

VIDEO « LA CROISSANCE DES ADOS »

FICHE ELEVE

Regarder le document audiovisuel intitulé « La croissance des ados » et répondre aux questions.

1. Regard sur la croissance

Décrire la courbe de croissance (premier graphique) en utilisant les termes : « taille », « augmenter », « rester stable », « naissance », « adolescence », « taille adulte ».

.....
.....
.....

2. Que d'os !

Quelles sont les transformations que subissent les os au cours de la croissance ?

.....
.....

Dans la vidéo, il est question de densité des os. Que signifie le terme « densité » ?

.....
.....
.....

3. Bien grandir

Expliquer la phrase : « la croissance varie en fonction du sexe, de l'âge, de la personne ».

.....
.....
.....

Quels sont les deux facteurs qui ont une influence sur la croissance ?

.....
.....
.....

Quel élément participe de manière essentielle à la formation et à la solidification des os ? Dans quels types d'aliments le trouve-t-on principalement ?

.....
.....
.....

Quels sont les besoins journaliers d'un adolescent concernant cet élément ?

.....
.....
.....

Combien faut-il consommer de produits laitiers chaque jour pour couvrir les $\frac{3}{4}$ de ces besoins ?

.....
.....
.....

4. Solidifier les os

Quels sont les deux moments de la vie où les besoins en calcium sont les plus importants ? (graphique en bâtons)

.....
.....
.....

Quel autre élément permet de solidifier les os ? Comment ?

.....
.....
.....