

# La digestion

Les aliments que nous mangeons sont digérés, c'est-à-dire transformés en éléments plus simples (des nutriments) que notre organisme pourra utiliser.

Ces transformations ont lieu dans le tube digestif.

Le parcours des aliments est le suivant :

**La bouche** : Les aliments sont broyés par les dents et ramollis par la salive (suc digestif produit par les glandes salivaires). C'est **la mastication**.

**L'arrière-bouche** : Ils sont avalés, c'est **la déglutition**.

**L'œsophage** : Ils descendent dans ce tube sans subir de modification.

**L'estomac** : Ils sont transformés en bouillie grâce à l'action du suc gastrique (suc digestif produit par l'estomac), c'est **le brassage**.

**L'intestin grêle** : C'est là que se produit la digestion. D'autres sucs digestifs agissent (le suc pancréatique produit par le pancréas et la bile produite par le foie). Les aliments sont alors décomposés en substances nutritives solubles : les nutriments qui traversent la paroi de l'intestin grêle et passent dans le sang, c'est **l'absorption**. Le sang distribue alors ces nutriments aux organes, ils servent à faire grandir le corps, à le maintenir en bon état et à produire l'énergie nécessaire pour vivre.

Les aliments non digérés forment les déchets.

Les déchets sont accumulés dans **le gros intestin** et sont évacués dans les excréments par **l'anus**, c'est **l'évacuation**.

## Travaillez cette notion avec un parcours pédagogique progressif clé en main

Cette ressource de type : **Leçon gratuite**, pour le niveau : **CM1**, dans la catégorie : **La digestion**, ne constitue qu'une **étape** d'un **parcours pédagogique complet prêt à l'emploi** pour apprendre, s'entraîner et maîtriser cette notion **étape par étape**.

### Étape 1. Leçon gratuite : Comprendre la règle

Découvrir la notion grâce à des explications simples et des exemples concrets.

- [Leçon: La digestion](#) (word)
- [Leçon: La digestion](#) (pdf)
- [Télécharger toutes les fiches de cette étape](#) (zip)
- [Télécharger toutes les fiches du parcours pédagogique](#) (zip)

### Étape 2. Exercices : S'entraîner progressivement

Des exercices progressifs pour avancer étape par étape

- [Exercice: L'appareil digestif](#) (word)
- [Exercice: L'appareil digestif](#) (pdf)
- [Télécharger toutes les fiches de cette étape](#) (zip)
- [Télécharger toutes les fiches du parcours pédagogique](#) (zip)

### Étape 3. Évaluation Bilan : Vérifier ses acquis avant le contrôle

Des évaluations et corrections pour se préparer sereinement

- [Evaluation: Digestion](#) (word)
- [Evaluation: Digestion](#) (pdf)
- [Télécharger toutes les fiches de cette étape](#) (zip)
- [Télécharger toutes les fiches du parcours pédagogique](#) (zip)