|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **# Page**  Livre numérique | **Sujet de la page** | **Nom de l’élève** | **Facilité, difficultés observées, etc.** |
| 1 | Présentation du livre numérique |  |  |
| 2 | L’alimentation |  |  |
| 3 | Les fruits et les légumes sont bons pour la santé. |  |  |
| 4 | Les aliments moins bons pour la santé ont du gras, du sel et du sucre. |  |  |
| 5 | Nous avons appris les 4 groupes alimentaires. |  |  |
| 6 | Il y a les viandes et substituts. |  |  |
| 7 | Il y a des poissons, des œufs et de la viande. |  |  |
| 8 | Les viandes et substituts donnent de l’énergie à notre corps. |  |  |
| 9 | Il y a les fruits et les légumes. |  |  |
| 10 | Les fruits et les légumes donnent des vitamines. |  |  |
| 11 | Nous avons goûté à la mangue et on a aimé ça. |  |  |
| 12 | On a aussi goûté à la carambole. |  |  |
| 13 | Nous avons appris toutes les sortes de pommes. |  |  |
| 14 | La reine des pommes : rouge délicieuse |  |  |
| 15 | On est allé au Métro avec les grands du secondaire. |  |  |
| 16 | Au Métro, on a découvert les fruits et les légumes. |  |  |
| 17 | On a fait des brochettes de fromages et de fruits. |  |  |
| 17 | On a appris le groupe des produits laitiers. |  |  |
| 18 | Les produits laitiers sont importants pour les os. |  |  |
| 18 | Il y a aussi les produits céréaliers. |  |  |
| 19 | Les aliments suivent un chemin dans notre corps. |  |  |
| 22 | Hygiène |  |  |
| 23 | Il faut se laver pour être propre. |  |  |
| 24 | Il faut se brosser les dents pour ne pas avoir de carie. |  |  |
| 25 | Il faut se laver les mains avant de manger et aussi après aller aux toilettes. |  |  |
| 26 | L’activité physique |  |  |
| 27 | Le yoga est bon pour notre corps. |  |  |
| 28 | Nous faisons du yoga! |  |  |
| 30 | Le repos |  |  |
| 31 | C’est important de dormir pour être en forme. |  |  |
| 32 | Voilà! Maintenant tu sais comment bien t’occuper de ton corps pour être en santé! |  |  |