**Contrat de travail n°5**

1. Complète en ajoutant l'unité d'aire adéquate :

| | | | |
|---|---|---|---|
| 3,5 m² = 350 ..... | 7,8 ha = 780 ..... | 0,03 km² = 3 ..... | 6300 ca = 63 ..... |
| 7,04 a = 70400 ..... | 525 cm² = 5,25 ..... | 6080 mm² = 0,608 ..... | 2,465 cm = 24,65 …… |
| 7,0765 ha = 70 765 ..... | 343 ca = 3,43 ..... | 0,15 ha = 0,0015 …… | 0,345 dam = 3,45 ……. |

2. Complète pour garder l'égalité:

| | | | |
|---|---|---|---|
| 10 x 8 = 20 x …….. | 7 X 6 = 21 x …… | 86 + 18 = 90 + …….. | 198 + 45 = 200 + …….. |
| 24 : 4 = 12 : …… | 780 : 20 = 78 : …… | 127 – 97 = 120 - …….. | 127 – 97 = …… - 100 |

3. C.E. Effectue proprement ces opérations.

| | | |
|---|---|---|
| 29 602 + 3545 = | 391 567 – 245 624 = | 24 484 : 12 = |
| 245 X 90 = | 6,234 x 16 = | 2,45 x 1,23 = |

4. Trace un cercle de 2,5 cm de rayon.
Marque le centre en vert. Trace un diamètre en bleu. Trace 3 rayons en rose.
Calcule son périmètre et l'aire du disque que tu as obtenu. (Note tes formules)

5.Calcule le pm et l'aire de ces formes :

a)Un disque de 6 cm de diamètre.
b)Un triangle équilatéral de 13m de côté.
c) Un parallélogramme dont la base vaut 6 hm, la hauteur vaut 3 hm et le côté oblique vaut 4 hm.
d) Un rectangle L = 7 dam et l = 2,5 dam.

6. Simplifie les fractions suivantes :

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 18/63 = | 2/4 = | 8/18 = | 14/21= | 3/27 = | 15/25= |
| 26/40 = | 4/20 = | 9/24 = | 18/6 = | 15/18 = | |
| 24/72 = | 7/35 = | 12/4 = | 12/16 = | 13/26 = | |

7. Recopie les phrases en les complétant avec les noms suivants que tu écriras au pluriel.

**Vitrail – feu – tenaille – matériau – genou – clou – marteau – anneau**

Savez-vous ce que représentent les ……. olympiques ?
Les …….. de la cathédrale viennent d'être restaurés.
Désormais, les maisons sont bâties avec des …….. isolants.
Des imprudences sont souvent à l'origine des …… de forêt.
Le coureur de marathon a terminé l'épreuve sur les ……..
On enfonce les …….. avec des …… et on les arrache avec des ……..

8.Ecris ces noms au pluriel

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| un tableau | un chou | un cheveu | un rail | un local | un bisou | un cou | un soupirail |
| un cheval | un passager | un milieu | un hôpital | | un veau | un écrou | un bal |

9.Recopie chaque phrase et accorde le verbe.
Encadre le GS et donne sa nature.

- Les gens qui lui (vendre) cette maison (devoir) partir en Afrique.
- Toute la famille les (regretter) beaucoup.
- Avec leurs questions, ils me (retarder) toujours.
- Les deux fils de mon voisin (participer) à la course.
- Un élève les (ramasser) avant la récréation.

10.Conjugue ces verbes au temps demandé et à toutes les personnes

- écrire au présent
- dire au subj présent
- coudre à l'imparfait
- aller à l'impératif présent
- reconnaître au passé simple
- faire au futur simple

11.Réponds aux questions se rapportant sur l'eau

a) Qui sont les personnes les plus sensibles à la déshydratation ? Pour quelle raison ?
b) Classe ces aliments en fonction de leur teneur en eau (de la plus grande quantité à la plus petite).
**Les œufs – les carottes – les tomates – la pastèque – la viande**
c) Quelle quantité d'eau notre corps élimine-t-il par jour ?
d) Idéalement sur une journée combien de verres de 20 cl devrais-tu boire ?
e) Cite trois circonstances dans lesquelles tu devras boire plus que d'habitude.

# L'EAU À LA BOUCHE

**Les enfants et les personnes âgées sont plus sensibles à la déshydratation (c'est-à-dire à une trop grande perte d'eau) car leurs reins ne fonctionnent pas comme ceux des adultes. De plus, très souvent, ils n'éprouvent pas le besoin de boire. C'est pourquoi cela doit devenir un réflexe.**

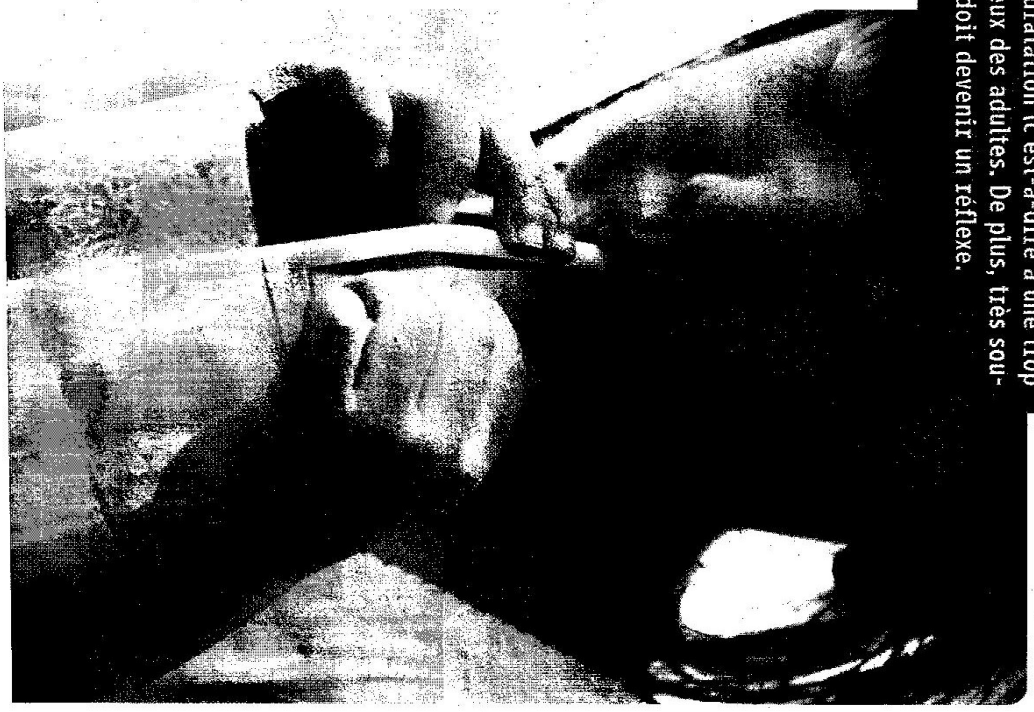
Puisque le corps élimine environ deux litres à deux litres et demi d'eau par jour, il est essentiel d'en consommer la même quantité. Heureusement, une grande partie de cette eau se retrouve dans nos aliments. Ainsi, en mangeant, nous absorbons déjà beaucoup d'eau. De ce point de vue là, certains aliments sont plus riches que d'autres. Il s'agit notamment des fruits et des légumes, de la viande, du poisson et des œufs. Par exemple, la pastèque se compose de 95% d'eau, suivie de près par les tomates qui en contiennent 91%. Les carottes aussi obtiennent un score élevé : elles renferment près de 85% d'eau. Quant à la viande et aux œufs, ils arrivent à égalité : 75%.

Par conséquent, en mangeant sainement, nous consommons déjà près d'un litre d'eau. Afin de garder notre corps bien hydraté, il faut donc encore boire plus ou moins un litre et demi d'eau par jour, c'est-à-dire environ huit verres de 20 cl. C'est facile, il suffit de prendre de bonnes habitudes ! Par exemple, vous pouvez boire un verre d'eau :

> Le matin, au réveil ;
> Avec le dix-heures ;
> À midi avec le repas ;
> Dans l'après-midi ;
> Avec le quatre-heures ;
> En attendant le souper ;
> Au souper ;
> Avant d'aller dormir.

Pensez aussi à toujours emmener une bouteille d'eau avec vous : à l'école, à vos activités sportives ou artistiques mais aussi le week-end et en vacances ! Vous pouvez également garder une bouteille d'eau à côté de votre lit pour les soifs nocturnes.

N'oubliez pas non plus que, dans certaines circonstances, nos besoins en eau augmentent :

> Quand il fait très chaud ;
> Quand nous avons de la fièvre ;
> Quand nous transpirons beaucoup ;
> Quand nous pratiquons du sport ;
> Après avoir été aux toilettes (car nous y avons évacué une grande partie de l'eau contenue dans notre corps).

Il est nécessaire, dans ces cas-là, de compenser les pertes en eau. Par conséquent, il faut boire davantage.