



L'énergie musculaire

Fiche de révision

Texte à trous

Retrouve les 5 mots qui ont disparu.

Le corps humain utilise beaucoup d'énergie pour fonctionner : cela permet de maintenir une _____ interne constante, de faire fonctionner tous les _____ et d'accomplir des _____ avec les membres. Cette énergie provient de la _____ que l'on ingère et de l' _____ que l'on respire. Ce sont principalement les _____, _____ et protéines contenus dans la nourriture, qui permettent au corps de produire l'énergie nécessaire pour vivre.



Vrai ou faux?

Ces affirmations sont-elles justes ?
À toi de démêler le vrai du faux.

1. Le corps humain tire son énergie de tout ce qu'il absorbe : légumes, viande, sucres, graisses, minéraux et liquides.

Vrai Faux

2. L'énergie musculaire est un travail fourni par les muscles. Ceux-ci brûlent la nourriture qui a été décomposée par le système digestif.

Vrai Faux

3. Pour fonctionner une journée, le corps humain a besoin d'environ 2500 calories. Soit à peu près autant qu'un ordinateur par exemple.

Vrai Faux



À toi de jouer !

La bonne définition

Retrouve la bonne définition parmi ces deux propositions.

Un **muscle** est...

A

Un tissu qui se contracte. Le mouvement des hommes et des animaux est provoqué par cette contraction ; le corps humain compte près de 650 muscles.

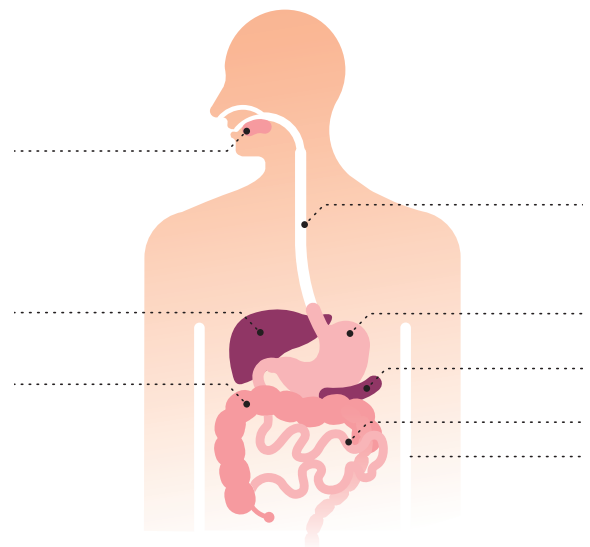
B

Un tissu qui se dilate. Le mouvement des hommes et des animaux est provoqué par cette dilatation ; le corps humain compte près de 1000 muscles.

Reconstitution

À toi de replacer le bon organe au bon endroit pour que cette formidable « machine » fonctionne !

1 - Langue, 2 - Œsophage, 3 - Foie, 4 - Intestin grêle, 5 - Estomac, 6 - Pancréas, 7 - Gros intestin.

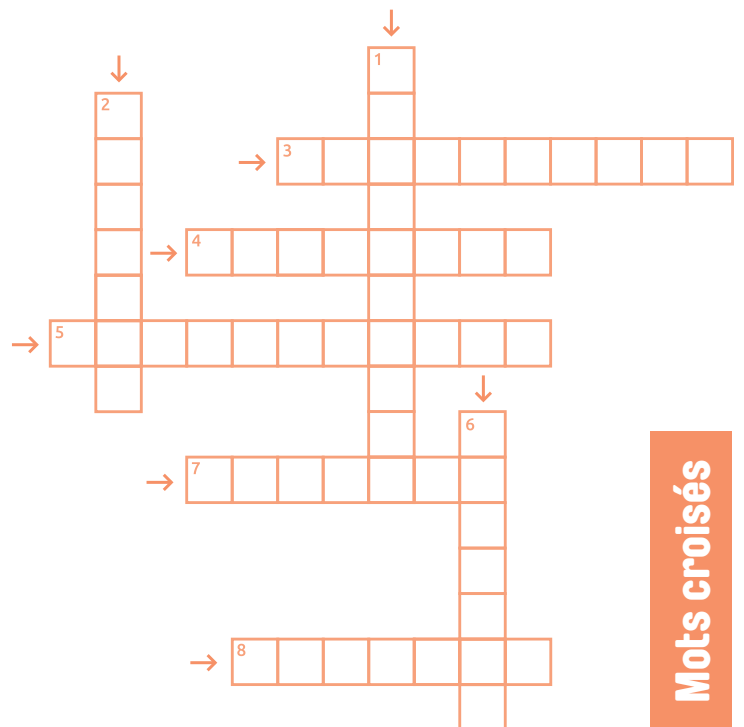


Vertical

- 1 Il s'agit de notre source d'énergie ; elle est composée de protéines, de glucides et de lipides.
- 2 L'énergie permet au corps humain de maintenir une température constante, de faire des mouvements et aussi aux ... de fonctionner.
- 6 Il est le principal organe du système nerveux et un très gros consommateur d'énergie !

Horizontal

- 3 Grâce à l'énergie, nous pouvons notamment bouger, c'est à dire accomplir des...
- 4 Lorsqu'on parle de l'énergie contenue dans la nourriture, on parle de joules ou de...
- 5 L'énergie permet au corps humain de la maintenir à 37°C.
- 7 Absorbé par la respiration, il permet au corps humain de « brûler » les aliments.
- 8 Sorte de poche située à l'intérieur du ventre, c'est à l'intérieur que se déroulent des étapes importantes de la digestion.



Mots croisés

