

Les compétences travaillées	Niveau 1 : MI	Niveau 2 : MF	Niveau 3 : MS	Niveau 4 : TBM
<b>D1 - Communiquer à l'oral</b>	Peu de contenu + absence du vocabulaire scientifique + aucune organisation dans l'exposé des notions. + Je lis mon document écrit/ou je ne parle pas assez fort	Peu de contenu + Présence insuffisante du vocabulaire scientifique + aucune organisation dans l'exposé des notions + Je lis mon document + Je ne parle pas assez fort + Je ne peux pas répondre aux questions posées	Contenu satisfaisant + Présence du vocabulaire scientifique+ organisation dans l'exposé des notions + Je lis mon document et/ ou je ne parle pas assez fort + Je peux répondre aux questions posées	Contenu satisfaisant + Présence du vocabulaire scientifique+ organisation dans l'exposé des notions + Je ne lis pas mon document et/ ou je parle assez fort + Je peux répondre aux questions posées

**Situation de départ :**

Eusébio sait très bien qu'il doit avoir une bonne hygiène de vie pour mettre toutes ses chances de son côté, il veut tenir un stand pendant quelques récréations avec des affiches.  
**Comment notre système nerveux peut-il être perturbé ?**

**Consignes :**

- Réaliser un exposé oral de 5minutes maximum afin d'expliquer l'importance d'une **hygiène de vie** saine pour le bon fonctionnement du système nerveux. Celui-ci doit expliquer très précisément sur quelle(s) parties(s) du système nerveux et comment les drogues ou les écrans ou le manque de sommeil agissent. Tu devras donc choisir un de ces trois thèmes : Drogues, écran et manque de sommeil

**Document 1 :** Une affiche publicitaire sur les effets secondaires d'un médicament.



Le risque de ce médicament est de niveau 1 sur une échelle de 3.  
 Toutes nos actions sont réalisées grâce à notre système nerveux, mais ce que nous faisons a un impact sur son fonctionnement

**Document 2 :** Une adolescente utilisant son téléphone portable

La lumière émise par les téléphones ou les ordinateurs stimule le cerveau et empêche de s'endormir rapidement.



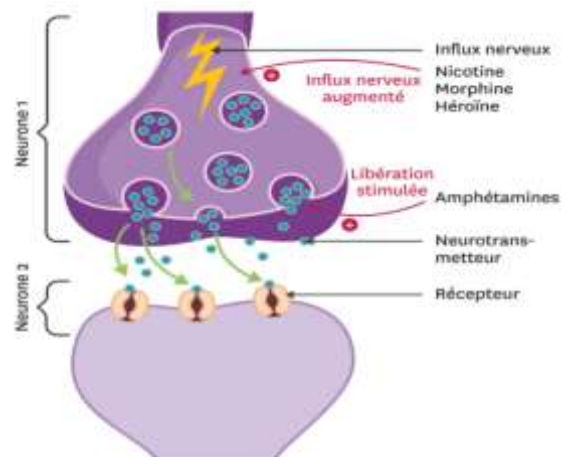
**Document 3 :** Les effets d'un manque de sommeil



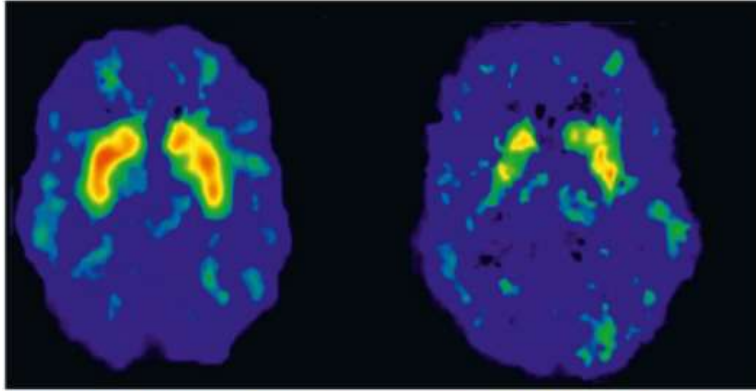
Le sommeil est une période de repos vitale pour notre organisme

**Document 4 :** Les effets des drogues au niveau des synapses.

Les drogues procurent des sensations de plaisir et peuvent entraîner une dépendance.



**Document 5 :** Des coupes de cerveau d'un patient témoin et d'une personne consommant des méthamphétamines.



activité faible      activité élevée  
Patient témoin      Patient sous méthamphétamines

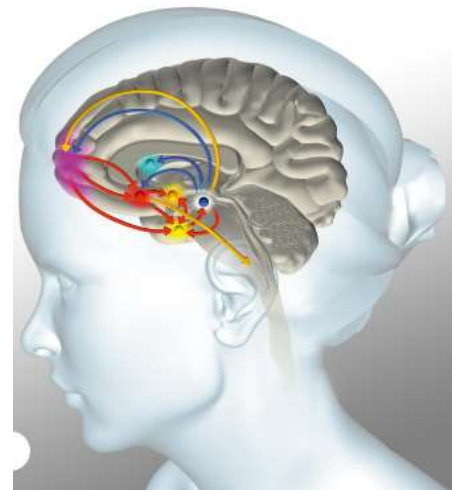
**Document 6 :** Le jeu vidéo World of Warcraft, un jeu multijoueur en ligne.



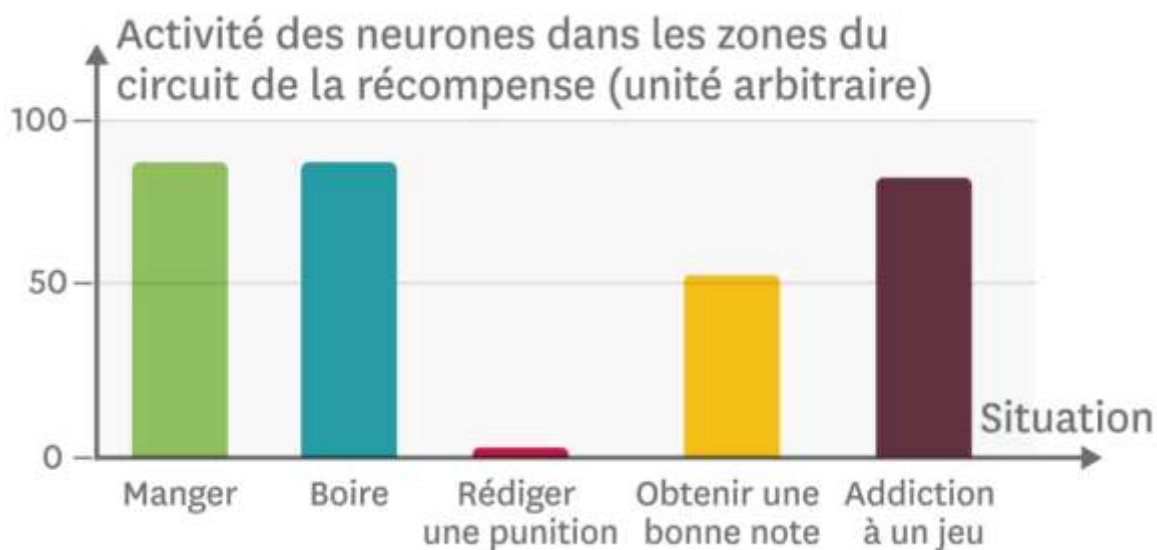
L'addiction aux jeux est un réel problème pour certaines personnes, incapables de s'arrêter de jouer.

**Document 7 :** Les aires cérébrales du « circuit de la récompense ».

Il existe dans le cerveau un réseau de neurones impliqué dans la sensation de plaisir : le circuit de la récompense. Il s'active quand on réussit ou qu'on fait quelque chose qui nous plait.



**Document 8 :** L'activité des neurones du circuit de la récompense.



**Document 9 :** Vocabulaire

**L'hygiène de vie :** ensemble des pratiques qui visent à préserver ou à favoriser sa santé.