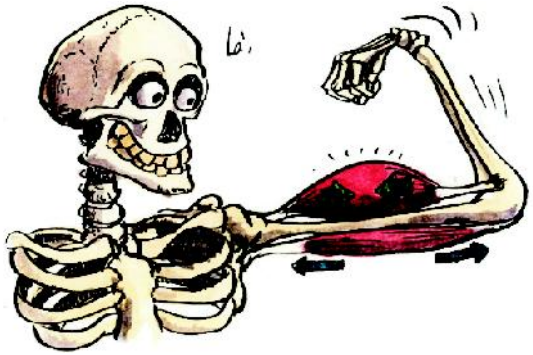
# Bilan 5° - Thème CORPS HUMAIN ET SANTE / PARTIE A "fonctionnement du corps"

## Chapitre 1- le mouvement et sa commande

le mouvement est possible grâce à l'action de différents organes : les muscles, les os, les tendons et les nerfs*



le système nerveux* commande le fonctionnement des muscles.

Les informations sont reçues par les organes des sens* (yeux, oreilles par exemple).
les messages nerveux sont ensuite transmis aux centres nerveux* (cerveau* et moelle épinière*) puis aux muscles par les nerfs

## Chapitre 2- observons le corps pendant l'effort

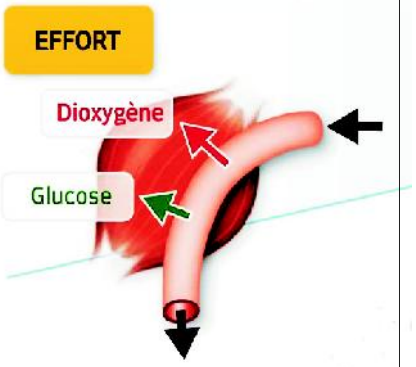
| | David | Paul | Léa | Flore |
|---|---|---|---|---|
| Rythme cardiaque au repos ( pulsations/mn) | 82 | 86 | 76 | 79 |
| Rythme cardiaque après l'effort ( pulsations/mn) | 141 | 153 | 134 | 148 |
| Rythme respiratoire au repos ( inspirations/mn) | 14 | 13 | 12 | 13 |
| Rythme respiratoire après l'effort ( inspirations/mn) | 32 | 35 | 28 | 27 |

pendant l'effort, le rythme cardiaque*, et le rythme respiratoire* augmentent (jusqu'à une limite, propre à chacun)

## Chapitre 3- des stratégies pour assurer les besoins en énergie des muscles

les besoins en énergie des muscles augmentent lors de l'effort (il consomment donc plus de glucose et de dioxygène)

le corps réponds à cette demande en :
- augmentant le rythme cardiaque
- augmentant le rythme respiratoire
- augmentant l'irrigation des vaisseaux (variation du diamètre) des muscles en activité




ici tu peux inclure un document de ton choix pour illustrer cette partie

mots à connaître (répertoire) : →
cerveau – nerf - moelle épinière – imagerie médicale – centre nerveux
rythme cardiaque – rythme respiratoire – pouls – sédentaire - dioxygène – VO2 max
artère – veine – capillaire sanguin – irrigation sanguine – débit sanguin - dioxygène - glucose

mon niveau de confiance après révision