

# Table des matières

Bienvenue dans ton cahier d'activités d'Essentia	5
Familles de tâches du réseau libre et compétences de la Communauté française en sciences au premier degré	7
Tableau synthétique	9
Méthode pour travailler chez toi les savoirs et savoir-faire	10



<b>► CHAPITRE I • LES FORCES</b>	11
<b>FAct.01</b> Objectifs du fichier d'activités 1	13
<b>La notion, les effets et les types de force</b>	14
C1 : La notion, les effets et les types de force	21
<b>FAct.02</b> Objectifs du fichier d'activités 2	23
<b>Les caractéristiques et la représentation d'une force</b>	24
C2 : Les caractéristiques et la représentation d'une force	29
<b>FAct.03</b> Objectifs du fichier d'activités 3	31
<b>La mesure d'une force</b>	32
C3 : L'instrument de mesure de l'intensité de la force	37
<b>FAct.04</b> Objectifs du fichier d'activités 4	39
<b>La force de pesanteur</b>	40
C4 : La force de pesanteur	43
<b>FAct.05</b> Objectifs du fichier d'activités 5	45
<b>La masse et le poids</b>	46
C5 : La masse et le poids	51
<b>FAct.06</b> Objectifs du fichier d'activités 6	53
<b>Les actions (ou forces) réciproques</b>	54
C6 : Les actions (ou forces) réciproques	59
<b>FAct.07</b> Objectifs du fichier d'activités 7	61
<b>La masse et le poids d'un corps immergé</b>	62
C7 : La masse et le poids d'un corps immergé dans l'eau	65



<b>► CHAPITRE II • LA PRESSION</b>	67
<b>FAct.08</b> Objectifs du fichier d'activités 8	69
<b>La notion de pression</b>	70
C8 : La notion de pression	77
<b>FAct.09</b> Objectifs du fichier d'activités 9	79
<b>La pression atmosphérique</b>	80
C9 : La pression atmosphérique	89



<b>► CHAPITRE III • LES VIVANTS</b>	91
<b>FAct.10</b> Objectifs du fichier d'activités 10	93
<b>Les chaînes alimentaires des vivants des milieux aquatiques</b>	94
C10 : La nutrition des vivants des milieux aquatiques	101
<b>FAct.11</b> Objectifs du fichier d'activités 11	103
<b>La respiration des vivants des milieux aquatiques</b>	104
C11 : La respiration dans les milieux aquatiques	111

<b>FAct.12</b>	Objectifs du fichier d'activités 12	115
	<b>La circulation sanguine des vivants des milieux aquatiques</b>	116
	C12 : La circulation sanguine des vivants des milieux aquatiques	121
	P.A.1 : La circulation sanguine de la moule	123
	P.A.2 : La circulation sanguine de la truite	125
	P.A.3 : La circulation sanguine de la grenouille	127
<b>FAct.13</b>	Objectifs du fichier d'activités 13	129
	<b>La reproduction des vivants des milieux aquatiques</b>	130
	C13 : La reproduction des vivants des milieux aquatiques	133
<b>FAct.14</b>	Objectifs du fichier d'activités 14	135
	<b>La reproduction humaine</b>	136
	C14 : La reproduction humaine	141
	P.A.4 : L'appareil reproducteur de l'homme	143
	P.A.5 : L'appareil reproducteur de la femme	145
	P.A.6 : La grossesse - début	147
	P.A.7 : La grossesse - fin	149
	P.A.8 : Le rôle du placenta	151
<b>FAct.15</b>	Objectifs du fichier d'activités 15	153
	<b>La classification des vivants</b>	154
	C15 : La classification des vivants	159



**CHAPITRE IV • L'ÉNERGIE**

		161
<b>FAct.16</b>	Objectifs du fichier d'activités 16	163
	<b>Les sources et les formes d'énergie</b>	164
	C16 : Les sources et les formes d'énergie	169
<b>FAct.17</b>	Objectifs du fichier d'activités 17	171
	<b>Les transformations d'énergie</b>	172
	C17 : Les transformations d'énergie	179
<b>FAct.18</b>	Objectifs du fichier d'activités 18	181
	<b>La chaleur et la température</b>	183
	C18 : La chaleur et la température	187
<b>FAct.19</b>	Objectifs du fichier d'activités 19	189
	<b>Les changements d'état et la chaleur</b>	190
	C19 : Les changements d'état physique	207
<b>FAct.20</b>	Objectifs du fichier d'activités 20	209
	<b>Les transferts de chaleur</b>	210
	C20 : Les transferts de chaleur	215
<b>FAct.21</b>	Objectifs du fichier d'activités 21	217
	<b>Les isolants et les bons conducteurs thermiques</b>	218
	C21 : Les isolants et les bons conducteurs thermiques	227
<b>FAct.22</b>	Objectifs du fichier d'activités 22	229
	<b>Les circuits électriques</b>	230
	C22 : Le circuit électrique	239