

**CLASSE :** 4<sup>ème</sup>

**EFFECTIF :** { G  
F

**TITRE :** LE CŒUR ET LA CIRCULATION SANGUINE

**SEQUENCE :** LA PREVENTION DES MALADIES CARDIOVASCULAIRES

**DUREE :** 1H30mn

**OBJECTIFS GENERAUX (OG) :**

**OG1 :** connaitre les facteurs de risque cardiovasculaires

**OS1-1 :** définir un facteur de risque cardiovasculaire

**OS1-2 :** citer les différents de facteurs de risque

**OG2 :** comprendre les facteurs de risque cardiovasculaires

**OG2-1 :** classer les facteurs de risque en deux catégories selon qu'on peut les modifier ou pas

**OG2-2 :** identifier les facteurs de risque d'une personne à partir d'un diagramme circulaire montant les différentes valeurs des facteurs de risque

**OG2-3 :** donner des conseils appropriés

**Pré requis :** les différentes maladies cardiovasculaires, notions de pression artérielle, de vaisseaux, de glycémie etc

Sources d'information : Webographie : [www.htavasc.fr](http://www.htavasc.fr)

Bibliographie : Biologie 3<sup>ème</sup> Collection TAVERNIER

### DEROULEMENT

TIMING	OG	OS	STRATEGIES D'ENSEIGNEMENT-APPRENTISSAGE			TRACES DANS LE CAHIER	STRATEGIES D'EVALUATION
			ACTIVITES DU PROF	MATERIELS ET SUPPORTS	ACTIVITES DES ELEVES		
10mn	OG1		<p>On dit souvent que prévenir vaut mieux que guérir.</p> <p>❶ Qu'est ce qu'on peut prévenir ?</p> <p>❷ Quelles maladies par exemple ?</p> <p>+ _____</p> <p>Annonce les objectifs aux élèves</p> <p>❶ Entre vous et vos parents ou vos grands parents, qui sont ceux qui courent plus de</p>	<p>Diagramme circulaire avec les facteurs et niveaux de risque</p>	<p>On peut prévenir des maladies</p> <p>· Les maladies cardiovasculaires</p>	<p><b>INTRODUCTION</b></p> <p><b>I-FONCTIONNEMENT DU CŒUR</b></p> <p><b>II-LES MALADIES CARDIOVASCULAIRES ET LEUR PREVENTION</b></p> <p><b>1°) LES DIFFERENTES MALADIES</b></p> <p><b>2°) LA PREVENTION DES MALADIES CARDIOVASCULAIRES</b></p>	<p>Demander la définition orale ou écrite d'un facteur de risque</p>

10mn		OS1-1	<p>risques d'avoir une maladie cardiovasculaires ?</p> <p>○ Pourquoi ?</p> <p>○ Entre un bureaucrate et un maçon qui court plus de risque d'attraper ces maladies ? Et pourquoi ?</p> <p>Δ Citez d'autres facteurs qui favorisent ces maladies</p> <p>○ Comment appelle t-on tous ces éléments que vous venez de citer ?</p> <p>Donne la réponse si les élèves ne la trouvent pas.</p> <p>Δ A partir de tous ces exemples, donnez la définition d'un facteur de risque</p> <p>IL fait découvrir les autres facteurs de risque comme le diabète et le</p>		<p>Ce sont nos grands parents. Parce qu'ils sont âgés</p> <p>C'est le bureaucrate parce qu'il ne fait pas beaucoup de mouvements</p> <p>Le tabac, l'alcool, le stress, l'hérédité etc</p> <p>Répondent</p> <p>Proposent des définitions</p> <p>Preennent des notes</p>	<p>a- Les facteurs de risque cardiovasculaires</p>	
------	--	-------	--	--	--	--	--

<p>15mn</p> <p>15mn</p>	<p><b>OG2</b></p>	<p><b>OS1-2</b></p> <p><b>OS2-1</b></p> <p><b>OS2-2</b></p>	<p>cholestérol par un jeu de question – réponse</p> <p>① Prenons deux facteurs de risque comme l'âge et la sédentarité : qu'est ce qui les différentie ?</p> <p>Δ Classez les différents facteurs de risque en deux catégories selon qu'on peut les modifier ou pas. IL organise les élèves en groupes</p> <p>Δ A partir du diagramme des facteurs et niveaux de risque pour les personnes A, B et C suivantes : -A consomme 5</p>		<p>L'âge augmente alors qu'on peut changer avec la sédentarité</p> <p>S'exécutent dans les groupes puis confrontent les réponses sous la supervision du professeur</p>		<p>Faire citer les facteurs de risque</p> <p>Donner un ensemble de facteurs de risque et demander de les classer en deux catégories selon qu'on peut agir sur eux ou pas</p>
-------------------------	-------------------	---	--	--	--	--	--

15mn			<p>verres d'alcool par jour  -B est une femme âgée de 95 ans  -C a une pression systolique égale à 115</p> <p>Fait la correction avec les élèves et encouragent ceux qui on trouvé</p> <p>❶ Comment vous avez procédé pour trouver ces résultats ?</p> <p>Il fait la synthèse de la démarche puis du résumé de la séquence avec les élèves</p>		<p>S'exécutent en groupe puis donnent les réponses à haute voix :</p> <p>Pour A le risque est moyen, pour B le risque est élevé et pour C il est faible</p> <p>Expliquent leur démarche</p>		<p>Donnez l'âge , l'état ou les habitudes alimentaires d'une personne puis demander le niveau de risque et des conseils appropriés pour la prévention</p>
------	--	--	--	--	---	--	---

10mn		OS2-3	<p>Δ A partir de toutes ces informations, proposer des conseils en rapport avec les facteurs de risque et qui permettront de prévenir les maladies cardiovasculaires</p>		<p>-Faire des activités physiques régulières -diminuer la consommation de tabac, d'alcool, de sel etc. -faire des contrôles de la tension artérielle etc.</p>	<p><b>b- Les conseils pour la prévention des maladies cardiovasculaires</b></p>	
5mn			<p>⊙ Est-ce que vous devez garder ces informations avec vous ?</p> <p>C'est très bien !</p> <p>⊙ Comment vous allez les partager avec les autres ?</p>		<p>Non nous devons les partager avec les autres</p> <p>En leur donnant des conseils et des informations sur les maladies cardiovasculaires.</p>		