



# LE CORPS HUMAIN

Cycle 3

## SOMMAIRE FICHES PEDAGOGIQUES

**FICHE 1 : LES MOTS CROISES DU CORPS HUMAIN**

**FICHE 2 : LE CORPS EN MOUVEMENT 1 : Rappel**

**FICHE 3 : LE CORPS EN MOUVEMENT 2 : Rappel**

**FICHE 4 : LE CORPS EN MOUVEMENT 3 : Rappel**

**FICHE 5 : LE SYSTEME NERVEUX CENTRAL**

**FICHE 6 : LE SYSTEME DIGESTIF**

**FICHE 7 : LA DIGESTION ETAPE PAR ETAPE**

**FICHE 8 : DIGERER, TOUT UN PARCOURS !**

**FICHE 9 : LES "PETITES MAINS" DE LA DIGESTION**

**FICHE 10 : DE L'ENERGIE POUR NOTRE CORPS**

**FICHE 11 : LE QUIZZ DE LA DIGESTION**

**FICHE 12 : LE SYSTEME RESPIRATOIRE**

**FICHE 13 : RESPIRATION : A CHACUN SON RÔLE**

**FICHE 14 : RESPIRER, TOUT UN PARCOURS !**

**FICHE 15 : OXYGENONS-NOUS !**

**FICHE 16 : LE QUIZZ DE LA RESPIRATION**

**FICHE 17 : CIRCULEZ !**

**FICHE 18 : UN FONCTIONNEMENT BIEN RÔLE**

**FICHE 19 : BON SANG !**

**FICHE 20 : OPERATION - CICATRISATION**

**CORRIGE**

**LEXIQUE**

*Chaque fiche comporte un objectif pédagogique et la référence aux programmes du cycle 3 (notée RP).*

*\*Les mots suivis d'un astérisque sont définis dans le lexique.*

*Dossier élaborée par Juliette Fournier professeur des écoles*

*La Cicadelle - 14/16 Boulevard d'Aulnay 93250 VILLEMOMBLE - 01.56.63.01.04*



# LE CORPS EN MOUVEMENT 2 : Rappel

## FICHE 3

**Objectif.** Connaître le rôle des articulations et savoir localiser dans le corps humain.  
(RP : Les mouvements corporels : les articulations).

Replace les mots suivants au bon endroit :

Bouger, charnière, glisser, forme, ligaments, articulations, liquide, pivot.

Les ..... relient les os entre eux. Elles permettent au corps de .....  
Elles n'ont pas toutes la même .....

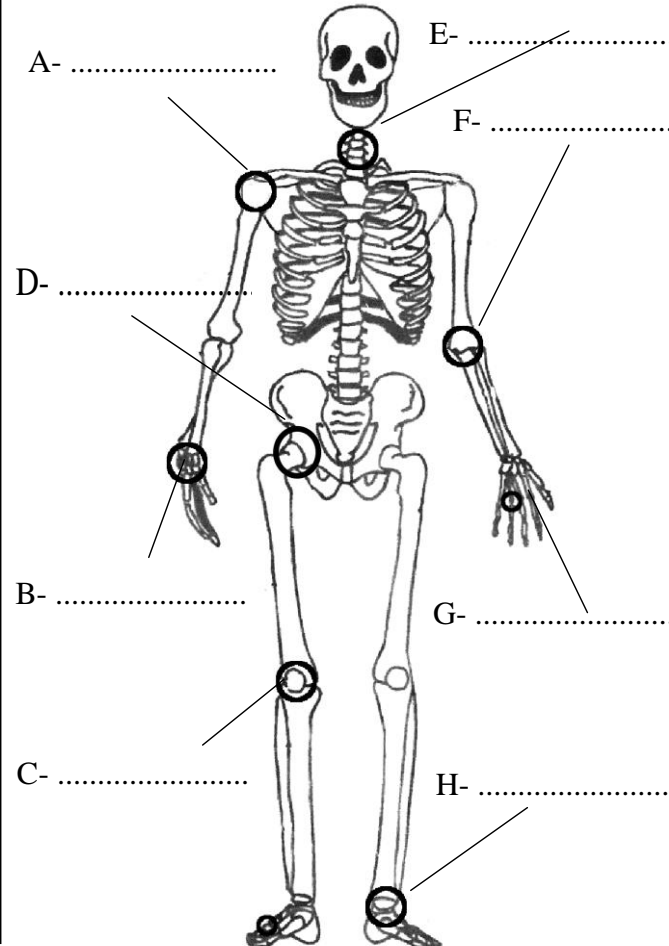
□ Les articulations ..... : elles permettent à l'os de bouger dans toutes les directions.

- Les articulations ..... : elles permettent à l'os de bouger dans 2 direction seulement.

Les articulations ne se coincent presque jamais car elles contiennent un ..... : la synovie, qui permet aux cartilages de ..... l'un contre l'autre.

Des ..... élastiques relient les os entre eux.

Place les articulations suivantes :  
cou, épaule, coude, poignet,  
hanche, genou, cheville,  
articulations phalangiennes



Articulation pivot  
ou articulation charnière ?  
Mets une croix au bon endroit :

Articulation	Pivot : permet de bouger dans plusieurs directions.	Charnière : permet de bouger dans deux directions
Cou		
Epaule		
Coude		
Poignet		
hanche		
genou		
cheville		
Phalangienne		



# LE SYSTEME DIGESTIF

## FICHE 6

**Objectif.** Connaître et localiser les principaux organes dans la digestion.  
(RP : Première approche des fonctions de nutrition : digestion).

1- Remplace au bon endroit les éléments suivants :

Pharynx

Bouche

Anus

Pancréas

Intestin grêle

Estomac

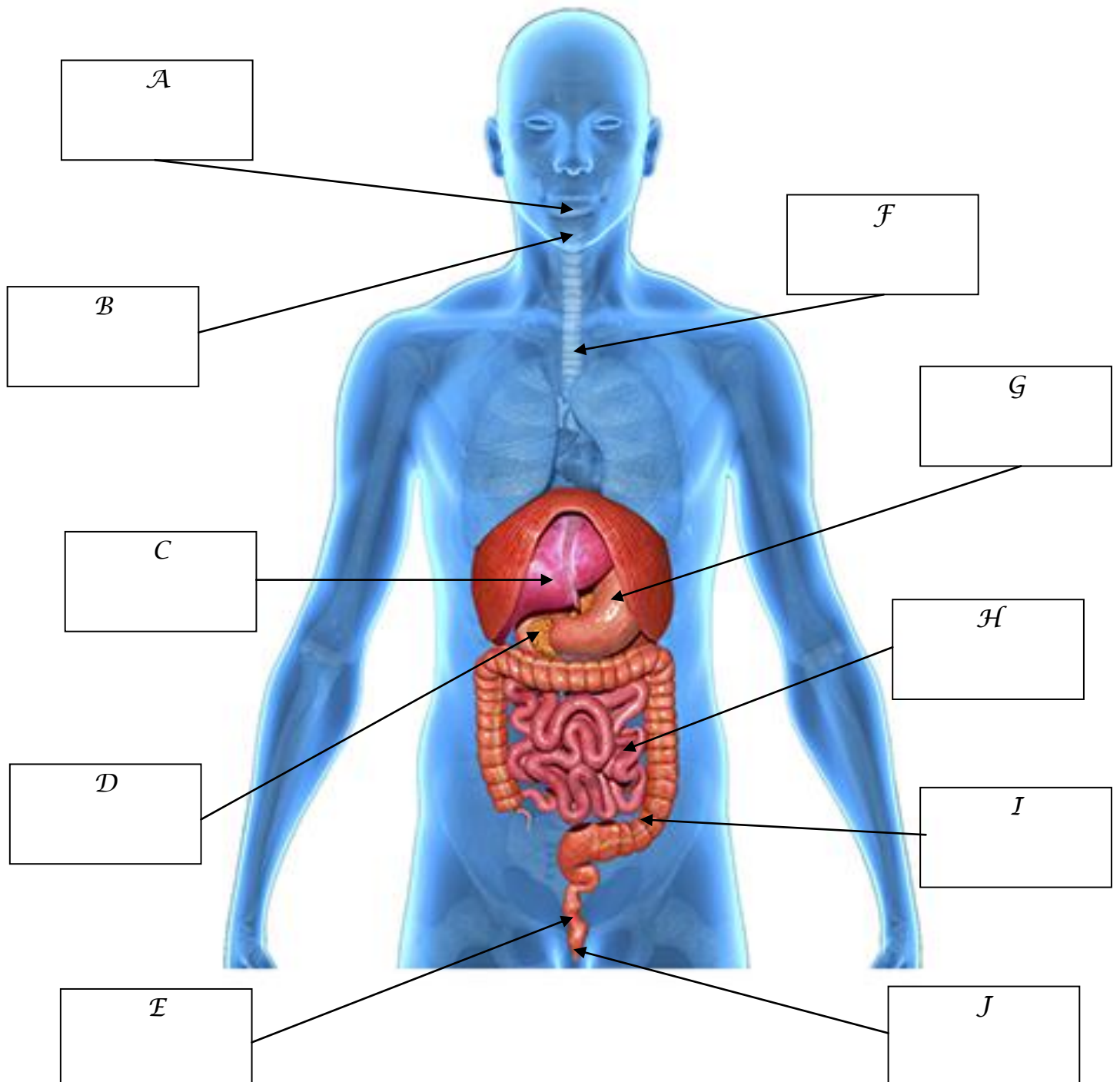
Rectum

Foie

Gros intestin

Œsophage

2- Trace le trajet de la nourriture lors de la digestion.





# DE L'ENERGIE POUR NOTRE CORPS !

## FICHE 10

**Objectif.** Comprendre l'importance d'une alimentation équilibrée pour notre corps.

(RP : Hygiène et santé : actions bénéfiques ou nocives de nos comportements, notamment dans le domaine de l'alimentation. Lecture : Compréhension de textes informatifs et documentaires).







Lis les deux documents suivants :

**Document 1 :**

Pour que notre organisme\* fonctionne correctement, il faut que chaque cellule puisse se nourrir de manière raisonnable. Nous devons avoir une alimentation qui apporte à chacune ce dont elle a besoin. Et leurs besoins sont différents !

Certaines comme les cellules nerveuses et le cerveau auront besoin de glucides. Les muscles sont dévoreurs de protides nécessaires à leur contraction. Les cellules osseuses doivent leur rigidité et leur solidité au calcium et aux autres sels minéraux. Le fer apporte force et dynamisme aux globules rouges. Par une alimentation saine et équilibrée, nous veillons à la bonne marche de notre corps.

**Document 2 :**

Exemples d'aliments	Groupe alimentaire	Exemple d'apport nutritif
	Féculents	Glucides Sels minéraux
	Viande, poisson, œufs	Protides Fer
	Fruits, légumes	Vitamines
	Produits laitiers	Calcium
	Boissons	Sels minéraux
	Matières grasses	Lipides

Réponds aux questions suivantes :

a- Quels aliments peut-on consommer pour apporter de la force à nos muscles ?

.....

b- Cite un aliment nécessaire au bon fonctionnement de nos neurones\* ?

.....

c- Que doit-on consommer pour protéger nos os ?

.....

d- Recherche pourquoi il est important de consommer des matières grasses :

.....

e- Quels aliments ne sont pas représentés dans le document 2 ? A ton avis pourquoi ?

.....



# LE SYSTEME RESPIRATOIRE

FICHE 12

**Objectif.** Connaître et savoir placer les principaux éléments du système respiratoire.

(RP : Première approche des fonctions de nutrition : respiration).

**Complète le texte avec les mots suivants :**

*Bronchioles, larynx, bronches, diaphragme, trachée, alvéoles, poumons, pharynx.*

Plusieurs parties de notre corps nous permettent de respirer. La bouche et le nez évidemment, mais aussi :

le ..... qui se trouve dans l'arrière gorge, le ..... puis la ....., placés dans la gorge. Il y a également les ....., qui se gonflent grâce au ....., un muscle. Dans les poumons on trouve :

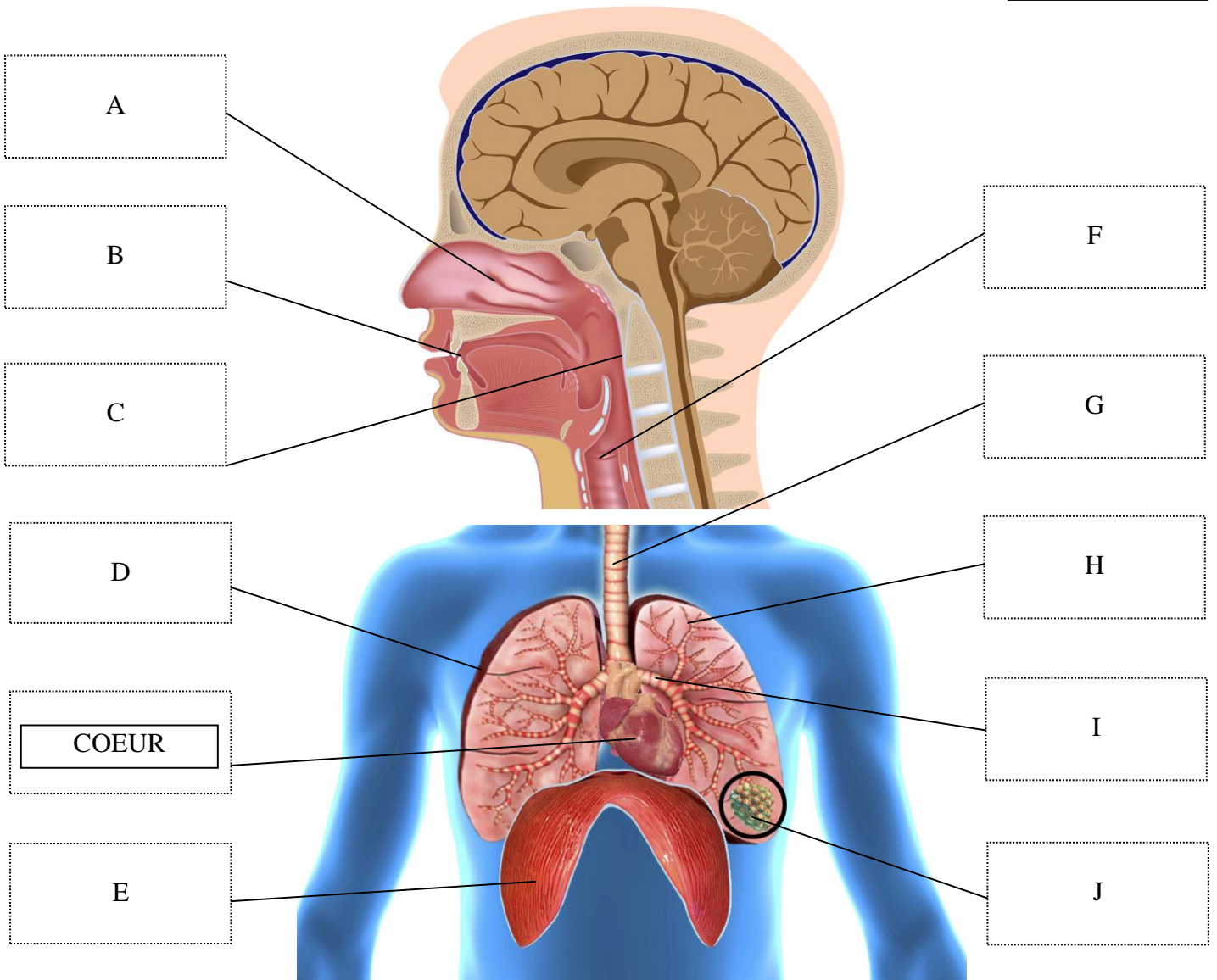
Les ....., qui sont reliés à la trachée.

Les ....., de fines tiges par lesquelles se terminent les bronches.

Enfin, les ..... pulmonaires : petits sacs situés au bout des bronchioles.

**Place sur le schéma les différents éléments du système respiratoire :**

BRONCHIOLE	BOUCHE	POUMON	TRACHEE	NEZ
LARYNX	BRONCHE	PHARYNX	DIAPHRAGME	ALVEOLE PULMONAIRE





**Objectif.** Comprendre le fonctionnement de la circulation sanguine.

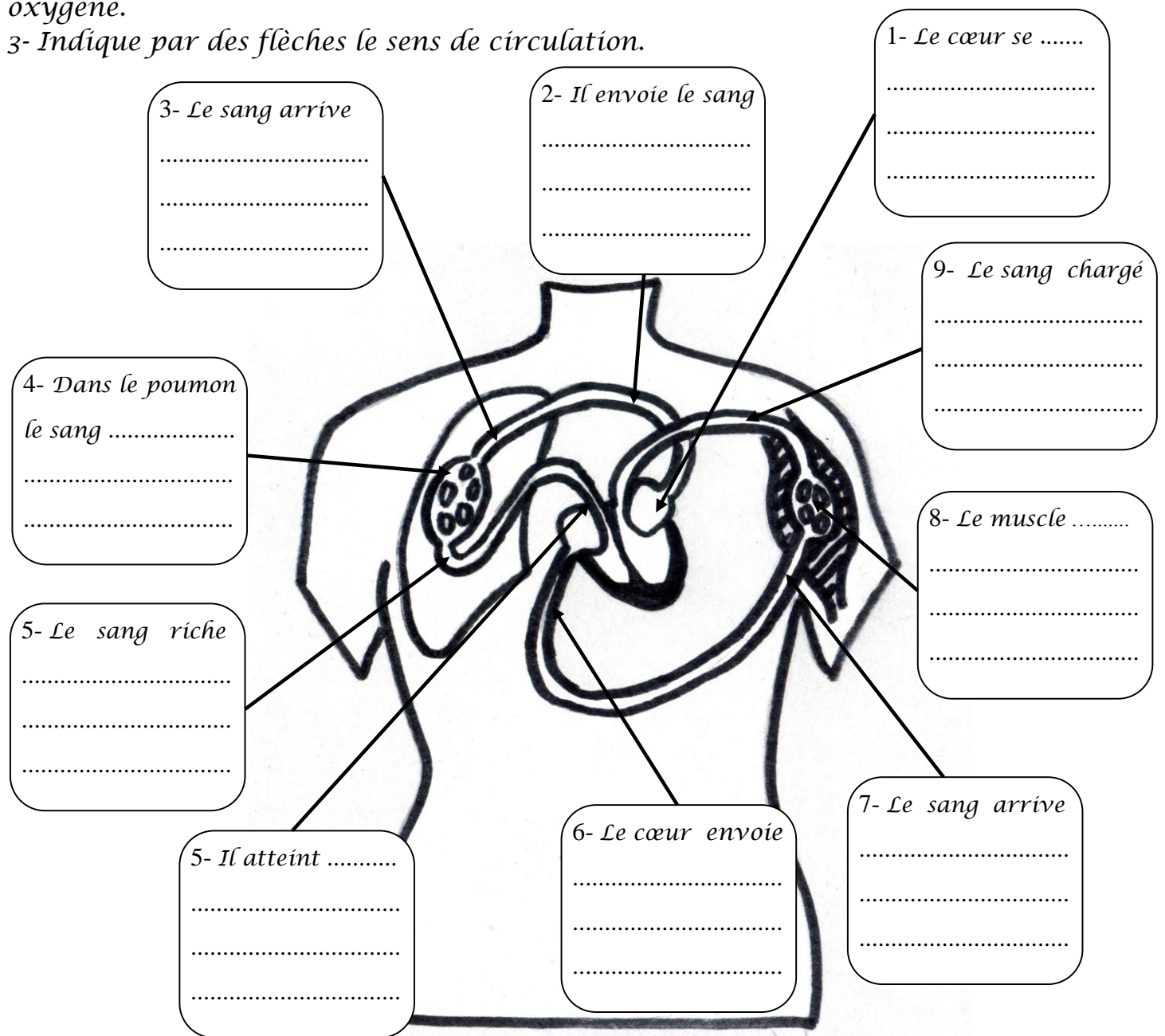
(RP : Première approche des fonctions de nutrition : circulation sanguine. Lecture : Compréhension de textes informatifs et documentaires).

Le cœur se contracte. La contraction du cœur envoie le sang dans l'artère pulmonaire. Ce sang est chargé de dioxyde de carbone. Il atteint les poumons où les échanges gazeux permettent l'évacuation du dioxyde de carbone dans l'air inspiré et l'apport d'oxygène dans le sang. Le sang riche en oxygène repart par la veine pulmonaire vers le cœur. Celui-ci se contractant en permanence, le sang neuf va être expulsé dans une artère vers les muscles et les organes. Chaque muscle ou organe qui fonctionne va utiliser de l'oxygène et produire du dioxyde de carbone. Le sang perd donc de l'oxygène en le traversant ou l'alimentant. Chargé en dioxyde de carbone, le sang rejoint le cœur qui va de nouveau l'envoyer vers les poumons pour qu'il soit oxygéné et repartir dans ce système fermé : l'appareil circulatoire.

1- A l'aide du texte, complète les vignettes du schéma.

2- Colorie en bleu le sang chargé en dioxyde de carbone et en rouge le sang riche en oxygène.

3- Indique par des flèches le sens de circulation.



Note : Le schéma est un schéma simplifié de la circulation sanguine. Un seul poumon, un seul muscle et une artère ou veine ont été représentés afin de faciliter la compréhension. Il est cependant important que les élèves observent également le système circulatoire complet.