



## Chapitre • Les risques liés à l'activité physique

### Jeu des vignettes sur les risques liés à l'activité physique

#### • Compétence développée :

**C5** Argumenter un choix

#### • Matériel :

- Une grille (voir page 2, à imprimer)
- 18 vignettes violettes (voir page 3, à imprimer)
- 9 vignettes bleues (variante, voir page 4, à imprimer)

#### Règle du jeu

##### • Objectif du jeu :

Associer les notions sur les risques liés à l'activité physique en plaçant correctement les vignettes dans la grille.

##### • Déroulement :

1. L'enseignant constitue les équipes de 3 à 4 élèves.
2. L'enseignant distribue à chaque équipe, une grille et les 18 vignettes violettes.
3. Les équipes placent les 18 vignettes violettes sur leur grille en 5 minutes.
4. Une fois le temps écoulé, les équipes confrontent oralement leur choix d'association.

##### → Variante possible :

Il est possible de remplacer la grille par 9 vignettes bleues à associer aux 18 vignettes violettes.

## Grille à compléter

	Vignettes
<b>Facteurs de risques liés à l'activité physique au travail</b>	
<b>Effets d'une activité physique statique sur le muscle</b>	
<b>Effets d'une activité physique dynamique sur le muscle</b>	
<b>Atteintes à la santé causées par une activité physique au travail</b>	
<b>Atteintes de la colonne vertébrale causées par une activité physique au travail</b>	
<b>Facteurs aggravants les risques d'accidents discaux</b>	
<b>Prévention visant à supprimer ou réduire les risques liés à l'activité physique</b>	
<b>Mesures de protection collective des risques liés à l'activité physique</b>	
<b>Mesures de protection collective des risques liés à l'activité physique</b>	

## Vignettes à découper

Postures contraignantes, pénibles	Élimination des déchets	Lumbago, sciatique
Accumulation de déchets	Lève malade	Accidents de type traumatique (contusions, coupures, entorses)
Hernie discale, tassement discal	Gestes répétitifs	Déformations de la colonne vertébrale
Épuisement des réserves en dioxygène et en glucose	Automatisation des manutentions manuelles	Port de chaussures de sécurité
Port de gants	Port de charges, vieillissement	Alimentation des muscles en glucose et dioxygène
Troubles musculosquelettiques	Chariot élévateur	Aménagement des postes de travail

## Vignettes à découper (pour la variante)

<b>Facteurs de risques liés à l'activité physique au travail</b>	<b>Effets d'une activité physique dynamique sur le muscle</b>
<b>Facteurs aggravants les risques d'accidents discaux</b>	<b>Effets d'une activité physique statique sur le muscle</b>
<b>Atteintes à la santé causées par une activité physique au travail</b>	<b>Atteintes de la colonne vertébrale causées par une activité physique au travail</b>
<b>Mesures de protection collective des risques liés à l'activité physique</b>	<b>Mesures de protection collective des risques liés à l'activité physique</b>
<b>Prévention visant à supprimer ou réduire les risques liés à l'activité physique</b>	<b>Atteintes à la santé causées par une activité physique au travail</b>