , 125 g de beurre et 125 g de fruits , 10 g de levure et 3 œufs de 60 g (sans les coquilles).

- Quel est le poids du gâteau ? (calcule d'abord en g, puis convertis en kg)

je cherche la masse du gâteau :

je calcule : $0,3\text{Kg} = 300\text{ g}$

$$2 \times 125 = 250\text{g}$$

$$3 \times 60 = 180\text{g}$$

$$300 + 250 + 180 + 10 = 740\text{g}$$

La masse du gâteau est de 740 grammes.

6./ Un marchand de légumes remplit des cageots de 8 kg.

- Combien de cageots peut-il remplir avec 248 kg ?

Je cherche le nombre de cageots :

Je calcule : $248 : 8 = 31$

Je réponds : Il pourra donc remplir 31 cageots.

CM2

3./ Un épicier range dans sa réserve 5 caisses contenant 12 pots de moutarde chacune. Chaque pot de moutarde pèse 400 g. Un pot vide pèse 125 g.

- Quelle est la masse totale des pots de moutarde ? (en kg)

Masse des pots : $5 \times 12 \times 400 = 24\ 000\text{ g}$ / $24\ 000\text{ g} = 24\text{ kg}$

La masse des pots est de 24 kilogrammes.

- Quelle est la masse totale de moutarde (sans les pots) dans les cinq caisses ? (en kg)

Masse de la moutarde : $24\ 000 - (5 \times 12 \times 125) = 24\ 000 - 7\ 500 = 16\ 500\text{ g} = 16,5\text{ kg}$

La masse totale de moutarde est de 16,5 kilogrammes.

4./ Un lot de 8 boîtes de raviolis de 250 g chacune est vendu 24 euros.

- Quel est le prix d'une boîte de raviolis ?

Prix d'une boîte : $24 : 8 = 3$

Une boîte de raviolis coûte 3 euros.

- Quel est le prix d'un kilo de raviolis ?

Une boîte de raviolis pèse 250 g. Il en faut donc 4 pour obtenir 1 kg.

Le prix d'un kilogramme de raviolis est donc de 12 euros (4×3).

5./ Dans une boîte d'un kilo de sucre, il y a 3 niveaux et à chaque niveau il y a 6 rangées de 7 morceaux de sucre.

- Quelle est la masse d'un morceau de sucre ? (en g, au centième près)

Nombre de morceaux de sucre dans la boîte : $3 \times 6 \times 7 = 126$

Masse d'un morceau de sucre : $1\text{Kg} = 1\ 000\text{g}$ / $1000\text{g} : 126 = 7,9365\dots$

La masse d'un morceau de sucre est de 7,94 grammes.

2) Les multiplications des nombres décimaux et problèmes avec des nombres décimaux (Regarde les vidéos)

<https://www.reseau-canope.fr/lesfondamentaux/discipline/mathematiques/operations/multiplication-de-nombres-decimaux/multiplier-un-decimal-par-un-nombre-entier.html>

<https://www.reseau-canope.fr/lesfondamentaux/discipline/mathematiques/operations/multiplication-de-nombres-decimaux/multiplier-deux-nombres-decimaux.html>

Pour effectuer une multiplication avec des nombres décimaux, on utilise les mêmes règles qu'avec les nombres entiers.

Pour le calcul en colonnes, on effectue le produit sans tenir compte de la virgule. On place ensuite la virgule de façon à ce que le résultat ait le même nombre de décimales que les termes du produit.

Exemples :

- Multiplication d'un décimal par un entier :

Retenues sur les doigts
2 / 4 / 3
1 / 1

$$\begin{array}{r}
 85,64 \\
 \times 27 \\
 \hline
 59948 \\
 + 171280 \\
 \hline
 2312,28
 \end{array}$$

- Multiplication de deux décimaux :

Retenues sur les doigts
3 / 3 / 1
4 / 4 / 2

$$\begin{array}{r}
 0,255 \\
 \times 8,6 \\
 \hline
 1530 \\
 + 20400 \\
 \hline
 2,1930
 \end{array}$$

1./ Calcule (N'oublie pas la virgule !...) :

$2,5 \times 4 = 10$

$2,5 \times 8 = \dots\dots\dots$

$0,25 \times 4 = \dots\dots\dots$

$0,25 \times 8 = \dots\dots\dots$

$0,025 \times 4 = \dots\dots\dots$

$$\begin{array}{r}
 2,5 \\
 \times 4 \\
 \hline
 10,0
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 2,5 \\
 \times 8 \\
 \hline
 \dots\dots\dots
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 0,25 \\
 \times 4 \\
 \hline
 \dots\dots\dots
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 0,25 \\
 \times 8 \\
 \hline
 \dots\dots\dots
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 0,025 \\
 \times 4 \\
 \hline
 \dots\dots\dots
 \end{array}$$

$7,8 \times 5 = \dots\dots\dots$

$0,78 \times 5 = \dots\dots\dots$

$0,012 \times 8 = \dots\dots\dots$

$48,07 \times 7 = \dots\dots\dots$

$0,945 \times 6 = \dots\dots\dots$

$$\begin{array}{r} 7,8 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 0,78 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 0,012 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 48,07 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 0,945 \\ \times 6 \\ \hline \end{array}$$

2./ Pose en colonnes et calcule (N'oublie pas la virgule !...):

$40,68 \times 3 = \dots\dots\dots$	$0,059 \times 7 = \dots\dots\dots$	$4,073 \times 9 = \dots\dots\dots$	$50,32 \times 4 = \dots\dots\dots$	$802,8 \times 6 = \dots\dots\dots$
------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------

$31,48 \times 5 = \dots\dots\dots$	$654,9 \times 8 = \dots\dots\dots$	$219,1 \times 3 = \dots\dots\dots$	$71,09 \times 7 = \dots\dots\dots$	$0,045 \times 8 = \dots\dots\dots$
------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------

3./ Utilise les résultats donnés pour déduire les résultats des multiplications suivantes

	$47,3 \times 8 = \dots\dots\dots$	$473 \times 0,8 = \dots\dots\dots$	$4\ 730 \times 8 = \dots\dots\dots$
$473 \times 8 = 3\ 784$	$0,473 \times 8 = \dots\dots\dots$	$473 \times 0,08 = \dots\dots\dots$	$473 \times 80 = \dots\dots\dots$

	$4,73 \times 8 = \dots\dots\dots$	$473 \times 0,008 = \dots\dots\dots$	$47,3 \times 800 = \dots\dots\dots$
--	-----------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------

	$730,5 \times 4 = \dots\dots\dots$	$7,305 \times 4 = \dots\dots\dots$	$7\ 305 \times 0,04 = \dots\dots\dots$
--	------------------------------------	------------------------------------	--

$7\ 305 \times 4 = 29\ 220$	$7\ 305 \times 0,4 = \dots\dots\dots$	$7\ 305 \times 40 = \dots\dots\dots$	$73,05 \times 40 = \dots\dots\dots$
---	---------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------

$73,05 \times 4 = \dots\dots\dots$	$730,5 \times 0,4 = \dots\dots\dots$	$7,305 \times 400 = \dots\dots\dots$
------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------

3) PROBLEMES

CM1 1 boîte de peinture coûtent 21,9 €. 1 boîte de feutres coûtent 31,50 €. Combien vais-je payer si j'achète pour ma classe 4 boîte de feutre et 6 de peinture?

CM2 : Pour la rentrée, une école de 5 classes bénéficie d'un budget de 250 €. Elle commande le matériel suivant:

- 124 cahiers à 0,90 € l'un.
- 80 stylos bleus à 0,25 € l'un
- 50 crayons de papier à 0,33 € l'un
- 20 crayons verts à 0,25 € l'un
- 60 crayons bleus à 0,25 € l'un
- 42 gommes à 0,50 € l'une

- 1) Combien l'école va-t-elle dépenser en tout ?
- 2) Quel budget restera-t-il à toute l'école ensuite ?
- 3) Et à chaque classe, sachant que le budget restant est réparti équitablement ?

REPONSES AUX PROBLEMES DANS LE PROCHAIN MODULE

1./ Calcule (N'oublie pas la virgule !...):

$2,5 \times 4 = 10$

$$\begin{array}{r} ^2 2,5 \\ \times \quad 4 \\ \hline 10,0 \end{array}$$

$2,5 \times 8 = 20$

$$\begin{array}{r} ^4 2,5 \\ \times \quad 8 \\ \hline 20,0 \end{array}$$

$0,25 \times 4 = 1$

$$\begin{array}{r} ^1 0,25 \\ \times \quad 4 \\ \hline 1,00 \end{array}$$

$0,25 \times 8 = 2$

$$\begin{array}{r} ^2 0,25 \\ \times \quad 8 \\ \hline 2,00 \end{array}$$

$0,025 \times 4 =$

$$\begin{array}{r} ^0,1 0,025 \\ \times \quad 4 \\ \hline 0,100 \end{array}$$

$7,8 \times 5 = 39$

$$\begin{array}{r} ^4 7,8 \\ \times \quad 5 \\ \hline 39,0 \end{array}$$

$0,78 \times 5 = 3,9$

$$\begin{array}{r} ^3 0,78 \\ \times \quad 5 \\ \hline 3,90 \end{array}$$

$0,012 \times 8 = 0,096$

$$\begin{array}{r} 0,0^{11} 2 \\ \times \quad 8 \\ \hline 0,096 \end{array}$$

$48,07 \times 7 = 336,49$

$$\begin{array}{r} ^5 48,07 \\ \times \quad 7 \\ \hline 336,49 \end{array}$$

$0,945 \times 6 =$

$$\begin{array}{r} 0,^{293} 45 \\ \times \quad 6 \\ \hline 5,670 \end{array}$$

2./ Pose en colonnes et calcule (N'oublie pas la virgule !...):

$40,68 \times 3 = 122,04$ $\begin{array}{r} ^4 0,268 \\ \times \quad 3 \\ \hline 122,04 \end{array}$	$0,059 \times 7 = 0,413$ $\begin{array}{r} ^0,4 0,059 \\ \times \quad 7 \\ \hline 0,413 \end{array}$	$4,073 \times 9 = 36,657$ $\begin{array}{r} ^4,6 0,73 \\ \times \quad 9 \\ \hline 36,657 \end{array}$	$50,32 \times 4 = 201,28$ $\begin{array}{r} ^5 0,32 \\ \times \quad 4 \\ \hline 201,28 \end{array}$	$802,8 \times 6 =$ $\begin{array}{r} ^8 0,42,8 \\ \times \quad 6 \\ \hline 4816,8 \end{array}$
$31,48 \times 5 = 157,4$ $\begin{array}{r} ^3 1,48 \\ \times \quad 5 \\ \hline 157,40 \end{array}$	$654,9 \times 8 = 5239,2$ $\begin{array}{r} ^4 6^3 5^7 4,9 \\ \times \quad 8 \\ \hline 5239,2 \end{array}$	$219,1 \times 3 = 657,3$ $\begin{array}{r} ^2 19,1 \\ \times \quad 3 \\ \hline 657,3 \end{array}$	$71,09 \times 7 = 497,63$ $\begin{array}{r} ^7 1,09 \\ \times \quad 7 \\ \hline 497,63 \end{array}$	$0,045 \times 8 =$ $\begin{array}{r} 0,0^4 45 \\ \times \quad 8 \\ \hline 0,360 \end{array}$

3./ Utilise les résultats donnés pour déduire les résultats des multiplications suivantes :

$473 \times 8 = 3784$

$47,3 \times 8 = 378,4$

$473 \times 0,8 = 378,4$

$4730 \times 8 = 37840$

$0,473 \times 8 = 3,784$

$473 \times 0,08 = 37,84$

$473 \times 80 = 37840$

$4,73 \times 8 = 37,84$

$473 \times 0,008 = 3,784$

$47,3 \times 800 = 37840$

$7305 \times 4 = 29220$

$730,5 \times 4 = 2922$

$7,305 \times 4 = 29,22$

$7305 \times 0,04 = 292,2$

$7305 \times 0,4 = 2922$

$7305 \times 40 = 292200$

$73,05 \times 40 = 2922$

$73,05 \times 4 = 292,2$

$730,5 \times 0,4 = 292,2$

$7,305 \times 400 = 2922$

Orthographe : Apprends la leçon - Quel, quels, quelle, quelles
(qu'elle ou qu'elles) CM2

QUEL est un adjectif interrogatif ou adjectif exclamatif.

Il précède un nom commun ou un GN (groupe du nom). Il s'accorde avec le nom auquel il se rapporte en genre (féminin, masculin) et en nombre (singulier ou pluriel).

Exemples de phrases interrogatives.

Quel chemin prenez-vous ?

"Quel" se rapporte à "chemin" (masculin singulier) donc on écrit "quel".

Quelle route empruntez-vous ?

"Quelle" se rapporte à "route" (féminin singulier) donc on écrit "quelle".

Quels livres aimez-vous lire ?

"Quels" se rapporte à "livres" (masculin pluriel) donc on écrit "quels".

Quelles revues achetez-vous ?

"Quelles" se rapporte à "revues" (féminin pluriel) donc on écrit "quelles".

Exemples de phrases exclamatives.

Quel beau jardin vous avez !

"Quel" se rapporte à "jardin" (masculin singulier) donc on écrit "quel".

Quelle vue magnifique !

"Quelle" se rapporte à "vue" (féminin singulier) donc on écrit "quelle".

Quels superbes voiliers nous avons découverts !

"Quels" se rapporte à "voiliers" (masculin pluriel) donc on écrit "quels".

Quelles belles fleurs !

"Quelles" se rapporte à "belles fleurs" (féminin pluriel) donc on écrit "quelles".

POUR LES CM2 SEULEMENT : Qu'elle et qu'elles

ATTENTION : En Français on peut aussi écrire "qu'elle" ou "qu'elles".

Exemple : Voici la voiture qu'elle a louée.

On pourrait dire : Voici le véhicule qu'il a loué.

Exemple : J'imagine qu'elles prendront le train.

On peut remplacer par : J'imagine qu'ils prendront le train.

Pour s'exercer en ligne: <https://www.ortholud.com/grammaire/quel/un.php>

POUR TOUS : Choisis entre quel, quels, quelle, quelles :

1)place est-ce que tu veux ? Côté couloir ou fenêtre ? 2..... sont vos projets pour les vacances ? 3..... avion est-ce que vous allez prendre ? 4.est la vraie raison de son départ ? Je me le demande. 5..... photos te plaisent le plus ? 6..... est ton point de vue sur ce problème ? 7..... sont les chansons que tu préfères ? 8..... seront leurs besoins en eau ? 9..... est l'avantage de ce logiciel ? 10..... sont tes idées sur la question ? 11..... sont les films que tu veux absolument voir ? 12..... est le meilleur hôtel de la ville à ton avis ?

CM2 En plus

le chapeau m'a donné me va bien ! 2..... jeu préfères-tu ? 3.sont les meilleurs prix ici ? 4. J'apprécie Sabrina,est gentille !!! 5. J'ai vu Mike aujourd'hui,garnement !!! 6. Veux-tute prêtent leurs bracelets ? 7.chapeau préfères-tu ? Le bleu ou le rouge ? 8..... méchanceté ! 9. Il m'a ditn'aimait que John. 10. De image me parles-tu ?

REPONSES AUX EXERCICES DANS LE PROCHAIN MODULE

La conjugaison: PAR COEUR

- On forme le passé simple des verbes du 2^{ème} groupe en ajoutant au radical les terminaisons suivantes :

**je grandis , tu grandis,il grandit,
nous grandîmes, vous grandîtes,ils grandirent.**

1./ Sur une feuille, Conjugue ces verbes :

FINIR	CHOISIR	RÉUSSIR	SALIR
--------------	----------------	----------------	--------------

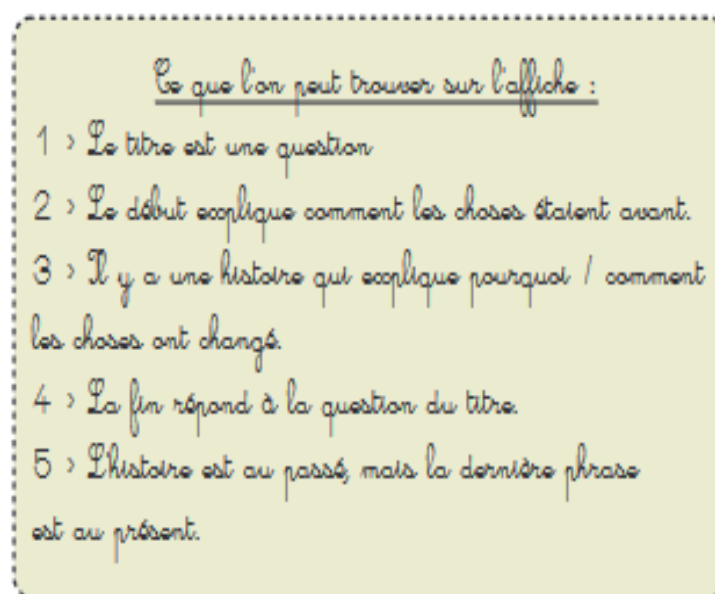
2./ Sur une feuille, recopie ces phrases en choisissant la forme verbale correcte au passé simple :

1. Au printemps dernier, les cerisiers fleurirent
fleurire très tôt.
fleurires

2. Dès l'ouverture, tu franchis le portail de l'entrée.
franchîs
franchit
franchis
3. La vieille paysanne remplit son seau au puits.
remplit
rempli
remplis
4. Sur le parcours, nous franchissons tous les obstacles rapidement.
franchîtes
franchirent
franchîmes
5. Le lion rugit et bondit soudain sur sa proie.
rugis
rugit
rugi
bondit
bondi
bondis
6. Les fleurs grandissent et fleurissent dès les premières chaleurs.
grandissent
grandirent
grandîmes
fleurisses
fleurîtes
fleurirent

La lecture suivie : Les naufragés de l'île sans nom. chapitre 2 (pas de questions cette fois ci).

La lecture à voix haute : Les contes des origines. Lis ces textes au moins une fois dans ta tête pour bien comprendre le sens puis lis les à voix haute en mettant le ton. Lis ensuite l'encadré sur les contes des origines.



Texte 1

Pourquoi le chameau est-il si laid ?

On dit que jadis, le chameau était le plus beau de tous les animaux. Il possédait une queue longue, fournie, superbe et de puissantes cornes.

Un jour qu'il allait boire à la rivière, il rencontra le cerf qui lui dit :

- Je vais à la fête ; prête-moi tes cornes frère.

Le chameau accepta et l'attendit au bord de l'eau.

Ce même jour, le cheval arriva et lui demanda :

- Prête-moi ta queue, je vais à la fête.
- D'accord dit le chameau.

Et il se mit à attendre au bord de la rivière. Tout en attendant, il buvait de l'eau et surveillait la route, mais n'apercevait ni le cheval, ni le cerf.

Le cerf, qui avait trompé le chameau, était entré dans la Taïga. On ne le revit jamais dans la steppe et... Il garda les cornes !

Le cheval, lui, garda la queue, mais depuis, dès qu'il voit un chameau, il prend la fuite !

Et c'est depuis ce jour que le chameau est devenu l'animal le plus laid de la création.



Texte 2

Pourquoi la hyène rit ?

Au commencement, la hyène avait une belle voix.

Chaque nuit, elle chantait sous la lune. Tous les animaux écoutaient la belle voix de la hyène. Le babouin lui aussi voulait chanter. Mais il n'avait pas une belle voix. Il ne pouvait que crier.

La hyène entendit crier le babouin. Elle se moqua de lui. Elle dit : « Ha, Ha ! Tu ne sais même pas chanter ! Tu ne devrais même pas essayer ! Tu devrais plutôt écouter ma belle voix ! »

La lune entendit ce que la hyène disait et elle se mit très en colère. Elle dit à la hyène : « Tu ne devrais pas rire des autres qui veulent chanter. A partir de maintenant, tu riras à chaque fois que tu voudras chanter. Ce sera ta punition. »

Depuis ce jour, la hyène rit lorsque la lune est dans le ciel. Les autres animaux ne l'écoutent plus.

Texte 3

Pourquoi le sapin garde ses feuilles en hiver ?

Il y a longtemps de cela, il faisait froid; l'hiver approchait. Tous les arbres allaient bientôt perdre leur feuillage.

A cette saison, tous les oiseaux étaient partis vers des pays plus chauds. Mais il restait un petit oiseau qui avait une aile cassée et qui ne pouvait pas voler. Il cherchait partout pour voir s'il trouvait un endroit pour se tenir au chaud.

- Peut-être que les arbres de la forêt m'aideront ? Pensa-t-il.

Il sautilla donc vers la forêt. Il s'adressa d'abord au bouleau :

- Joli bouleau, dit le petit oiseau, voulez-vous me laisser vivre dans vos branches jusqu'à la bonne saison ?
- Ah ! Non ! Dit le bouleau, je n'ai pas besoin de toi, va-t-en.

Le petit oiseau voleta alors jusqu'au grand chêne.

- Grand chêne, dit le petit oiseau, voulez-vous me laisser vivre dans vos branches jusqu'à la bonne saison ?
- Ah ! Non ! Dit le chêne, tu mangeras tous mes glands, va-t-en.

Le petit oiseau, tout triste, se mit à pleurer. Bientôt le sapin l'aperçut et lui dit :

- Pourquoi pleures-tu petit oiseau ?
- Les arbres ne veulent pas m'abriter, dit l'oiseau, et je ne peux pas voler loin avec mon aile cassée.
- Viens chez moi, dit le sapin. Tu choisiras celle de mes branches qui te plaira le mieux, tu y resteras le temps que tu voudras.
- Oh merci ! Dit le petit oiseau et il s'installa sur une branche touffue bien à l'abri du vent.

Cette nuit là, le vent du nord vient jouer dans la forêt. Il s'amusa à souffler sur les feuilles avec son haleine glacée et à les faire tomber à terre. Mais le sapin lui dit :

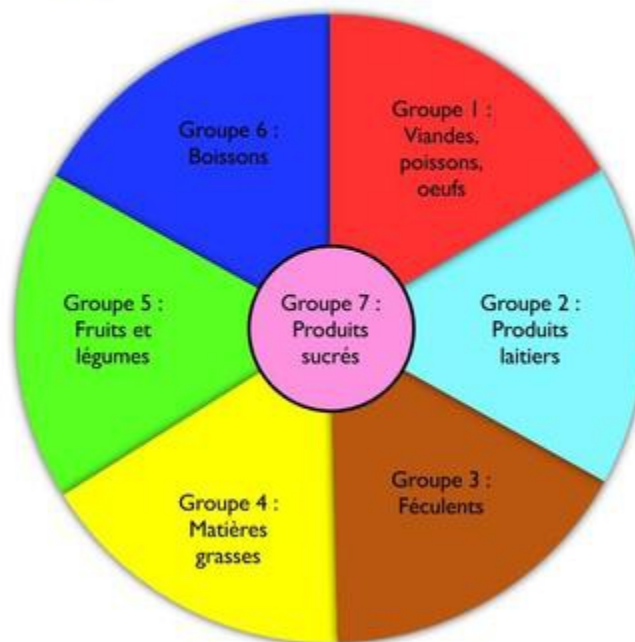
- J'abrite un petit oiseau blessé, je voudrais bien garder mes feuilles.
- Eh bien, dit le vent, puisque tu as été bon pour le petit oiseau, tu garderas toutes tes feuilles.

Et c'est depuis ce temps-là que le sapin garde ses feuilles en hiver.

Sciences : L'équilibre alimentaire :

Lire la leçon, les documents et réalise l'exercice.

- Groupe 1
- Groupe 2
- Groupe 3
- Groupe 4
- Groupe 5
- Groupe 6
- Groupe 7



Il existe 7 catégories d'aliments (nous avons collé la roue). Il faut manger un peu de tout tous les jours et avoir un menu équilibré (nous avons collé le menu). Il faut équilibrer les apports en nourriture en fonction de son activité physique. Si on mange plus qu'on ne se dépense on grossit, si on mange moins qu'on ne se dépense on maigrit. Chaque catégorie d'aliments est nécessaire pour notre organisme sauf les produits sucrés que nous consommons pour le plaisir (nous avons collé le tableau des apports pour le

corps sur lequel nous avons surligné les mots importants).

Pour avoir une alimentation équilibrée il faut :

- éviter le grignotage
- adapter son alimentation à son activité physique
- limiter la télévision et les jeux vidéo
- équilibrer ses repas
- éviter la consommation de sucreries.

LA SANTÉ VIENT EN MANGEANT ET EN BOUGEANT !

LIMITER LA CONSOMMATION
sucré gras salé

De l'eau à volonté

Féculents
À CHAQUE REPAS
selon l'appétit

Fruits et légumes
au moins **5** par jour

Produits laitiers
3 ou 4 par jour

Viandes, œufs et poissons
1 ou 2 fois par jour

BOUGER DE 30 MINUTES À 1 HEURE PAR JOUR

Programme National Nutrition Santé

Une action menée en lien avec le Ministère de la Santé et des Solidarités, le Ministère de l'Éducation nationale, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, l'Assurance Maladie et l'Institut National de Prévention et d'Éducation par la Santé (INPES).

Pour plus d'informations www.mangerbouger.fr

EXERCICE : Écris le menu d'une journée équilibrée !

Anglais :

Civilisation : La Saint Patrick

Dialogue : écouter, lire, comprendre et parler

Repères culturels :

En Irlande, le 17 mars est jour férié. C'est la fête nationale. On fête aussi Saint Patrick dans d'autres pays, où des Irlandais ont immigré : USA et Canada principalement. A Dublin, on peut assister à une parade géante, sorte de carnaval musical avec spectacles et feux d'artifice.

La légende :

La **fête de la Saint-Patrick** est une fête chrétienne. Saint Patrick est le saint patron de l'Irlande.

Évangéliste de l'Irlande, Saint Patrick aurait expliqué le concept de la Sainte-Trinité aux Irlandais lors d'un sermon au Roc de Cashel grâce à un trèfle, **Shamrock**, qui est devenu le symbole de l'Irlande (l'emblème officiel du pays étant la harpe celtique).

La légende raconte que c'est à ce moment-là qu'il chasse tous les serpents du pays, action qui symbolise la conversion du peuple irlandais : les serpents représentent les croyances celtiques des irlandais. Chaque année, les hommes en Irlande mettent un trèfle à la boutonnière pour se souvenir de cet enseignement.

Les lutins (**Leprechauns**) sont des petits personnages féeriques irlandais qui mesurent environ 2 pieds de haut (60 cm) et ressemblent à des vieillards. Ils sont habillés comme des cordonniers et possèdent un pot rempli d'or.

Pour la St Patrick, la **couleur verte** est omniprésente : les habits portés lors des parades dans les rues sont verts, certaines villes irlandaises et américaines vont même jusqu'à mettre du colorant de cette couleur pour teinter les cours d'eau ou les fleuves les traversant ! (à Chicago notamment). Dans le cas où on ne porte pas de vêtements verts, on peut être « pincé » (*pinched*) !

<http://vimeo.com/751883>

<https://www.mes-english.com/flashcards/files/patricks.pdf>

<https://www.youtube.com/watch?v=wgXTZ8clbJA>

Entraîne toi à jouer avec les flash card de la Saint Patrick.

Ecoute et chante Molly Malone avec les paroles : Une chanson traditionnelle irlandaise. Molly Malone est un emblème de Dublin, la capitale Irlandaise.

LYRICS :

In Dublin's fair city,
Where girls are so pretty,
I first set my eyes on sweet Molly
Malone,
As she pushed her wheelbarrow
Through streets broad and narrow,
Crying, "Cockles and mussels, alive,
alive oh" !

Chorus : Alive, alive oh ! alive, alive
oh !

Crying, Cockles and mussels,
alive, Crying, "Cockles and mussels,
alive, alive oh" !

And that was the end of sweet Molly
Malone.

Now her ghost wheels her barrow,
Through streets broad and narrow,
Crying, "Cockles and mussels, alive,
alive oh" !

Crying, "Cockles and mussels, alive,
alive oh" ! alive oh !

Now she was a fishmonger,
And sure that was no wonder,
For so were her mother and father
before,
And they each wheeled their barrow,
Through streets broad and narrow,

Chorus

She died of a fever, And no one could
save her,

733/5000

Dans la foire de Dublin,
Où les filles sont si jolies,
J'ai d'abord posé mes yeux sur la douce Molly
Malone,
Alors qu'elle poussait sa brouette
À travers des rues larges et étroites,
Pleurer, "Coques et moules, vivant, vivant oh"!
Refrain: Vivant, vivant oh! vivant, vivant oh!
Pleurs, coques et moules, vivants, vivants oh!
Maintenant, elle était poissonnier,
Et bien sûr, ce n'était pas étonnant,
Car sa mère et son père l'étaient avant,
Et ils ont chacun fait rouler leur brouette,
À travers des rues larges et étroites,
Pleurer, "Coques et moules, vivant, vivant oh"!

Refrain

Elle est morte de fièvre,
Et personne ne pouvait la sauver,
Et ce fut la fin de la douce Molly Malone.
Maintenant, son fantôme fait rouler sa brouette,
À travers des rues larges et étroites,
Pleurer, "Coques et moules, vivant, vivant oh"!