



## THEME : LES TROUBLES DE SANTE CHEZ L'ETRE HUMAIN ET LES MOYENS DE LUTTE

### LEÇON 1 : LES AGRESSIONS DU SYSTEME NERVEUX

#### 1-SITUATION D'APPRENTISSAGE

Pendant les cours, un élève du CM2 somnole en classe depuis quelques temps. Après renseignements, les élèves découvrent que sa maison est située près d'un maquis. Conduit à l'hôpital, le médecin fait savoir aux parents que les bruits sont dangereux pour le système nerveux. Pour éviter les troubles de santé, les élèves avec l'éclairage du maître identifient les composantes du système nerveux et leur rôle, les sources d'agression du système nerveux et leurs conséquences et les règles d'hygiène du système nerveux.

#### 2-CONTENU DE LA LEÇON

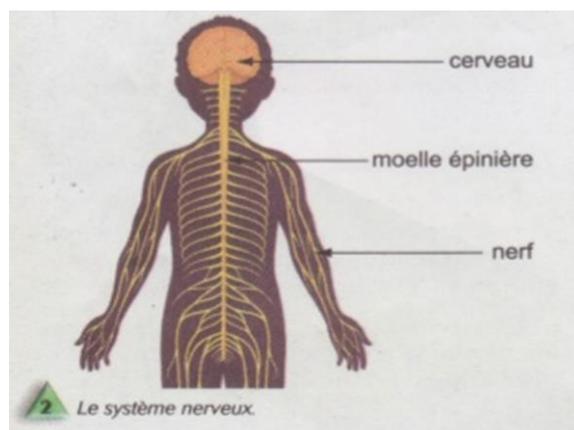
##### ❑ Les composantes du système nerveux et leur rôle

✓ Les composantes du système nerveux :

- **Le cerveau**
- **La moelle épinière**
- **Les nerfs.**

✓ leur rôle :

- **Le cerveau** enregistre les sensations, commande les mouvements des organes et permet de réfléchir.
- **La moelle épinière**, le centre des réflexes rassemble les prolongements de tous les nerfs du corps. Elle a pour rôle de conduire l'influx nerveux.
- **Les nerfs** relient tous les organes du corps à la moelle épinière et au cerveau, auxquels ils transmettent les sensations.



## ❑ **Les sources d'agression du système nerveux et leurs conséquences**

### a) **Les sources d'agression du système nerveux**

- Les bruits sonores
- La consommation de tabac
- l'alcool
- La drogue
- Les médicaments.

### b) **Les conséquences des agressions du système nerveux**

- Le surmenage,
- La colère,
- L'insomnie,
- Les trous de mémoire,
- La tremblote et la folie.

## ❑ **Les règles d'hygiène du système nerveux**

- Dormir suffisamment à des heures régulières.
- Pratiquer régulièrement du sport.
- Eviter de consommer les boissons alcoolisées, la drogue et les cigarettes.
- Eviter de s'exposer aux agressions sonores.
- Manger sainement et équilibré à des heures régulières.
- Organiser son temps de travail et de repos.

## **3-ACTIVITE D'APPLICATION**

Complète par **Vrai ou Faux**

- a) Le cerveau commande les mouvements volontaires.....
- b) Les nerfs conduisent les sensations au cerveau .....

**Réponses :**

- a) Le cerveau commande les mouvements volontaires. ....**VRAI**.....
- b) Les nerfs conduisent les sensations au cerveau .....**VRAI**.....

## **4-SITUATION D'EVALUATION**

Un élève en classe d'examen a peur d'échouer. Pour cela, il veille chaque nuit pour réviser ses leçons.

1-Nomme le danger auquel il s'expose.

2-Cite de conseils pour éviter les troubles de son système nerveux.

**Réponses :**

- 1- le surmenage
- 2-
- Dormir suffisamment à des heures régulières.

- Pratiquer régulièrement du sport.
- (Eviter de consommer les boissons alcoolisées, la drogue et les cigarettes.
- Eviter de s'exposer aux agressions sonores.
- Manger sainement et équilibré à des heures régulières.
- Organiser son temps de travail et de repos.)

## **5-EXERCICES**

### **Activité d'application 1**

Cite trois (3) conséquences de l'agression du système nerveux.

**Réponse :**

- Le surmenage,
  - La colère,
  - L'insomnie,
- (Les trous de mémoire,
- La tremblote et la folie)

### **Activité d'application 2**

Complète la phrase suivante par : **permet - enregistre - commande.**

Le cerveau..... les sensations,  
 .....les mouvements des organes et nous  
 .....de réfléchir.

**Réponses :**

Le cerveau **enregistre** les sensations, **commande** les mouvements des organes et nous **permet** de réfléchir.

### **Activité d'application 3**

Parmi les éléments suivants, entoure ceux qui agressent le système nerveux :

La mangue- le tabac- le lait- l'alcool- la drogue- la danse- les bruits sonores

**Réponses :**

La mangue- le tabac- le lait- l'alcool- la drogue- la danse- les bruits sonores

## **6-SITUATION D'EVALUATION**

### **Situation D'évaluation 1**

A la sortie de l'école, ton ami observe un homme qui mange dans la poubelle. Il dit cela à son grand frère du CM2 qui lui répond que cet homme a le cerveau qui ne fonctionne pas correctement.

1-Nomme la maladie dont souffre cet homme.

.....

2-Cite les composantes du système nerveux et leur rôle.

.....

**Réponse :**

- 1- c'est la folie
- 2- le cerveau enregistre les sensations commande les mouvements des organes et permet de réfléchir.
  - la moelle épinière conduit l'influx nerveux.
  - les nerfs relient tous les organes du corps à la moelle épinière et au cerveau.

**Situation D'évaluation 2**

Ton ami habite non loin d'un maquis qui joue la musique toute la nuit. Chaque matin, il n'arrive pas vite en classe et une fois en classe il dort.

- 1) Dis ce qui perturbe le sommeil de ton ami.
- 2) Cite deux autres sources d'agression du système nerveux.

**Réponse :**

- 1- les bruits sonores.
- 2- Deux sources d'agression du système nerveux :
  - La consommation de tabac
  - l'alcool
  - (La drogue, les médicaments).

**DOCUMENTATION :**