



La respiration



En regardant le documentaire, choisis les bonnes réponses :

1) Que respire-t-on ?

- De l'eau De l'air De la terre



2) Quel est le gaz indispensable à la vie humaine ?

- L'azote L'oxygène Le dioxyde de carbone



3) Par jour, de quelle quantité moyenne d'oxygène a-t-on besoin pour vivre ?

- Aucune Environ 100 litres Entre 700 et 1 000 litres



4) Comment font les apnéistes pour rester longtemps sous l'eau sans respirer ?

- Ils s'entraînent pour augmenter leur capacité pulmonaire.
 Ils diminuent leur consommation d'oxygène en réduisant leur rythme cardiaque.
 Ils mettent de l'air dans leur ventre (estomac et intestins) pour avoir plus de réserve.



5) Plus on s'active, plus nos muscles consomment de l'énergie :

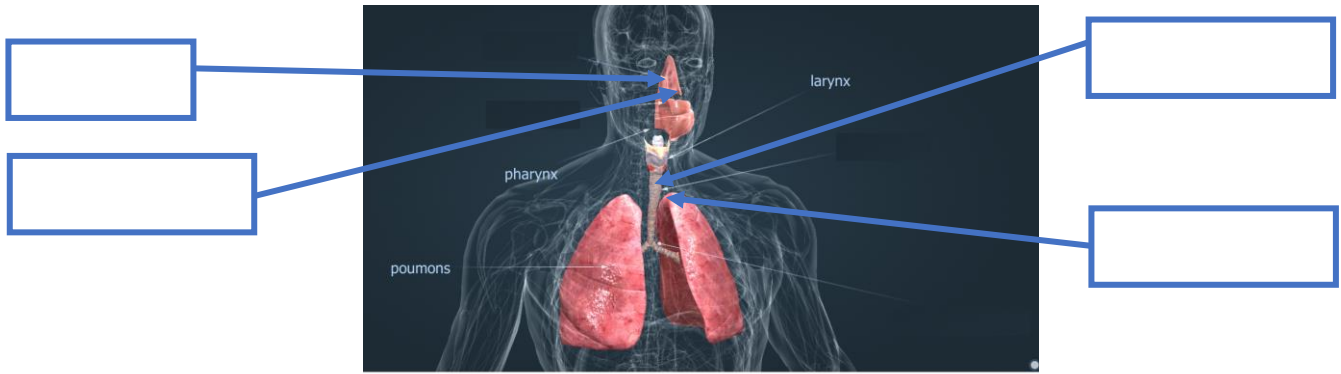
- Vrai Faux

6) Lors d'un effort physique intense, par combien est multipliée notre consommation d'oxygène ?

- Par 2 ou 3 Par 5 ou 7 Par 10 ou plus



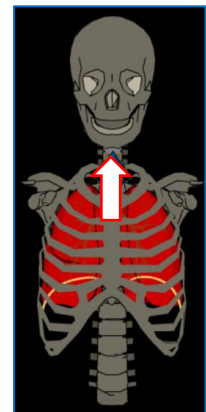
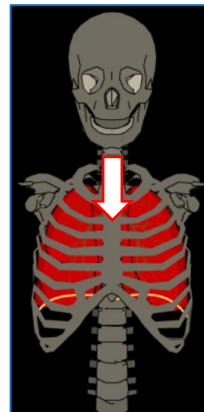
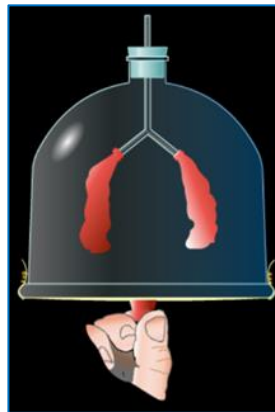
7) Complète les légendes manquantes sur le schéma ci-dessous :



8) Relie chaque schéma à la phase ventilatoire qui lui correspond :

Inspiration

Expiration



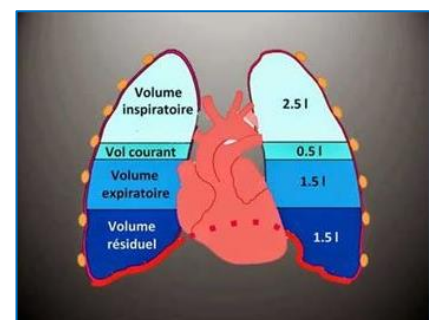
9) Quel est le volume maximal d'air que peut contenir nos poumons ?

Entre 1 et 2 litres

Entre 2 et 3 litres

Entre 6 et 10 litres

Entre 10 et 20 litres



10) Combien de cycles d'inspiration/expiration effectue-t-on au repos (en moyenne) ?

2

15

30

11) Quelle quantité d'air respire-t-on à chaque cycle au repos (en moyenne) ?

0,5 L

500 ml

50 cl

