

TP 7 : Apports énergétiques et puissance thermique du corps humain

Activité 1 : Comparer les apports énergétiques aux dépenses journalières.

A l'aide de l'animation Equil'Al <https://www.pedagogie.ac-nice.fr/svt/productions/equilal/> :

- Bien lire l'avertissement, remplir avec vos données personnelles puis relever votre IMC, noter votre métabolisme de base (+ définition).
- Estimer vos dépenses énergétiques quotidiennes (noter le calcul)
- Remplir vos repas sur une journée afin d'estimer vos apports énergétiques quotidiens.
- Comparer alors vos apports énergétiques à vos besoins.

Âge, état et activité	Besoins énergétiques quotidiens	
	Homme	Femme
Enfants de 1 à 3 ans	5 700 kJ	
Adolescents de 13 à 15 ans	12 100 kJ	10 400 kJ
Adultes		
- activité faible	8 800 kJ	7 500 kJ
- activité moyenne	11 300 kJ	8 400 kJ
- activité intense	12 500 kJ	9 200 kJ
- grossesse		8 300 à 9 000 kJ

1 calorie = 4,2 Joules

Activité 2 : Calcul de la puissance thermique (énergie thermique dépensée par seconde)

Questions 1 à 6 de la double page 124-125