

Connaître son corps

Objectifs

- Connaître les organes du système respiratoire.
- Connaître le vocabulaire du système respiratoire.
- Connaître et comprendre le rôle du cœur.

Activités préparatoires

- Au cours d'une séance d'éducation physique, faire prendre conscience de l'importance de la respiration. Pour cela, former des équipes de deux. Demander à l'un des deux élèves de chaque paire de compter le nombre d'inspirations par minute de son camarade, au repos, et immédiatement après l'effort. Interroger les élèves sur leurs résultats et l'intérêt de pouvoir respirer plus vite. Apprendre à prendre le pouls.
- Poser des questions : *Pourquoi la poitrine se soulève-t-elle quand on respire ? Pourquoi le sang coule-t-il ? Pourquoi sent-on le pouls à différents endroits du corps ?* Demander aux élèves de représenter, sous forme de dessins, l'inspiration et l'expiration. Expliquer pourquoi il est important de surveiller la respiration d'une victime.
- Discuter collectivement d'un individu qui se pique avec une épine, pour faire comprendre aux élèves que le sang est présent dans tout le corps.
- Faire expliciter ce qui différencie une égratignure d'un saignement, ou d'une hémorragie.

Découvrir la fiche

Le système respiratoire et le système circulatoire

- La fiche peut être utilisée en évaluation individuelle ou pour un travail de recherche par petits groupes, à l'aide de différents documents.

Aller plus loin

- Faire observer des radios de poumons.
- Organiser une recherche sur le rôle du sang dans le corps. Faire réfléchir au don du sang.
- Faire répertorier les différents signaux ou maux du corps : bâillement et hoquet, éternuement et reniflement, gaz intestinal et gaz stomacal, point de côté et crampe, vertige et nausée, fièvre et toux... Les faire localiser avec précision ; le « mal au cœur », par exemple, n'a rien à voir avec le cœur. En faire rechercher l'origine éventuelle et les soins à y apporter.