

Cahier de l'élève

Nom(s) : _____

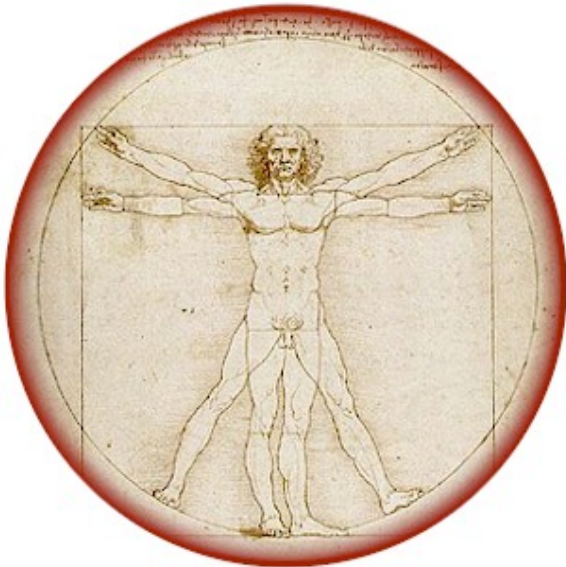
Durant les derniers jours, tu as testé tes réflexes, écouté ton cœur et analysé tes capacités pulmonaires.

Le corps s'adapte à tout. Il s'adapte à ce que tu manges, aux activités que tu fais et à une multitude de stimuli de toutes sortes.

Ta mission, si tu l'acceptes, est de tester un stimulus et voir si celui-ci a un impact sur la vitesse de tes réflexes, ton rythme cardiaque et respiratoire.

Comment?

1. Pour y parvenir, tu devras faire des tests pour obtenir les données de ton corps à la normale.
2. Puis, il te faudra mettre ton corps en contact avec le stimulus que tu auras choisi.
3. Ensuite, tu devras refaire les mêmes tests pour déterminer si tu le stimulus influence ton corps.





Ce sera à toi de planifier tout cela.


Exemple de stimuli (évidemment, tu peux en choisir un qui n'est pas dans la liste!)

Noirceur	Nourriture (ex. chocolat, pomme, etc.)	Calme (ex. après repos de 15 min)
Exercice physique (type cardio)	Exercice physique (type musculaire)	Bruit
Bout de film portant sur une émotion particulière (peur, stress, tristesse, etc.)	Musique (calme, rythmée, qui donne envie de danser, avec des percussions, rock, etc.)	Animaux qui font peur (regarder des photos/vidéos d'araignées, de serpents, etc.)
Après une bonne rigolade (discussion, lecture de livre d'humour, vidéo, etc.)	Chaleur/Froid	Jouer 15 minutes aux jeux vidéo

Un corps sur mesure

<i>Ton stimulus</i>	
Décris le stimulus que tu vas tester sur tes réflexes, ton rythme cardiaque et respiratoire	

	<i>Dans tes mots, reformule ta mission</i>	
Cr1 Description adéquate du problème	Reformulation du problème	

	<i>Ma prédiction sur la réaction de mon corps face au stimulus</i>		
Pour cette expérience, coche ta prédiction			
	Va diminuer	Va rester semblable	Va augmenter
Vitesse des réflexes			
Rythme cardiaque			
Rythme respiratoire			

Un corps sur mesure

La conclusion

Est-ce que ton expérimentation confirme ce que tu pensais
(prédictions à la page deux)?



Vitesse des réflexes : oui non

Pourquoi? (Base ton explication à l'aide d'argument scientifique)

Rythme cardiaque : oui non

Pourquoi? (Base ton explication à l'aide d'argument scientifique)

Rythme respiratoire : oui non

Pourquoi? (Base ton explication à l'aide d'argument scientifique)

Cr4 Utilisation appropriée des connaissances scientifiques et technologiques

Production d'explications ou de solutions

Autoévaluation

	😊	😐	☹️
1. Je suis fier(e) de mon expérience.			
2. J'ai travaillé fort à chaque étape.			
3. J'ai pris en considération mon coéquipier.			
4. J'ai bien expliqué mes résultats.			
5. J'ai beaucoup appris.			