

Activité 1	Les modifications de l'organisme à l'effort
Compétences travaillées	<ul style="list-style-type: none"> - Interpréter des résultats et en tirer des conclusions. - Utiliser des instruments d'observation, de mesures et des techniques de préparation et de collecte. - Lire et exploiter des données présentées sous différentes formes

1. Compléter le tableau suivant :

	Au repos	Après l'activité physique
Fréquence cardiaque (nombre de battements cardiaques / minute)		
Fréquence respiratoire (<i>nombre d'expirations /minute</i>)		

2. Indiquer comment évolue la fréquence cardiaque et la fréquence respiratoire au cours de l'effort physique.

.....

.....

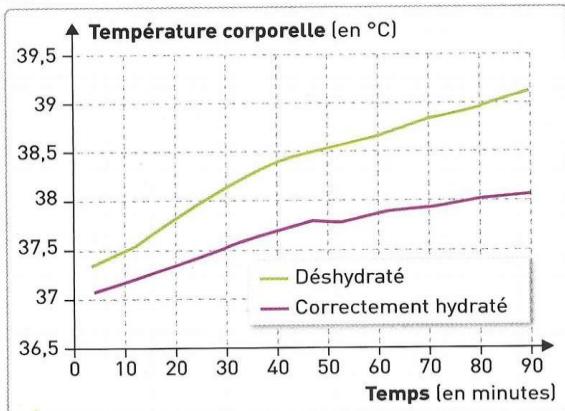
3. Citer d'autres modifications observées après un effort physique.

.....

.....

.....

1 Température du corps lors d'une course



Évolution de la température du corps au cours d'un effort physique de 90 minutes.



Marathon féminin aux jeux Olympiques de Rio de Janeiro (Brésil), 14/08/2016.

4. A partir du document 1, Indiquer comment évolue la température du corps au cours d'un effort physique.

.....

.....

5. Expliquer l'intérêt de bien s'hydrater pendant une course à pied.

.....

.....

.....

.....

.....