



Extract of SVT

<http://svt.cjr.free.fr/spip.php?article157>

2. L'équilibre alimentaire.

Pb6 Pourquoi faut-il surveiller la quantité d'aliments consommés ?

- Archives avant 2016 - SVT 5ème - L'apport des nutriments au sang. - 2/ L'équilibre alimentaire. -

5

Publication date: mardi 14 février 2012

Description:

Calculs alimentaires.

Copyright © SVT - Tous droits réservés

Calculs alimentaires.

Activité

Chargement en cours...

++++Sites utilisés

[Equilibre alimentaire. dans Sites / L'apport des nutriments au sang. / 5ème](#)

++++Repas étudié


Menu réalisé par SVT.cjr sur calorie.fr

Activité

Faire les exercices 4 et 5 page 108 (Questions 1 et 2)

EXERCICE 4 Un calcul de l'apport énergétique

Questions 1 et 2, 5 pages



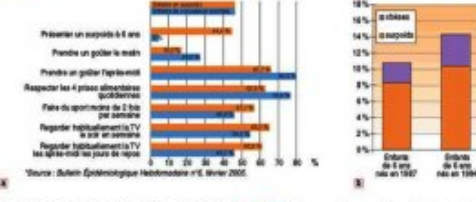
Pu restaurant du collège, les élèves peuvent choisir l'entrée, les légumes, le dessert tandis que la viande est la même pour tous. Le tableau indique les menus de Laura et Malika ainsi que les valeurs énergétiques de chaque plat (en kilojoules).

Menu	Salade	Poulet	Frites	Camembert	Pain	Boisson	Total
Laura	400 kJ	700 kJ	1 500 kJ	400 kJ	400 kJ	700 kJ	4 100 kJ
Malika	300 kJ	700 kJ	1 500 kJ	400 kJ	400 kJ	700 kJ	3 000 kJ

1/ Calculez l'apport énergétique de ces deux déjeuners.
2/ L'apport énergétique quotidien nécessaire pour une ado en moyenne de 10 000 kJ. Sachant que le déjeuner doit 30 % des apports quotidiens, quel repas répond le mieux à...

EXERCICE 5 Des données statistiques sur l'obésité des jeunes

Questions 1, 2, 5 pages



Une étude a été réalisée sur des collégiens de 3^e âgés de 14 à 15 ans, dans le but de comparer les habitudes de vie des adolescents de corpulence normale à celles des adolescents qui sont en surpoids à cet âge-là. Le graphique a présente quelques résultats de cette enquête. Le graphique b montre l'évolution entre 1993 et 2000 du pourcentage d'enfants en surpoids ou obèses dès l'âge de 6 ans.

1/ Quelle cause de surpoids semble la plus importante ? Justifiez votre réponse à l'aide du graphique a.
2/ Indiquez l'évolution entre 1993 et 2000 du pourcentage d'enfant en surpoids à l'âge de 6 ans.
3/ En vous appuyant sur le graphique a, expliquez pourquoi cette évolution est inquiétante.

Ex 4 page 108 Livre Bordas SVT 5ème

Ex 5 page 108 Livre Bordas SVT 5ème

++++Résultat

► Exercice 4 :

1/ Laura a choisi un plat qui contient : 4400 KJ et Malika : 3030 KJ

2/ Le déjeuner doit apporter 3000 KJ pour la journée, ce sera le repas de Malika qui sera le plus approprié, celui de Laura apportera trop d'énergie.

► Exercice 5 :

1/ Limiter les efforts physiques et l'accroissement de la sédentarité devant la TV augmentent les risques d'obésité.

++++Résumé

Il faut limiter l'apport alimentaire aux besoins énergétiques de la personne.

Il faut adapter l'apport alimentaire aux efforts physiques fournis par la personne.

++++IMC

► [Calcul de l'indice de masse corporelle](http://www.apercite.fr/api/apercite/320x240/oui/oui/http://www.biologieenflash.net/animation.php?ref=bio-0060-1)

[<http://www.apercite.fr/api/apercite/320x240/oui/oui/http://www.biologieenflash.net/animation.php?ref=bio-0060-1>]

► [Calcul de l'indice de masse corporelle pour un enfant](http://www.apercite.fr/api/apercite/320x240/oui/oui/http://www.imc.fr/imc-enfant-adolescent.htm)

[<http://www.apercite.fr/api/apercite/320x240/oui/oui/http://www.imc.fr/imc-enfant-adolescent.htm>]