

Noms

prénoms

classe

Activité 1 : Adaptation à l'effort

Compétences :

Concevoir et mettre en œuvre un protocole expérimental. D4-8

Interpréter des résultats et en tirer des conclusions. D4-5

A	EV	NA

Problème

Comment ton organisme s'adapte t'il à l'effort ?

I-Mesure de la fréquence ventilatoire au repos et à l'effort par ExAO

Fréquence respiratoire au repos et à l'effort

I-Introduction

Quelques lignes expliquant ce que vous voulez montrer

II-Protocole expérimental

Insère une photographie du protocole

Texte explicatif du protocole

III-Résultats-interprétation

Insère le graphique de la fréquence au repos au repos

Insère le graphique de la fréquence au repos à l'effort

Interprète les 2 graphiques,(compte le nombre de pics obtenus sur une minute et compare les 2 valeurs, que représente un pic)

IV - Conclusion

Quelques lignes pour conclure

II-Mesure de ta fréquence cardiaque au repos et après un effort (à faire en EPS)

Précise l'effort

Ton rythme cardiaque au repos :

	Effort modéré	Effort intense	Effort maximal
Ton Rythme cardiaque à l'effort (batt/mn)			
Temps de retour au rythme de base			

	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Rythme cardiaque au repos (batt/mn)					
Rythme cardiaque à l'effort (batt/mn)					