



# Plan du cours «Nos poumons», cycle intermédiaire

1/2

N°	Sujet	Objet/objectifs	Contenu et activités	Forme sociale	Matériel	Durée
01	Quiz préliminaire	Introduction ludique aux sujets de l'air et de la respiration	Les élèves répondent aux questions du quiz, puis on discute les solutions en classe.	TI	Fiche de travail	20 min
02	Jeux de respiration et de souffle	Les élèves apprennent à respirer consciemment. De manière ludique, ils découvrent l'influence de la respiration sur le corps, l'âme et l'esprit.	Jeux de détente ou pour démarrer le cours <ul style="list-style-type: none"> <li>«Football respiratoire» avec morceau d'ouate</li> <li>Retenir son souffle</li> <li>Viser une cible avec une balle de ping-pong</li> <li>Gonfler un ballon</li> <li>Souffler dans un entonnoir pour lancer une balle de ping-pong et la rattraper</li> <li>Exercices de respiration en cas d'asthme</li> </ul>	CE TG	Ballons Morceau d'ouate Chronomètre Balles de ping-pong Pailles Entonnoir Bougies	10 min
03	Voies respiratoires et poumons	Les élèves connaissent la position et la taille des poumons et savent qu'il s'agit d'un grand organe important.	Connaissances des poumons: les élèves regardent des illustrations simplifiées des poumons et de sa localisation dans le corps. Ils en colorient et nomment les différentes parties.	TG	Présentation Fiche de travail	45 min
04	Respiration et échange gazeux	Les élèves se familiarisent avec la fonction spéciale des poumons et apprennent qu'un échange gazeux a lieu.	Circulation d'oxygène/échange gazeux simplifiés: les élèves lisent un texte et répondent aux questions de la fiche de travail.	TI	Fiches de travail	20 min
05	Le panache d'une baleine	Les élèves découvrent la respiration des mammifères marins.	La respiration des baleines: les élèves complètent un texte à trous illustré.	TI	Feuille de texte Fiche de travail Texte à trous	45 min
06	L'asthme	Les élèves améliorent leurs connaissances sur l'asthme et comprennent mieux les personnes atteintes.	Informations concernant l'asthme: les élèves voient une présentation illustrée qui leur permet ensuite d'aborder le sujet et de poser leurs questions.	CE TI	Présentation	20 min
07	La pollution atmosphérique	Les élèves connaissent les origines de la pollution de l'air.	Causes de la pollution atmosphérique: les élèves lisent le texte et attribuent une légende correcte aux photographies.	TG	Fiche de travail	30 min
08	Test	Les élèves consolident leurs connaissances et contrôlent leurs acquis.	Les élèves répondent aux questions du contrôle.	TI	Contrôle	30 min

Les durées mentionnées donnent un laps de temps indicatif pouvant varier en fonction de la classe, ainsi que du niveau et de l'intensité du cours!

# Plan du cours «Nos poumons», cycle intermédiaire



Compléments/variantes	
Légende	TI = travail individuel / CE = classe entière / TG = travail en groupe / G2 (G3, G4) = travail en groupe de 2
Informations	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les exercices proposés dans les fichiers 02 et 03 peuvent être repris et répétés en cours à tout moment</li> <li>• Vous trouverez des exercices respiratoires et de détente, des jeux de respiration et de souffle, ainsi que des documentations sur la pollution atmosphérique dans les fichiers tous niveaux.</li> </ul>
Adresses de contact	<p>Ligue pulmonaire suisse Chutzenstrasse 10 3007 Berne</p> <p>Tél. +41 31 378 20 50 Fax +41 31 378 20 51 E-mail: <a href="mailto:info@lung.ch">info@lung.ch</a></p>
Film	Un voyage virtuel à travers nos voies respiratoires: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=t5_I_-Y8pJM">https://www.youtube.com/watch?v=t5_I_-Y8pJM</a>
Compléments	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vous pouvez commander ou télécharger des brochures et des feuilles d'information ici: <a href="http://www.liguepulmonaire.ch/fr/meta/portrait/publications.html">http://www.liguepulmonaire.ch/fr/meta/portrait/publications.html</a></li> <li>• «Lunge Zürich» dispose d'un bus qui mesure la fonction pulmonaire. Plus d'informations: <a href="http://www.luftibus.ch">www.luftibus.ch</a>.</li> </ul>
Notes de l'enseignant/e	