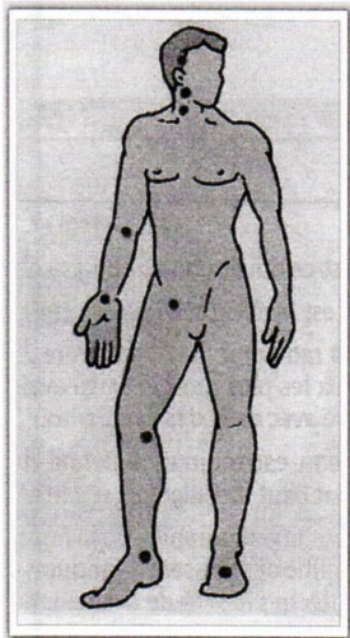


# LE SANG

CM2

## Séance 1 : Introduction : Le pouls et les pulsations



Quand on appuie légèrement sur notre peau à certains endroits du corps, on perçoit un battement régulier: c'est le pouls.

On peut mesurer le pouls à plusieurs endroits du corps. Sur l'image, tu peux voir les endroits du corps où tu sens les battements de ton cœur.

Le nombre de battements que l'on peut compter par minute est en fait le nombre de battements de notre cœur.

Nombre de battements du cœur par minute (au repos):

Adulte et adolescents	60 à 100
Enfant (1an à la puberté)	70 à 140
Nourrisson	100 à 160
Nouveau né (après l'accouchement)	120 à 160

EXPERIENCE :

Nous allons mesurer notre pouls au repos et après un effort

- 1) On cherche notre pouls sur notre cou et on essaie de compter régulièrement
- 2) Quand la maîtresse lance le chronomètre, on compte notre pouls
- 3) On note le nombre de battements comptés par minute dans le tableau
- 4) On court 2 minutes dans la cour
- 5) On prend notre pouls juste après l'effort
- 6) On note le nombre de battements comptés par minute dans le tableau
- 7) 5 minutes après on mesure à nouveau le pouls
- 8) 5 minutes après, on mesure une dernière fois le pouls

Que remarques-tu ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A faire :

Pour chaque élève, on trace un graphique : sur l'axe horizontal (les abscisses) le temps en minutes ; sur l'axe vertical (en ordonnées) le nombre de battements du cœur :



Qu'est ce que tu retiens ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....