

$4^e 1$

S_1

SUIVI DE L'ACTIVITE PHYSIQUE

COLLEGE PIERRE NORANGE

L'objectif de ce dossier est de maintenir une activité physique pendant le temps de fermeture du collège. En effet, pour être en bonne santé, nous devons pratiquer une activité physique régulière (*footing, sport en club, trotinnette, roller etc.*)

Pour rappel, pour pouvoir travailler pendant ce temps en dehors du collège et pour ne pas perdre le rythme, il convient :

- De garder un rythme de sommeil régulier - *se coucher tôt et se lever tôt-*
- Ne pas passer un temps trop important devant les écrans (*télévision, ordinateur, console, téléphone, tablette*).
- Conserver une bonne hygiène alimentaire - *ne pas manger devant les écrans par exemple-*

QUELQUES CONSEILS AVANT DE COMMENCER

1/ Être bien échauffé pour éviter de se blesser

- cordes à sauter d'au moins 2 minutes -ou faire semblant-,
- écartés serrés x10,
- talon fesse sur place x10,
- montée de genoux sur place x10
- étirements -voir feuille Echauffement-

2/ S'étirer en fin de séance pour éviter les courbatures (et pendant si envie ou besoin)

3/ Ne pas travailler vite, mais préférer la qualité du mouvement

4/ Souffler normalement lors des exercices, ne pas bloquer sa respiration

5/ 2 minutes de récupération entre chaque série qui font travailler les mêmes muscles

6/ Commencer par le niveau les plus faciles et par le nombre de répétitions le plus petit

**N'oubliez pas de cocher
chaque série faite**

ETIREMENTS PASSIFS

Objectifs : se sentir bien, gagner en souplesse, éviter les courbatures

A faire tous les jours en fin de journée = environ 15 minutes, plutôt en fin de journée

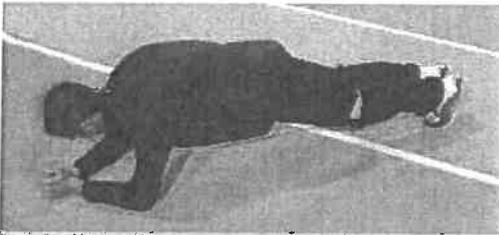
	3 x 30 secondes chaque exercice
Ischio-jambiers	
Quadriceps	
Adducteurs	
Fessiers / Abducteurs	
Deltoïde	
Triceps du bras	

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Dossier individuelle de :

.....

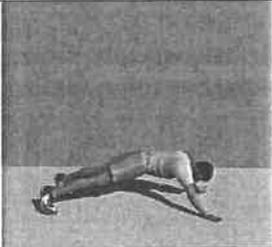
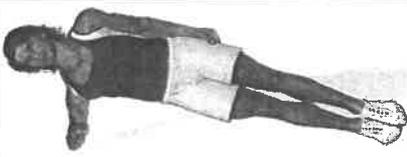
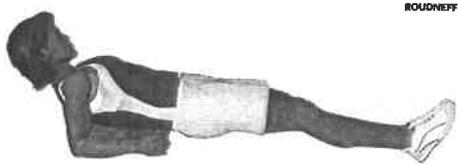
Chaque lundi, je fais des TESTS PHYSIQUES ci-dessous pour évaluer mes progrès :

Test	Photos	Muscles sollicités	Résultats										
Gainage	 <p>Attention à ne pas creuser le dos et à ne pas monter les fesses !</p>	Les abdominaux	1/ 2/ 3/ <table border="1" data-bbox="1173 779 1492 981"> <tr> <td>très faible</td> <td>- de 20"</td> </tr> <tr> <td>faible</td> <td>20 à 30"</td> </tr> <tr> <td>moyen</td> <td>31" à 1'09"</td> </tr> <tr> <td>bon</td> <td>1'10 à 1'30"</td> </tr> <tr> <td>excellent</td> <td>+ de 1'30"</td> </tr> </table>	très faible	- de 20"	faible	20 à 30"	moyen	31" à 1'09"	bon	1'10 à 1'30"	excellent	+ de 1'30"
très faible	- de 20"												
faible	20 à 30"												
moyen	31" à 1'09"												
bon	1'10 à 1'30"												
excellent	+ de 1'30"												
La chaise	 <p>Bien collé le dos au mur</p>	Les quadriceps	1/ 2/ 3/ <table border="1" data-bbox="1173 1104 1492 1305"> <tr> <td>très faible</td> <td>- de 20"</td> </tr> <tr> <td>faible</td> <td>20 à 30"</td> </tr> <tr> <td>moyen</td> <td>31" à 1'09"</td> </tr> <tr> <td>bon</td> <td>1'10 à 1'30"</td> </tr> <tr> <td>excellent</td> <td>+ de 1'30"</td> </tr> </table>	très faible	- de 20"	faible	20 à 30"	moyen	31" à 1'09"	bon	1'10 à 1'30"	excellent	+ de 1'30"
très faible	- de 20"												
faible	20 à 30"												
moyen	31" à 1'09"												
bon	1'10 à 1'30"												
excellent	+ de 1'30"												
Les pompes	 <p>ou</p> <p>Le dos reste droit, le nombril touche le sol</p>	Les pectoraux	A genoux : 1/ 2/ 3/ OU Sur les pointes de pieds 1/ 2/ 3/										
Corde à sauter	 <p>ou sans corde !</p>	Les jumeaux	Avec corde : 1/ 2/ 3/ Record sans s'arrêter Ou sans corde : 1/ 2/ 3/ Record sans s'arrêter										

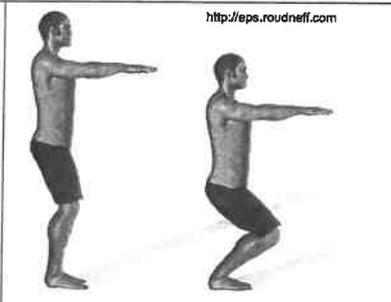
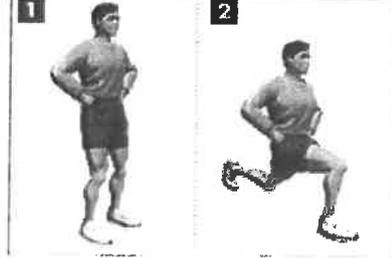
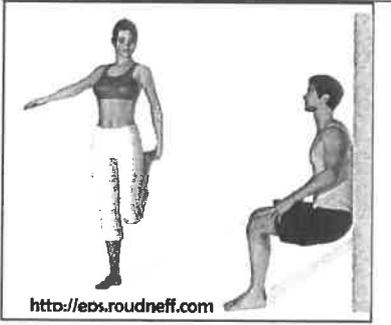
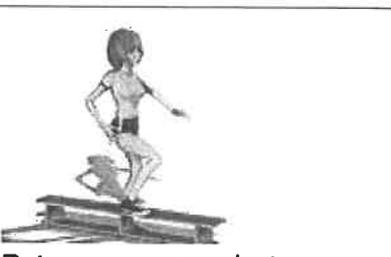
Puis le mardi, mercredi, jeudi et vendredi, je choisis un exercice de mon choix par feuille, exercice que je réalise plusieurs fois et plusieurs séries. Chaque jour, je dois donc réaliser 3 exercices différents (un pour les abdominaux, un pour les quadriceps et un pour des muscles diverses)

Fiche ABDOMINAUX

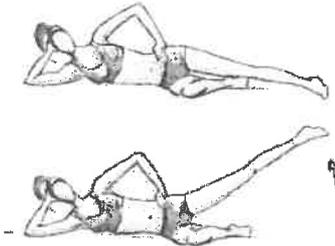
Attention à ne pas avoir le dos creux. Le bassin doit être en rétroversion (s'allonger sur le dos et essayer de passer la main)

1	L'araignée	Abdominaux (les obliques et le grand droit)		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 20" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 30" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 40" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 1'
2	Gainage	Abdominaux (le grand droit)		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 20" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 30" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 40" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 1'
3	Gainage latéral	Abdominaux (les obliques)		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 20" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 30" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 40" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 1' Faire des deux côtés
4	Gainage dorsal	Abdominaux (les obliques et le grand droit)		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 20" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 30" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 40" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 1'
5	Rentrer le ventre	Abdominaux (les transverses) <i>cet exercice permet de perdre du ventre</i>	Rentrer le ventre en soufflant 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 10 séries de 20" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 15 séries de 20" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 15 séries de 30"
6	Les dorsaux	Dorsaux		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 20" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 30" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 40" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 1'
7	Gainage	Abdominaux (les obliques)		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 20" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 30" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 40" <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 1' Faire des deux côtés

Fiche MUSCULATION DES QUADRICEPS

1	FLEXION	Quadriceps		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 10 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 20
2	FLEXION / EXTENSION	Quadriceps		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 10 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 20
3	FENTE AVANT	Quadriceps		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 10 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 20 Jambe droite puis jambe gauche
4	LA CHAISE	Quadriceps		<input type="checkbox"/> 3 séries de 20" <input type="checkbox"/> 3 séries de 30" <input type="checkbox"/> 3 séries de 40" <input type="checkbox"/> 4 séries de 50"
5	MONTEE DE CHAISE	Quadriceps	 <p>Faire avec une chaise haute</p>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 20 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 30 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 20 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 30 Alternner jambe droite et jambe gauche

Fiche MUSCULATION DIVERS

1	Les fessiers		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 10 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 20
2	Les fessiers	 <p><i>Pas besoin de l'appareil. Au sol, ça marche aussi !</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 10 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 20
3	Biceps		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 10 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 20
4	Biceps et pectoraux		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 3 séries de 20" <input type="checkbox"/> 3 séries de 30" <input type="checkbox"/> 3 séries de 40" <input type="checkbox"/> 4 séries de 50"
5	Biceps et pectoraux	<div style="display: flex; justify-content: space-around; font-size: small;"> <div style="text-align: center;"> <p>Mains serrées</p> <p>Une position qui fait plus travailler les biceps que les pectoraux.</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>Mains écartées</p> <p>Le corps doit être le plus droit possible. Si des creux se forment en l'air, l'exercice sollicite particulièrement les pectoraux.</p> </div> </div>  <p>Cet exercice est difficile et ne peut pas être réalisé par tout le monde, ce n'est pas grave !</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 10 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 3 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4 séries de 20

L'origine d'un séisme

Je m'interroge

Regarde la route, elle s'est fracturée au moment du séisme!



Mais d'où proviennent les séismes?

Je manipule

→ Soumises à de fortes contraintes (pressions), les roches du sous-sol se déforment et finissent par casser au niveau d'une zone fragile appelée faille. Les blocs rocheux situés de chaque côté de la faille glissent alors brutalement l'un contre l'autre.

Propose une explication sur l'origine en profondeur d'un séisme.

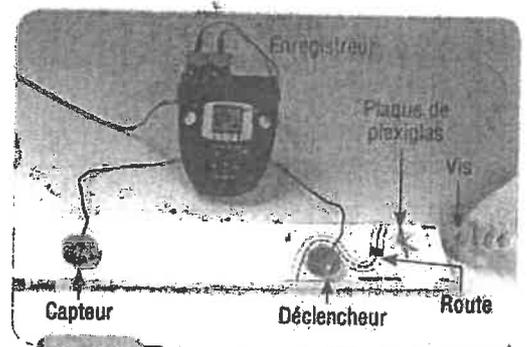
.....

.....

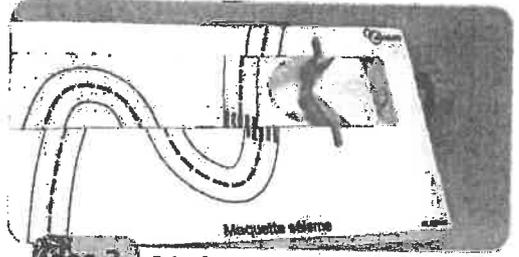
Pour comprendre le déclenchement d'un séisme, on utilise une maquette (doc. 1). La lame de plexiglas représente les roches en profondeur.

Serre lentement la vis jusqu'à la rupture de la lame (doc. 2) et observe l'enregistrement (doc. 3). Complète alors le texte suivant avec les mots: onde; faille; roches; casser; sismogramme; rupture.

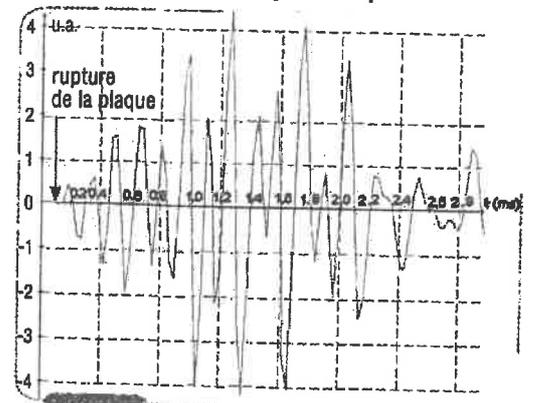
Lorsqu'on serre lentement la vis, la lame en plexiglas, représentant les en profondeur, se déforme puis finit par Au moment de la, le capteur enregistre une Cet enregistrement est comparable au d'un séisme. La cassure dans la lame correspond à la qui intervient lors d'un séisme.



doc 1 Montage expérimental.



doc 2 Résultat après la rupture.



doc 3 Enregistrement obtenu après la rupture.

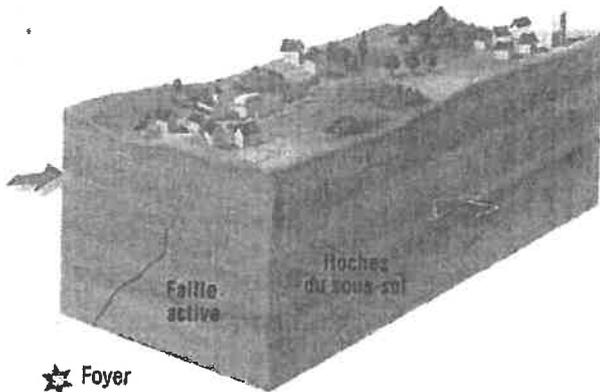
J'observe et je comprends

→ Le foyer d'un séisme est le lieu en profondeur où se produit la rupture des roches à l'origine des ondes sismiques. L'épicentre est situé à la surface de la Terre et à la verticale du foyer.

À l'aide du doc. 4, place dans le bon ordre les expressions suivantes :

• déformation des roches • rupture au niveau d'une faille • naissance et propagation des ondes sismiques • déformations des paysages et dégâts aux constructions • contraintes sur les roches en profondeur

AVANT UN SÉISME



★ Foyer

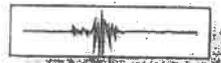
→ Contraintes

⇄ Glissement

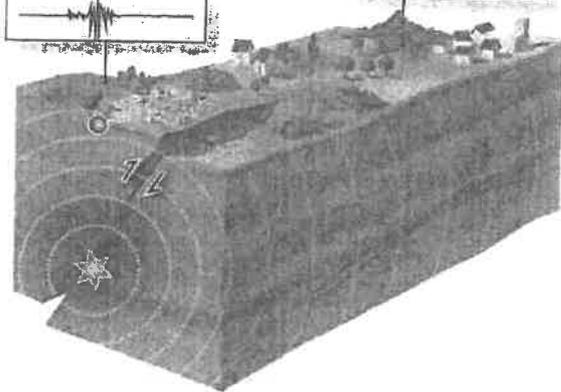
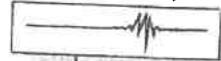
● Epicentre

PENDANT UN SÉISME

Enregistrement des ondes sismiques



Enregistrement des ondes sismiques



doc 4 L'origine d'un séisme.

Je conclus

Complète le texte en utilisant les mots à retenir.

Sous l'effet de _____, les roches du sous-sol se déforment et finissent par casser au niveau d'une _____. Le point de départ de cette rupture en profondeur est le _____ du séisme. Le glissement des blocs rocheux de part et d'autre de la _____ provoque la naissance d'ondes sismiques qui se propagent dans toutes les directions. À la surface de la Terre, les ondes atteignent en premier l'_____, situé à la verticale du foyer.

Les mots à retenir

contrainte

épicentre

faille

foyer

Je m'exerce

Rédige une phrase simple à l'aide des mots suivants.

a. roches; rupture; contraintes; faille.

.....

b. origine; roches; rupture; séisme; en profondeur.

.....

Je sais faire

Utiliser une maquette pour comprendre le déclenchement d'un séisme.



Relier les effets d'un séisme en surface à des phénomènes qui se déroulent en profondeur.



Regarde sur Youtube

Semaine du 23 au 30

Sciences et Technologie

Les Séismes

Prénom :
.....



Lis les questions ci-dessous et essaye de répondre, au crayon à papier, à celles dont tu penses connaître les réponses. Compare tes réponses avec celles de tes camarades. Visionne ensuite le documentaire intitulé "Quand la Terre tremble (les séismes)" et complète le questionnaire au fur et à mesure.



De combien de mètres la terre s'est déplacée entre les deux rangées de lampadaires ?



Qu'est-ce qui fait bouger les plaques qui recouvrent la terre ?



Où se produisent les tremblements de terre ?



Que se passe-t-il lorsque le séisme a lieu au fond de l'océan ?



Quelle est la profondeur d'une faille ?



Les failles peuvent se déchirer de différentes façons. Lesquelles ?



Comment s'appelle sur le graphique de surveillance une zone sans tremblement de terre ?



Le séisme qui aura lieu en mer de Marmara sera très dangereux et meurtrier.

Vrai Faux



Qu'est-ce que le foyer d'un séisme ?



L'épicentre se trouve à la verticale du foyer.

Vrai Faux



Quelles sont les ondes les plus dangereuses pour les bâtiments ?



Comment s'appellent les bâtiments construits pour résister aux séismes ?



Que doit-on faire en cas d'alerte sismique ?



Il y a des tremblements de terre en France.

Vrai Faux

1

Les effets d'un séisme à la surface de la Terre

Je m'interroge

Tu as vu les dégâts d'un tremblement de terre!



Oui, mais comment est-ce possible?

J'observe et je comprends

Le 6 avril 2009, à 1h 32min 42s, de fortes vibrations (secousses) du sol dues à un séisme (tremblement de terre) ont causé en quelques secondes de gros dégâts aux constructions de la ville de L'Aquila en Italie, faisant plusieurs centaines de victimes.

→ Pour évaluer la force d'un séisme, on utilise une échelle d'intensités (doc. 1). Les différents niveaux sont définis en fonction des effets provoqués par le séisme. L'épicentre du séisme est le lieu en surface où les dégâts sont les plus importants.

Intensité	Effets du séisme
I à IV	Faibles, quelques vibrations ressenties.
V à VI	Forts, secousses ressenties et légers dommages aux constructions.
VII à VIII	Très forts, gros dégâts aux constructions, fissures dans le sol.
IX à X	Destructeurs, effondrement de bâtiments, crevasses dans le sol.
XI à XII	Dévastateurs, les constructions les plus solides s'effondrent, bouleversements importants du paysage.

doc 1 Une échelle des intensités d'un séisme.

1 À partir du doc. 1 et du doc. 2, précise quelles sont les intensités du séisme:

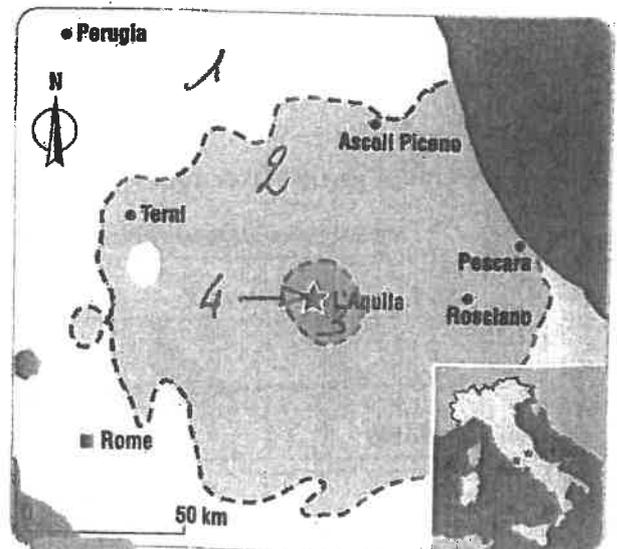
- a. à L'Aquila.
- b. à 50 km à l'est de L'Aquila.

2 Identifie les effets possibles d'un séisme dans une zone habitée.

.....

3 Identifie les effets possibles d'un séisme sur le paysage.

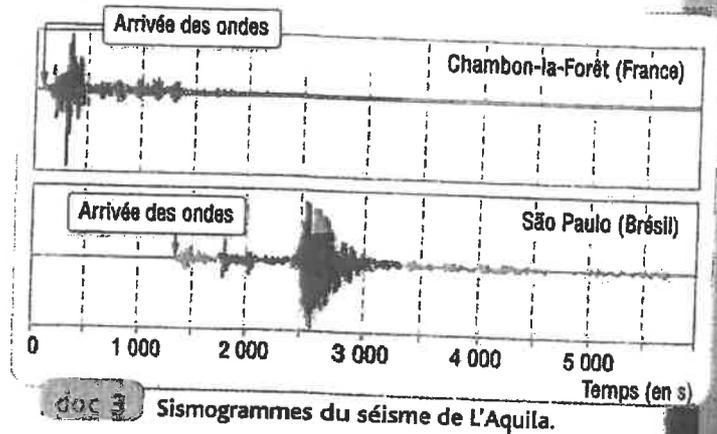
.....



doc 2 Carte des intensités du séisme de l'Aquila.

→ Les vibrations provoquées par un séisme sont dues à des ondes sismiques. Elles se propagent dans toutes les directions.

→ On enregistre les ondes sismiques plus ou moins loin d'un séisme à l'aide d'appareils appelés sismomètres ou sismographes. Ils sont fixés au sol dans des stations de surveillance sismique réparties sur les cinq continents. Les enregistrements obtenus sont des sismogrammes (doc. 3).



Sismogrammes du séisme de L'Aquila.

🕒 Le séisme de L'Aquila a été enregistré par des sismomètres situés en France et au Brésil (doc. 3). Comment l'expliquer ?

🕒 Sachant que les ondes sismiques enregistrées sont parties à la même heure de L'Aquila, repère sur les sismogrammes le temps, en secondes, puis en minutes, mis par ces ondes pour arriver :

- à Chambon-la-Forêt (France) :
- à São Paulo (Brésil) :

Calcule l'heure d'arrivée de ces ondes :

- à Chambon-la-Forêt :
- à São Paulo :

Propose une explication à cette différence de l'heure d'arrivée des ondes.

Je retiens

Complète le texte en utilisant les mots à retenir.

Les sont des vibrations brutales du sol. L'effet d'un séisme est mesuré sur une échelle d'intensité de I à XII. Le lieu où l'intensité est la plus forte est l'..... du séisme.
 Les se propagent dans toutes les directions; elles peuvent être enregistrées par des sismomètres; les tracés obtenus sont des

Les mots à retenir

- épicentre
- onde sismique
- séisme
- sismogramme

Je m'exerce

Qui suis-je ?

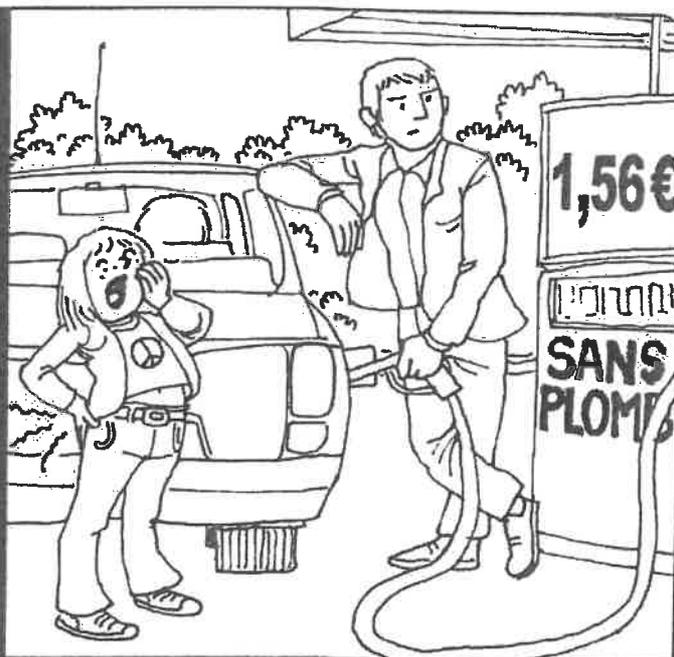
- a. Je suis le lieu en surface où les dégâts provoqués par le séisme sont les plus importants. Qui suis-je ?
- b. Je suis un enregistrement des ondes sismiques. Qui suis-je ?
- c. Je peux être enregistrée et je me propage dans toutes les directions. Qui suis-je ?

Je sais faire

Connaître les différents phénomènes qui caractérisent un séisme.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

L'AUTOROUTE DES VACANCES



© educaland

L'AUTOROUTE DES VACANCES

Réponds aux questions ci-dessous ou applique les consignes demandées.

1. Quel trajet vont effectuer M.Martin, sa femme et leur fille ?
2. À combien de distance se trouve leur destination ?
3. À quelle heure devraient-ils arriver sachant que ce voyage dure en général 7 heures ?
.....
4. Quelle est leur dépense en essence si leur type de voiture consomme en moyenne 63 litres pour tout le trajet ?
5. Quel sera le montant de leur addition au Restoroute s'ils prennent chacun une formule ?
.....
6. Quelle somme doivent-ils verser au péage s'ils ne quittent pas l'autoroute ?
.....
7. Calcule leur dépense totale en prenant en compte tous les frais qu'occasionne ce trajet.
.....
8. Calcule leur dépense aller retour.
9. Si 1 billet d'avion Paris-Marseille coûte 49 euros par personne, indique s'il est plus avantageux , pour cette famille , de prendre ce moyen de transport plutôt que l'autoroute ?
.....
10. À partir de la droite AB, trace 1 droite parallèle CD.



L'EXCURSION EN CAR

Agence « RÉMI »

Le spécialiste de l'Île de Ré

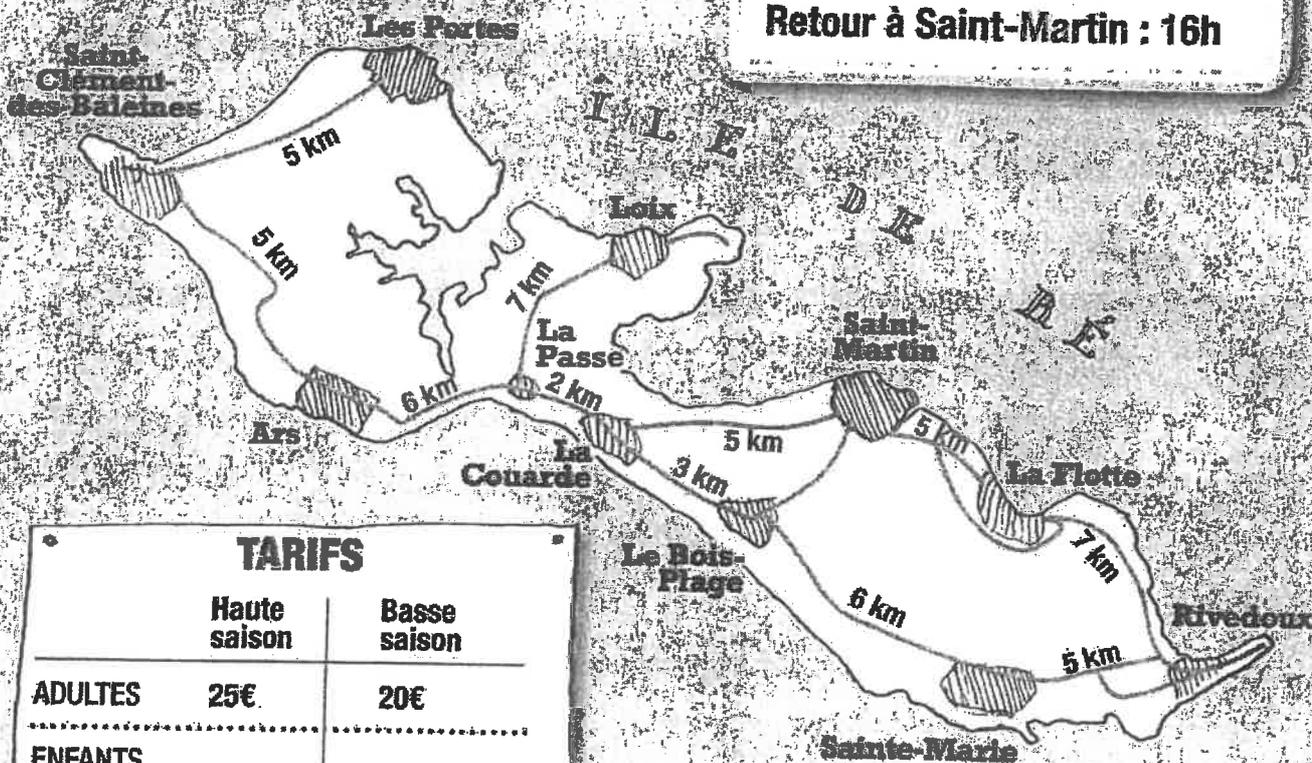


TOUR DE L'ÎLE

Départ : 9h à Saint-Martin

Arrêt pique-nique : 12h
+ visite du phare
à Saint-Clément-des-Baleines

Retour à Saint-Martin : 16h



TARIFS

	Haute saison	Basse saison
ADULTES	25€	20€
.....		
ENFANTS		
3 à 15 ans :	15€	10€
- de 3 ans :	5€	3€

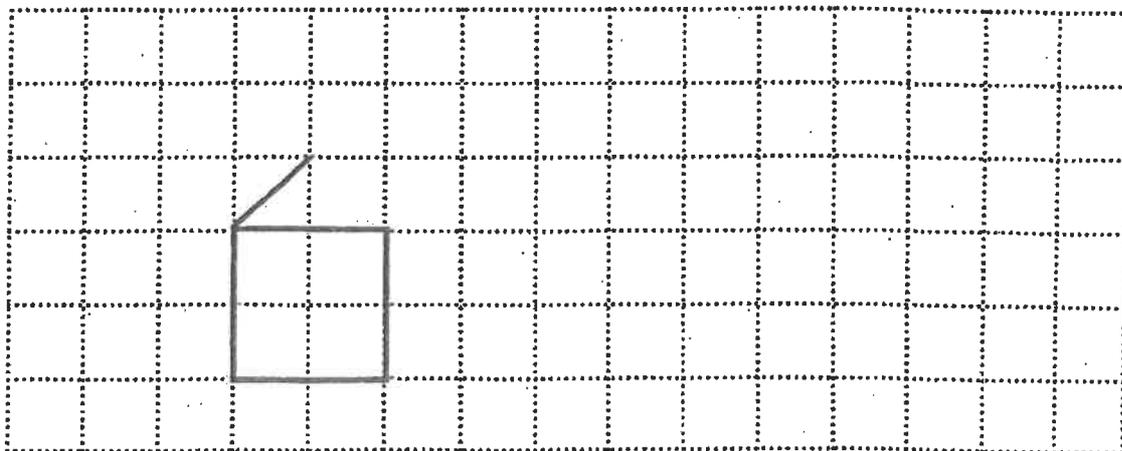
* 50 places maximum



L'EXCURSION EN CAR

Réponds aux questions ci-dessous ou applique les consignes demandées.

1. Calcule le prix de revient de cette excursion en haute saison pour un groupe de 5 adultes et 5 enfants de 2,4,8,10, et 13 ans.
2. Quelle distance parcourt le car de Saint Martin à La Couarde s'il passe par Sainte-Marie ?
.....
3. Après un arrêt à La Couarde, combien de kilomètres reste-il à parcourir jusqu'à Saint-Clément-Des-Baleines si le car fait un détour par Loix ?
4. Calcule le nombre de kilomètres parcourus au retour si le chauffeur choisit le trajet le plus court.
5. Quelle distance totale auront parcourue les passagers au retour de l'excursion ?
.....
6. Trouve le nombre d'adultes si l'agence fait une recette de 500 euros en ce qui les concerne.
7. Trouve le nombre d'enfants entre 3 et 15 ans si le montant de la recette au tarif enfants se monte à 180 euros.
8. Trouve le nombre d'enfants de moins de 3 ans si on sait que la recette totale est de 700 euros.
9. Quel bénéfice aurait pu faire l'agence si les places restantes avaient été prises par des adultes ?
10. Termine la représentation de ce cube.



LES ÉLECTIONS PRÉSIDENTIELLES

Réponds aux questions ci-dessous ou applique les consignes demandées.

1. Quel est le nombre d'électeurs inscrits au 1er tour ?
2. Complète le tableau en calculant le nombre d'abstentions (électeurs qui ne sont pas venus voter).
3. Complète le tableau en calculant le nombre de bulletins de vote exprimés (tous les électeurs qui ont voté correctement) si on ne comptabilise pas les bulletins blancs ou nuls.
4. Complète le tableau en calculant le pourcentage des électeurs qui ont voté.
5. Quel candidat a obtenu le plus de voix au 1^o tour ?
6. À combien de voix se situe-t-il par rapport au deuxième ?
7. Quel candidat a obtenu le pourcentage le plus bas ?
8. Quel est le pourcentage du candidat arrivé en première position ?
9. Quel est le pourcentage du candidat arrivé en deuxième position ?
10. Élabore un tableau en classant les candidats par ordre croissant d'arrivée au 1^o tour de ces élections présidentielles, avec le nombre de voix et le pourcentage obtenu.



LES ÉLECTIONS PRÉSIDENTIELLES 2012

Élections présidentielles

Résultats du 1^{er} tour

	Nombre	% inscrits	% votants
Inscrits	1 253 322		
Abstentions	?	19,85	
Votants	1 004 567	?	
Blancs ou nuls	12 093	0,96	1,20
Exprimés	?	79,19	98,80

	VOIX	% EXPRIMÉS
 M. François Delimpôt	41 495	4,18
 M. Jean-Marc Lebureau	61 503	6,20
 Mme Sandrine Huppé	319 482	?
 M. Marc De France	110 101	11,09
 M. Boucar Bon-Pouvoir	92 664	9,34
 Mme Jacqueline Paye	6 644	0,67
 Mme Latifa Kawa	2 719	0,27
 M. Abdelkhader Choukrane	9 959	1,00
 M. Paul Dumou	2 272	0,23
 M. Jean Leroi	345 635	?

Plan de travail individuel n° ...

Nom, Prénom: *Herzogen*

Quinzaine du ... au ... *13 mars*

LES LANGAGES POUR PENSER ET COMMUNIQUER domaine 1 pallier 2										LA FORMATION DE LA PERSONNE ET DU CITOYEN domaine 3 pallier 2		LES MÉTHODES ET OUTILS POUR APPRENDRE domaine 2								
Dire	Lire	Écrire		Étude de la langue			Avoir un comportement responsable		S'appuyer sur des méthodes de travail pour être autonome											
		Copier	Rédiger	Orth.	Gram.	Conj.	Respecter les règles de classe	Respecter tous les autres	Respecter des consignes simples	Simplifier dans projet	Commenter à sévaluer seul									
Contrat <i>une préévis</i>																				
RESSOURCES																				
élève																				
prof.																				
Signature																				
Élève																				
Professeur																				
Directeur SEGPA																				

*P 250
251
252
253
254
255
256
257*

P

250

Mets le verbe entre parenthèses au présent :

1. C'est moi qui (choisir) une fiche d'opérations.
2. C'est elle qui (finir) toujours par accepter.
3. C'est nous qui (agrandir) le rectangle.
4. C'est vous qui (rougir) le plus facilement.
5. Ce sont les garçons qui (rugir) comme des lions.

P

254

Mets le verbe entre parenthèses au présent :

1. A l'école, c'est elle qui (réussir) le mieux.
2. Ce sont ces plantes qui (grandir) très vite.
3. C'est nous qui (finir) notre travail.
4. C'est moi qui (choisir) toujours vos jeux.
5. Ce sont les parents qui les (avertir).

P

251

Mets le verbe entre parenthèses au présent :

1. C'est nous qui (aplatir) la terre du jardin.
2. C'est elle qui (rougir) quand on lui parle.
3. C'est moi qui (remplir) les pots de peinture.
4. C'est nous qui (applaudir) les clowns.
5. Est-ce Jean qui (finir) toujours en retard ?

P

255

Mets le verbe entre parenthèses au présent :

1. C'est moi qui (nourrir) les lapins.
2. C'est elle qui (choisir) ses habits.
3. Ce sont les maçons qui (bâtir) cette maison.
4. Ce sont les voitures qui ne (ralentir) pas assez.
5. C'est moi qui ne (finir) pas la salade de fruits.

P

252

Mets le verbe entre parenthèses au présent :

1. C'est nous qui (choisir) cette musique.
2. C'est elle qui (remplir) les bouteilles.
3. Cette année, c'est moi qui (réussir) le mieux.
4. Ce sont elles qui (avertir) leurs parents.
5. Il n'y a que toi qui (réussir) à fermer la porte.

P

256

Mets le verbe entre parenthèses au présent :

1. C'est nous qui (remplir) les bouteilles d'eau.
2. C'est eux qui (finir) leur travail chaque jour ?
3. Est-ce nous qui (remplir) la feuille de notes ?
4. C'est elle qui ne (réagir) jamais si on parle.
5. C'est Antoine qui (rougir) le moins facilement.

P

253

Mets le verbe entre parenthèses au présent :

1. Ce mois-ci, c'est nous qui (finir) à 13 heures.
2. En ce moment, c'est elle qui (grossir) trop.
3. C'est moi qui (agrandir) la carte.
4. C'est elle qui (nourrir) les animaux ?
5. C'est nous qui (réunir) toutes les fiches dans la boîte.

P

257

Mets le verbe entre parenthèses au présent :

1. C'est nous qui (raccourcir) la leçon.
2. C'est toi qui (réussir) à compter maintenant.
3. C'est moi qui (remplir) les pots de peinture.
4. C'est elle qui (finir) les fiches aujourd'hui ?
5. C'est moi qui ne (maigrir) jamais !

Nom, Prénom: *Artyom*

Quinzaine du ... au

LES LANGAGES POUR PENSER ET COMMUNIQUER domaine 1										LA FORMATION DE LA PERSONNE ET DU CITOYEN domaine 3 parler 2		LES MÉTHODES ET OUTILS POUR APPRENDRE domaine 2								
Dire	Lire	Écrire		Étude de la langue			Avoir un comportement responsable		S'appuyer sur des méthodes de travail pour être autonome											
		Copier	Rédiger	Orth.	Gram.	Conj.	Respecter les règles de classe	Respecter tous les autres	Respecter des consignes simples	Simplifier dans projet	Communiquer à séviter seul									
De mémoire un texte	Seul des oeuvres intégrales																			
Constat antérieur																				
Contrat	<i>Une phrase</i>																			
R E S U L T A T S	élève																			
	prof.																			
Signature	Élève	Professeur		Directeur SEGPA																

*I 100
à
MF*

I
100

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Yves et moi, nous (chanter) souvent ensemble.
2. Ton frère et toi, vous (arriver) avant nous.
3. Vous (remplir) les papiers.
4. Ta sœur et toi, vous (jouer) dans la cour.
5. Nous (regarder) la télévision, tous les jours.

I
104

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Nous (préparer) la fête de fin d'année.
2. Est-ce que nous (regarder) ce film ?
3. Vous (demander) la parole avant de parler.
4. (Grandir)-vous ?
5. Maman et moi, nous (parler) de toi, hier soir.

I
101

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Nous (acheter) des frites, en sortant de l'école.
2. Le mois dernier, vous (finir) à 13 heures.
3. Nous ne (rester) pas à l'étude, en janvier.
4. Vous (agrandir) ce dessin avec soin.
5. Ensemble, nous (réunir) toutes les fiches.

I
105

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Vous (remplir) les bouteilles d'eau.
2. (Finir)-vous votre travail chaque jour ?
3. Vous (découper) ce papier avec soin.
4. Vous ne (réagir) pas quand on vous le disait.
5. Nous, nous ne (rester) jamais à l'étude.

I
102

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. (Aimer)-vous lire il y a deux ans ?
2. Nous (laver) la voiture dans le jardin.
3. L'an dernier, vous (travailler) mieux.
4. Nous (poser) notre cartable en entrant.
5. Nous n'(arriver) pas à fermer la porte.

I
106

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Vous (allumer) les lampes tous les soirs.
2. (Regarder)-vous la télévision jeudi dernier ?
3. (Coller)-nous la feuille sur le cahier ?
4. Vous (écouter) ce qu'on vous disait.
5. Le mardi, nous ne (rester) pas à l'école.

I
103

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Vous (acheter) le journal chaque jour.
2. En général, nous (choisir) une glace.
3. (Remplir)-vous la feuille sur le cahier ?
4. D'habitude, (préparer)-vous le repas ?
5. Ensemble, nous (classer) toutes les fiches.

I
107

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Pour la fête, vous (porter) une belle robe.
2. Vous (commencer) ce travail en juin.
3. Nous (aimer) nous occuper des fleurs.
4. (Arroser)-vous les plantes le matin ?
5. Nous ne (rêver) plus jamais de fantômes !

I
110

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Je (chanter) cette chanson à la maternelle.
2. Tu (finir) ton bol avant d'aller dehors ?
3. Tu (couper) le gâteau à la fin du repas.
4. Je (remplir) les pots dans la cour.
5. Je (réussir) à le faire chez moi.

I
114

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. J'ai vu que tu (préparer) bien ton contrôle.
2. Tu (arriver) toujours avant nous.
3. Je (nourrir) la tortue avec de la salade.
4. Je (manger) des frites chaque soir.
5. Tu ne (rugir) plus comme un lion.

I
111

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Tous les vendredis, je (choisir) un livre.
2. Tu n'(aimer) pas les bananes.
3. A la maison, je (préparer) le repas du soir.
4. Tu (finir) ce devoir de grammaire.
5. (Arriver)-tu souvent en retard ?

I
115

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. (Choisir)-tu le même dessin ?
2. (Garder)-tu le même livre ?
3. Je ne (se promener) plus jamais le soir.
4. Tu ne (remplir) pas ce verre entièrement.
5. Tu (finir) ton livre avant de le rendre.

I
112

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. (Aimer)-tu cette musique ?
2. Je (laver) la voiture dans le jardin.
3. L'année dernière, je (réussir) mieux.
4. En arrivant, tu (poser) ton cartable.
5. Tu n'(arriver) pas à fermer la porte.

I
116

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Tu (allumer) les lampes quand il faisait nuit.
2. (Regarder)-tu la télévision chaque soir ?
3. (Coller)-tu la feuille sur le cahier ?
4. Tu (écouter) bien si on te parlait.
5. Moi, avant, je (rester) à l'étude.

I
113

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. A midi, je (manger) chez ma tante.
2. Chaque année, tu (grandir) un peu.
3. Je (découper) ce papier avec soin.
4. (Préparer)-tu souvent le repas ?
5. Je (classer) les fiches avant de partir.

I
117

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait :

1. Pour la fête, tu (porter) une belle robe.
2. Je (commencer) mon livre dès mon retour.
3. Tu (aimer) beaucoup t'occuper des fleurs.
4. (Arroser)-tu les plantes tous les jours ?
5. Je ne (rêver) plus jamais de fantômes !

I
120

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait:

1. Mon père n'(aimer) pas cette histoire.
2. Cette fille (finir) son travail à temps.
3. Ton frère (couper) du papier avec tes ciseaux.
4. Elles (choisir) des livres toutes seules.
5. Le jeudi soir, on (regarder) le match.

I
124

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait:

1. On savait qu'il (préparer) bien son examen.
2. On (arriver) toujours avant eux.
3. On (demander) la parole avant de parler.
4. Maman m'(acheter) souvent des frites.
5. Tes parents me (parler) souvent de toi.

I
121

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait:

1. Mes frères (finir) de ranger leur chambre.
2. Les enfants n'(aimer) pas ces gâteaux.
3. En vacances, papa (préparer) le repas.
4. Juliette et Caroline (choisir) les fiches.
5. (Arriver)-elle parfois en retard ?

I
125

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait:

1. (Choisir)-il le même livre que toi ?
2. (Garder)-ils encore leur livre ?
3. Ma mère (aimer) beaucoup se promener.
4. Ma cousine ne (déjeuner) pas à la cantine.
5. Qui ne (manger) pas de dessert ?

I
122

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait:

1. Les élèves (aimer)-ils cette musique ?
2. Yves (laver) la voiture dans le jardin.
3. L'an dernier, on (travailler) mieux.
4. En arrivant, les enfants (poser) leur cartable.
5. On ne (réussir) pas à fermer la porte.

I
126

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait:

1. On (allumer) les lampes le soir.
2. (Regarder)-elles la télévision chaque jour ?
3. (Remplir)-elle la feuille sur le cahier ?
4. Nous avons vu que tout le monde (écouter).
5. Lui, il ne (rester) jamais à l'étude.

I
123

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait:

1. Avant, ma sœur (manger) à la cantine.
2. Les CE1 (remplir) les fiches.
3. Les écoliers (découper) le papier avec soin.
4. (Préparer)-il souvent le repas ?
5. C'est elle qui (classer) toutes les fiches.

I
127

Mets le verbe entre parenthèses à l'imparfait:

1. Pour la fête, ta sœur (porter) une belle robe.
2. Elle (commencer) à parler français.
3. Ils (aimer) beaucoup s'occuper des fleurs.
4. (Arroser)-on les plantes en plein soleil ?
5. Mon petit frère ne (rêver) jamais de fantômes !

PROBLEME

1) Composition de deux états

1.a Recherche du composé

Dans une classe de S.E.G.P.A, il y a 8 filles et 7 garçons. Combien y a t-il d'élèves dans la classe ?

1.b Recherche d'une partie

Dans une S.E.G.P.A de 90 élèves, il y a 35 filles ; Combien y a t-il de garçons ?

2) transformation d'un état

2.a recherche de l'état final

- l'année dernière, il y avait 95 élèves inscrits à la S.E.G.P.A. Cette année, 12 élèves supplémentaires sont inscrits. Combien y a t-il d'élèves cette année à la S.E.G.P.A ?

- Un conducteur a 12 points sur son permis. Il commet un excès de vitesse et perd 5 points. Combien lui reste-t-il de points ?

2.b recherche de l'état initial

- Bob a gagné 15 euros à la loterie. Il a maintenant 43 euros. Combien avait-il d'argent avant de jouer ?

3.b recherche de la comparaison

- Dans un magasin, une console vidéo vaut 180 euros. Elle vaut 205 euros dans un autre magasin. De combien est-elle plus chère dans le deuxième magasin ?

- Dans un magasin, une robe coûte 18 euros. Elle vaut 13 euros dans un autre magasin. De combien est-elle moins chère dans le deuxième magasin ?

4) Composition de transformation

4.a recherche de la transformation composée

- John a joué deux fois à la loterie. La première fois il a gagné 150 euros ; la deuxième fois, 190 euros. Combien a-t-il gagné au total ?

- Lors du tour de France de cyclisme. Lance Armstrong a gagné 7 secondes au classement lors de la seconde étape, il perd 12 secondes à la troisième étape. Au total, a-t-il gagné perdu ou gagné des secondes ? Et combien ?

4.b recherche de l'un des composants

Au marché, je suis allé au boucher puis au boulanger, j'ai dépensé 7 euros. Sachant que j'ai dépensé 3 euros chez le boucher, combien ai-je dépensé chez le boulanger ?

- Au mois de janvier, le P.S.G a perdu 5 places dans le classement du championnat de France de football, il est maintenant à la 12^{ème} place. Quelle place occupait-il dans le classement avant le mois de janvier ?

2.c recherche de la transformation

- A la fin de la 25^{ème} journée du championnat de France de football, l'équipe de Lyon avait 59 points. Elle a 66 points à la fin de la 28^{ème} journée. Combien cette équipe a-t-elle gagné ?

A la fin de la 12^{ème} journée du championnat de France de football, l'équipe de Nantes était à la 14^{ème} place du classement. Elle est à la 20^{ème} place à la fin de la 18^{ème} journée. Combien de places l'équipe de Nantes a-t-elle perdue ?

3) Comparaison d'états

3.a recherche de l'un des états

- Ben a 25 ans, il a 5 ans de plus que Yasmina. Quel est l'âge de Yasmina ?

- Sophie a 15 ans, elle a 8 ans de moins que Farid. Quel est l'âge de Farid ?

Décomposer les nombres (3)

Nom : _____
Date : _____

1. Observe les nombres ci-dessous :

- | | | |
|------------------|----------------|-----------------------------|
| $340\ 000 + 730$ | $3\ 400 + 73$ | $30\ 000 + 4\ 000 + 70 + 3$ |
| $34\ 000 + 73$ | $34\ 700 + 3$ | $34\ 000 + 703$ |
| $34\ 070 + 3$ | $34\ 100 + 63$ | $30\ 000 + 4\ 073$ |

Recopie les décompositions qui sont égales à 34 073.



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

2. Entoure les sommes qui sont égales au nombre souligné :

- | | | | | |
|----------------|--------------------|----------------------|-----------------|--------------------|
| <u>15 206</u> | $15\ 000 + 20 + 6$ | $10\ 000 + 526$ | $15\ 000 + 206$ | $10\ 000 + 5\ 206$ |
| <u>308 471</u> | $308\ 000 + 471$ | $300\ 000 + 80\ 471$ | $308\ 401 + 70$ | $308\ 001 + 740$ |
| <u>70 707</u> | $70\ 000 + 700$ | $70\ 007 + 700$ | $7\ 000 + 707$ | $70\ 000 + 770$ |
| <u>32 098</u> | $30\ 000 + 2\ 089$ | $32\ 000 + 98$ | $32\ 000 + 980$ | $30\ 000 + 2\ 098$ |
| <u>40 503</u> | $40\ 030 + 500$ | $40\ 003 + 50$ | $4\ 000 + 503$ | $40\ 000 + 503$ |

3. Entoure le nombre qui correspond à la décomposition en caractères gras :

- | | | | | | |
|-------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 50 000 + 505 | 55 050 | 50 550 | 50 505 | 5 505 | 50 055 |
| 307 000 + 13 | 307 130 | 37 013 | 370 013 | 307 013 | 307 103 |
| 73 000 + 454 | 73 545 | 730 454 | 37 545 | 73 454 | 74 353 |
| 200 000 + 7 601 | 270 106 | 207 610 | 207 601 | 27 601 | 270 601 |
| 100 300 + 24 031 | 102 331 | 241 131 | 124 331 | 131 324 | 142 331 |

4. Complète les égalités :

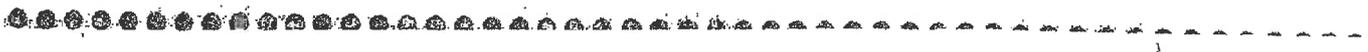
1_2_6 = + 4 000 + + 50 + 6

_6_3 = 7 000 + + 50 +

90_0_ = + 700 + 3

1_1_1_ = 100 000 + 1 000 + 10

_7_1_ = 40 000 + 7000 + 10 + 2



1 Écris en chiffres.

- deux millions huit cent quarante mille deux cent sept :
- cent quatre-vingt-douze mille quatre cents :
- huit cent mille deux cent treize :
- quatre millions quatre-vingt-quinze mille trente :

2 Écris en lettres.

- 14 72 8 :
- 172 0 35 :
- 1 215 710 :
- 837 900 :
- 634 007 :

3 Décompose les nombres suivants comme dans l'exemple.

157 248 : $(1 \times 100\ 000) + (5 \times 10\ 000) + (7 \times 1\ 000) + (2 \times 100) + (4 \times 10) + 8$

- 23 872 :
- 350 271 :
- 900 820 :
- 430 045 :

4 Complète comme dans l'exemple.

203 800 < 203 845 < 203 900

- < 948 283 <
- < 18 237 308 <
- < 1 073 234 <
- < 521 716 <
- < 75 435 <
- < 432 901 <

5 Complète avec les signes <, > ou =.

- 2 430 663 2 340 663
- = 945 739 945 milliers et 739 unités
- = 7 103 803 7 000 000 + 100 000 + 3 000 + 800 + 3
- 1 624 372 16 millions 243 milliers et 72 unités
- 2 810 687 3 millions
- 1 273 432 1 million 73 milliers et 432 unités

6 Complète le tableau.

Nombres	Chiffre des		Nombres	
	cent	des	des	milliers
	milliers	cent	milliers	milliers
2 271 570				
15 724 800				
837 904 748				
18 060 650				

7 Le sang contient entre 4 500 000 et 5 000 000 de globules rouges dans un mm^3 .

Lors d'une analyse de sang monsieur Prais peut lire : globules rouges 4 790 000.

Calcule la différence par rapport :

- à la limite inférieure,
- à la limite supérieure.

.....

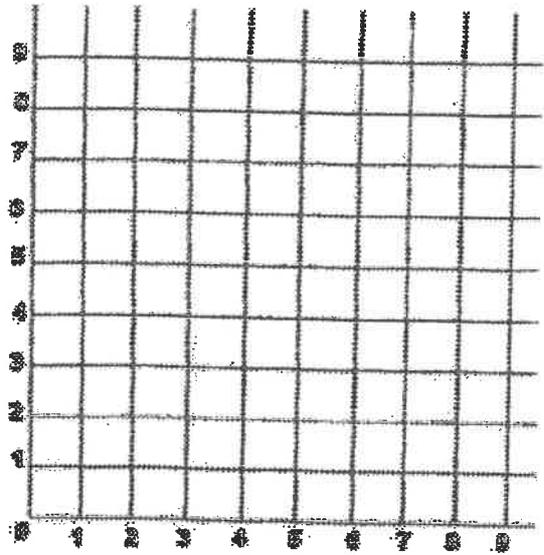
.....

.....

.....

Repérage dans le plan

Dans le repère orthonormé ci-contre, placer les points suivants: A: (6 ; 4) B: (7 ; 2) C: (1 ; 6)
D: (0 ; 5) E: (6 ; 1) F: (4 ; 9) G: (6 ; 0)
H: (2 ; 7)

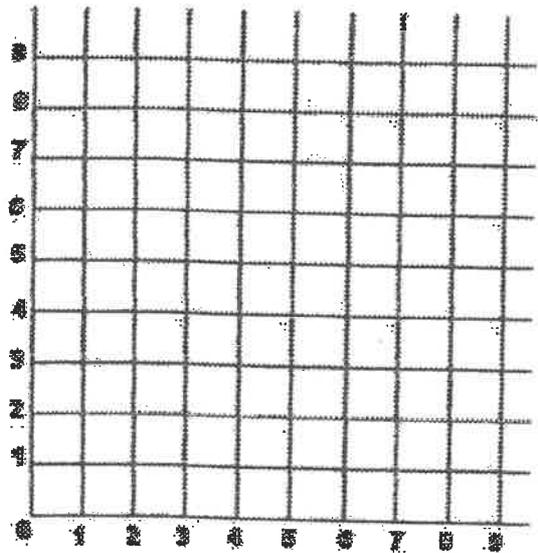


2 Construire un repère orthonormé d'unité 1 cm sur papier millimétré. On graduera de 0 à 6 cm sur chacun des axes et placez les points suivants:

A: (3,8 ; 4,5) B: (1,6 ; 5,6) C: (0,4 ; 3,5) D: (4,8 ; 3,6)
E: (4,2 ; 2,4) F: (1,8 ; 3,3) G: (0,8 ; 4,4) H: (3,5 ; 1,5)

Repérage dans le plan

Dans le repère orthonormé ci-contre, placer les points suivants: A: (6 ; 4) B: (7 ; 2) C: (1 ; 6)
D: (0 ; 5) E: (6 ; 1) F: (4 ; 9) G: (6 ; 0)
H: (2 ; 7)

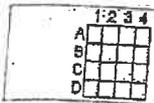


2 Construire un repère orthonormé d'unité 1 cm sur papier millimétré. On graduera de 0 à 6 cm sur chacun des axes et placez les points suivants:

A: (3,8 ; 4,5) B: (1,6 ; 5,6) C: (0,4 ; 3,5) D: (4,8 ; 3,6)
E: (4,2 ; 2,4) F: (1,8 ; 3,3) G: (0,8 ; 4,4) H: (3,5 ; 1,5)

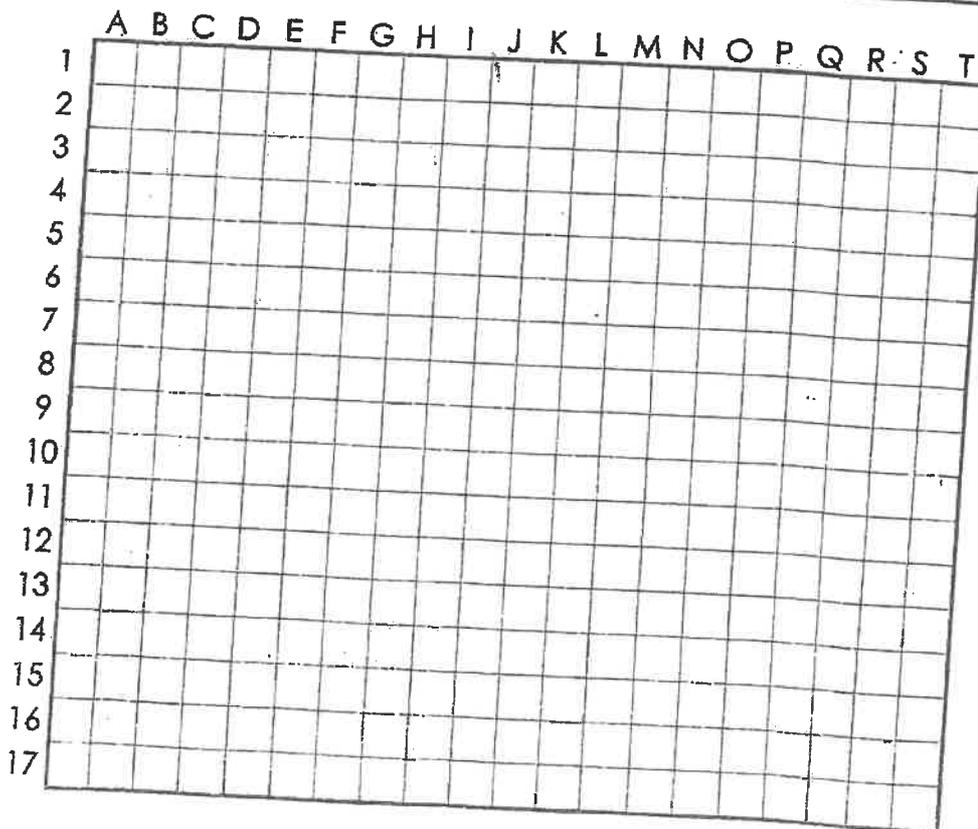
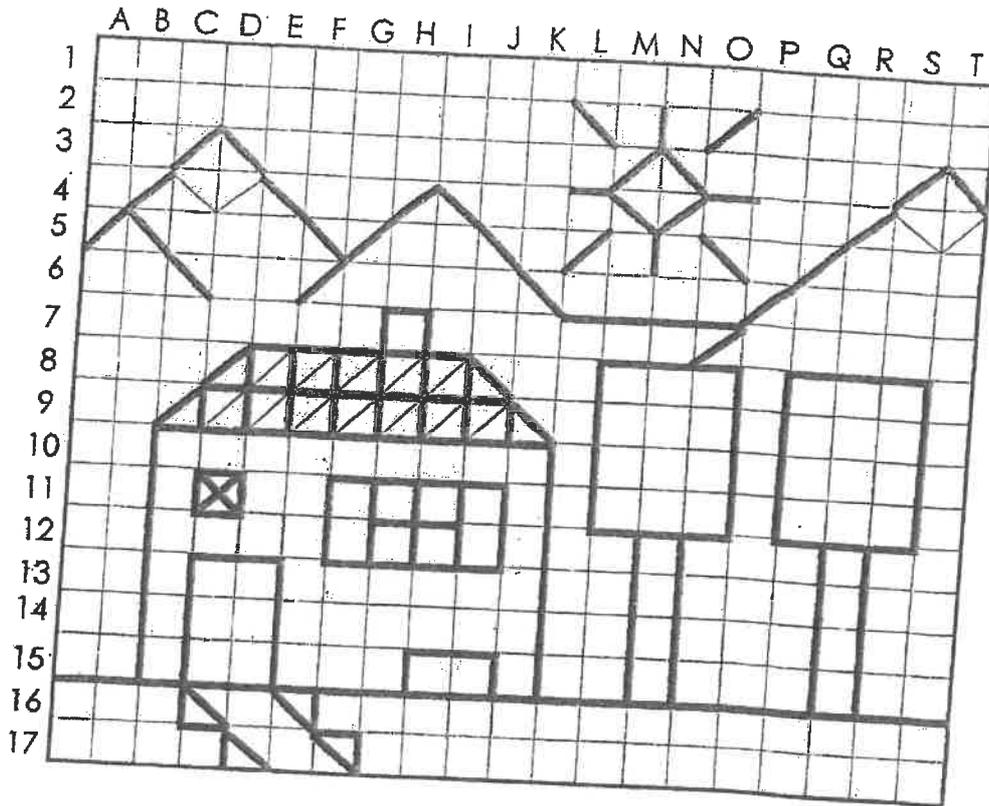
Prénom :

Date :



REPRODUIRE (02)

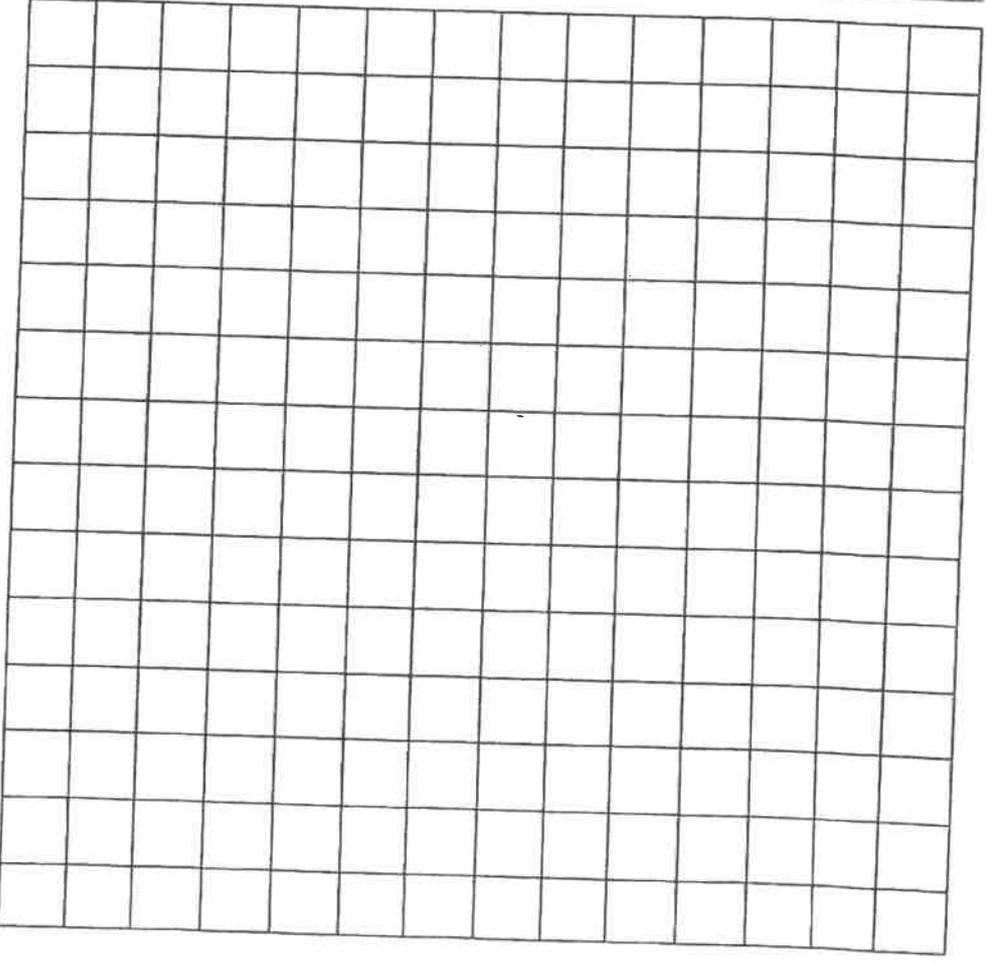
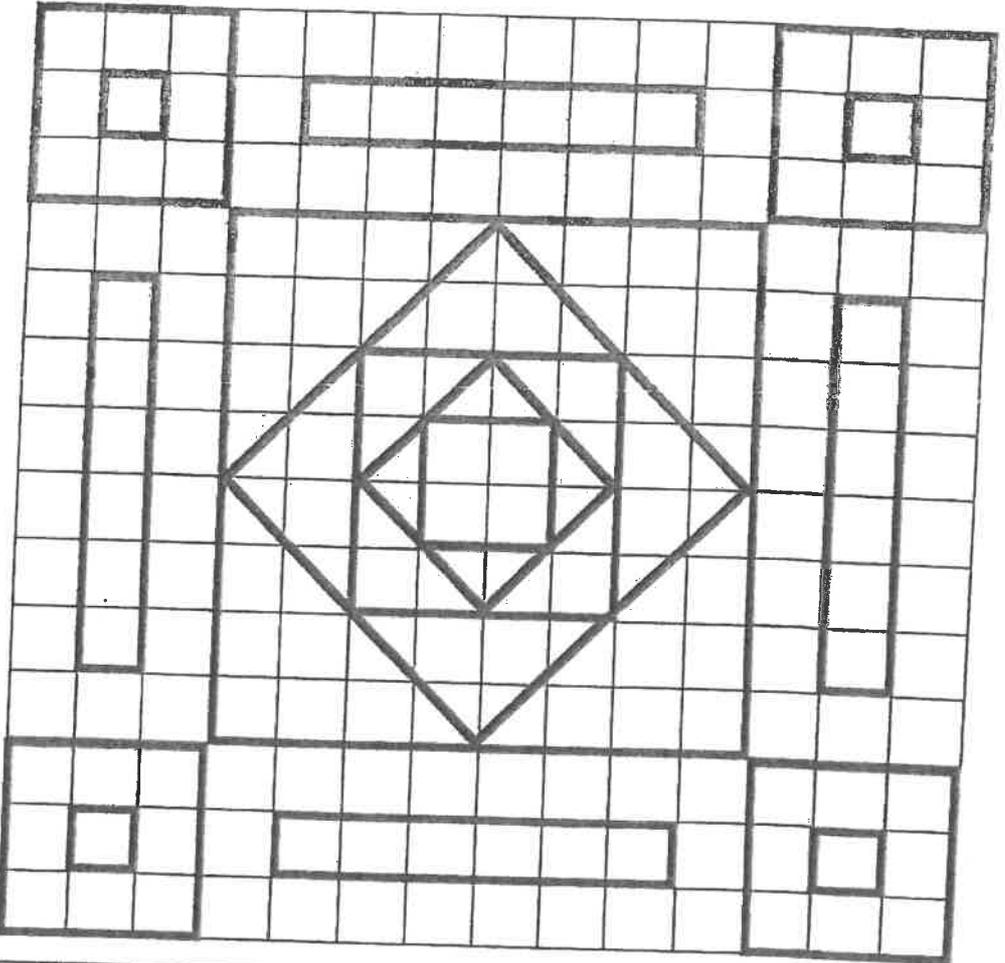
- Reproduis le dessin suivant, puis colorie :



prénom :

date :

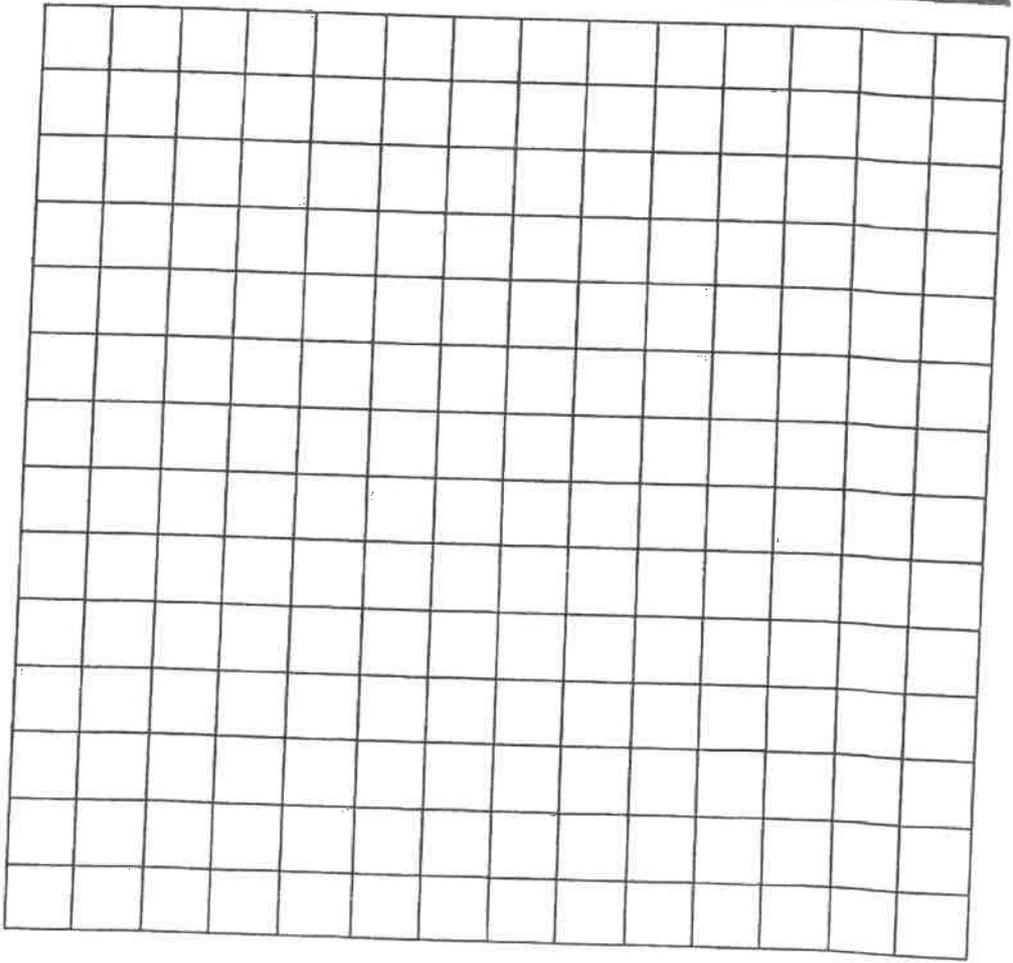
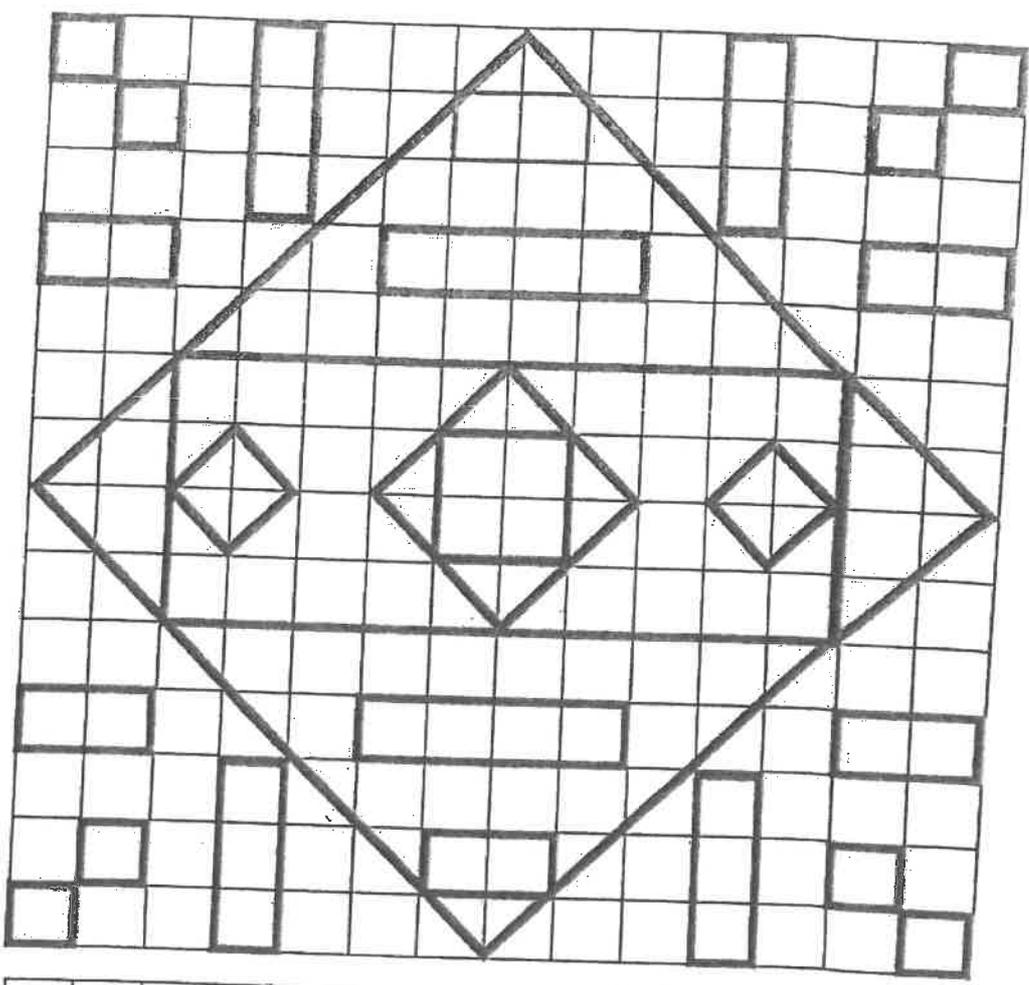
Reproduis le dessin sur le quadrillage vierge.

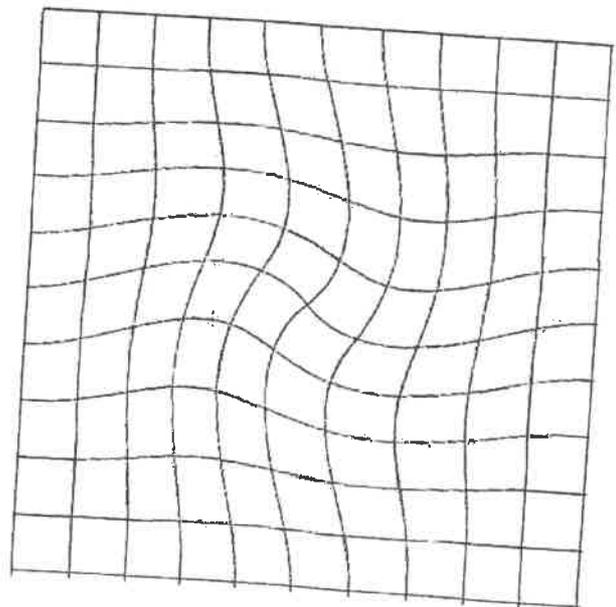
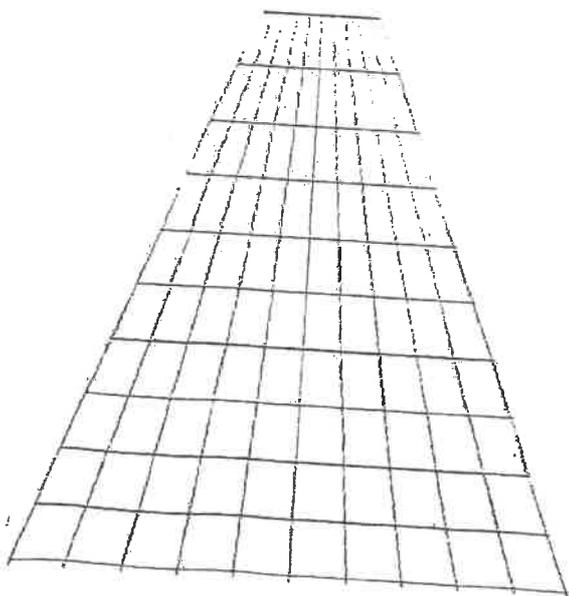
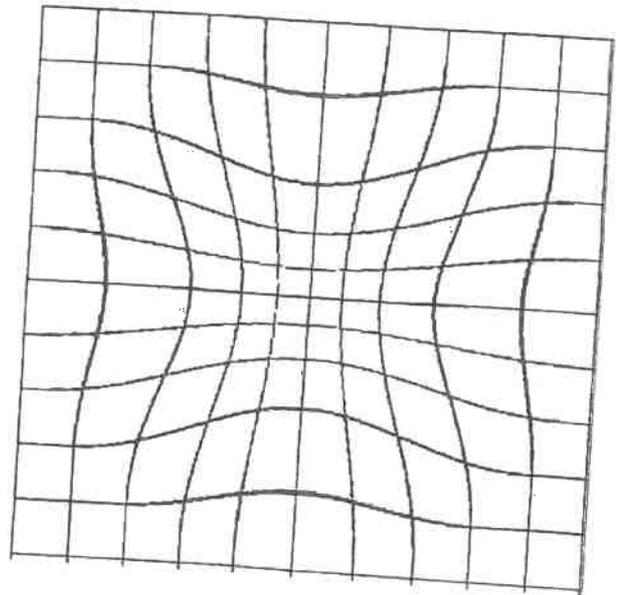
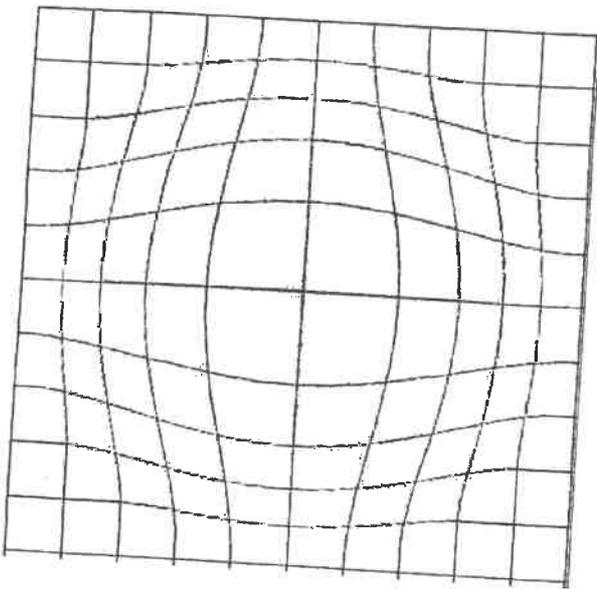
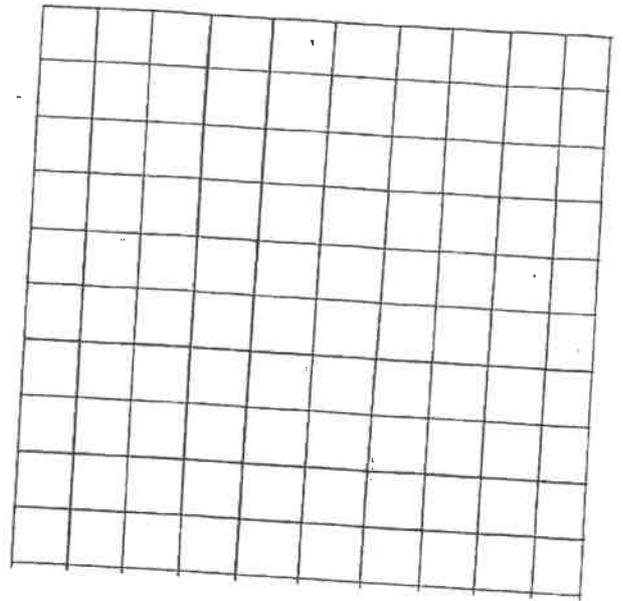
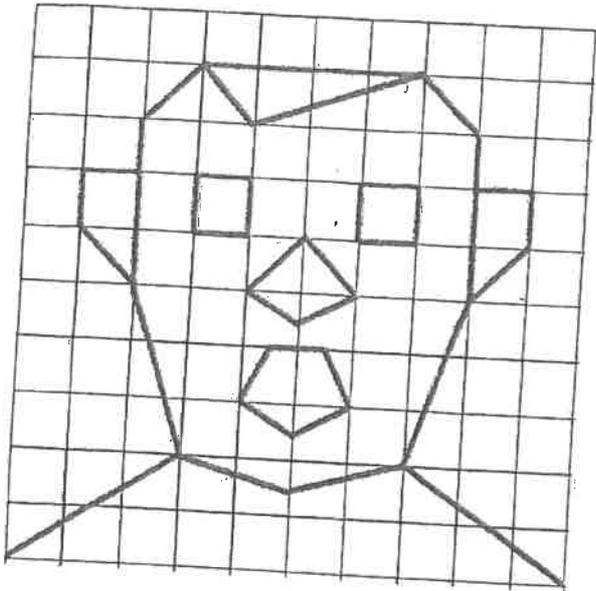


Prénom :

date :

Reproduis le dessin sur le quadrillage vierge.





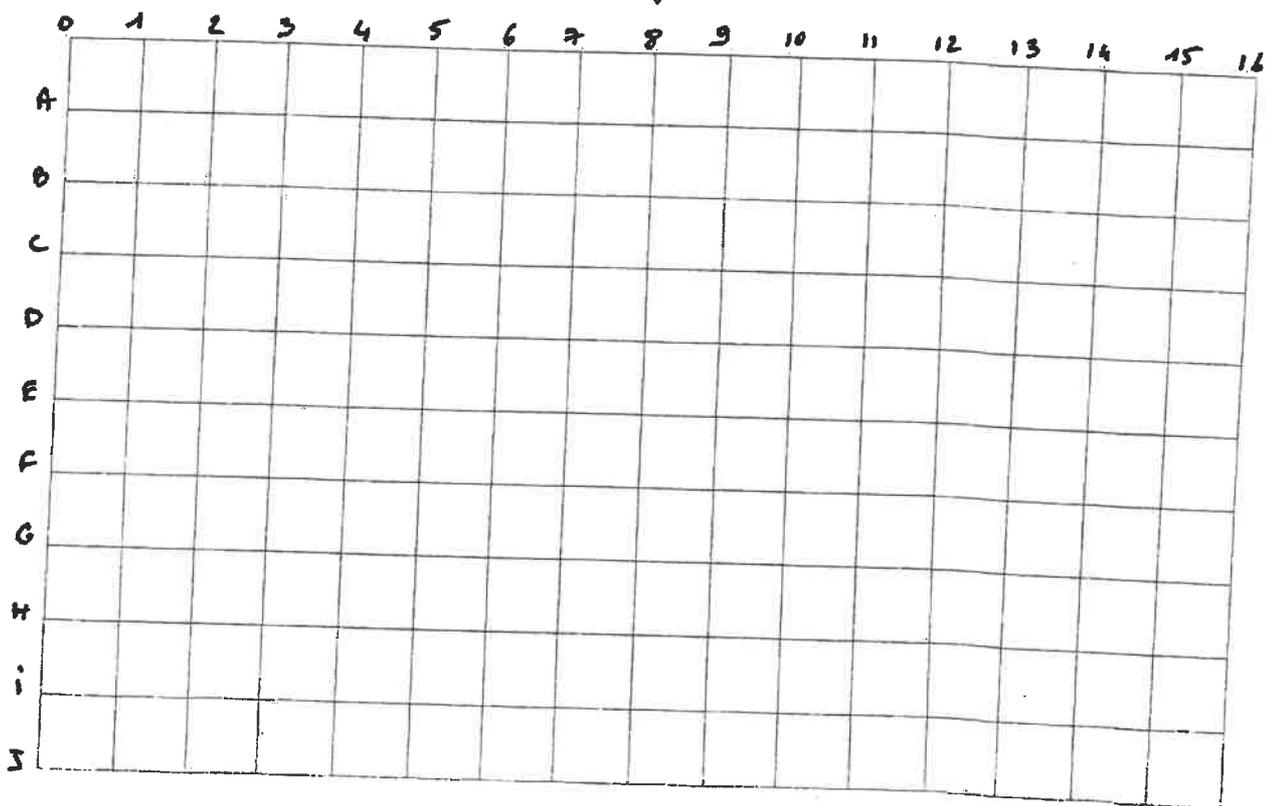
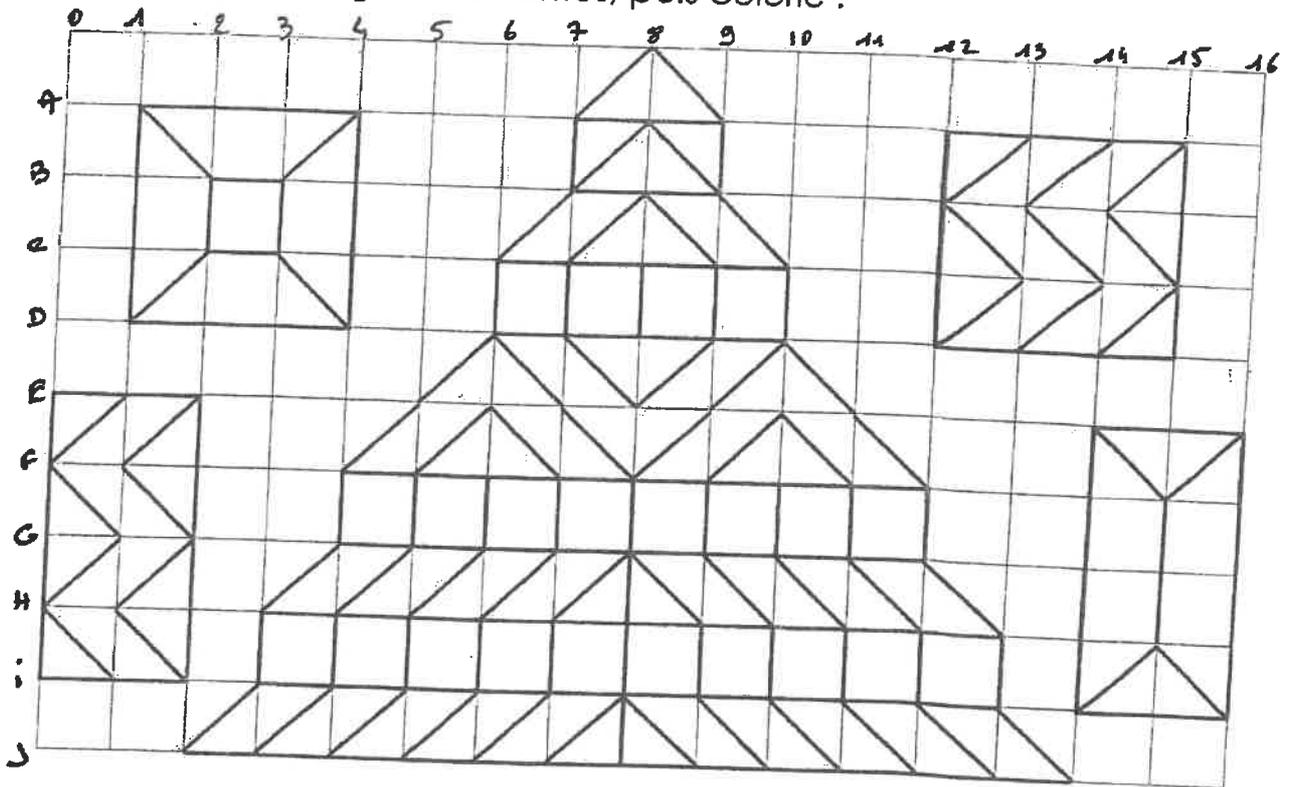
Prénom :

Date :



REPRODUIRE (08)

• Reproduis les figures suivantes, puis colorie :



révisions

① écrire en lettre les nombres suivants

1532408 - 25703 - 41200070

② écrire en chiffre les nombres suivants

- sept millions deux cent trois mille deux
- deux cent cinquante mille trois
- mille cent quatre.

③ Décomposer les nombres suivants

10730489 - 120410 - 323274

④ classer par ordre croissant

10010 - 11001 - 10101 - 11101 - 10011
- 101001 - 1010 - 1101 - 100111 - 10001
- 1001.

1043 - 295 - 6943 - 1029 - 1500 - 2094 - 100045 -
1000045 - 10045 - 1045 - 17 - 520 - 3040
5423 - 2904 - 5607 - 100545 - 101045
110104 - 115004 - 100145 - 101104 - 100104
101001 - 10101 - 11010 - 4 - 120 - 12

294 - 3459 - 10134 - 1013 - 1014
- 4101 - 41014 - 40104 - 40100 - 44010
- 5401 - 40041 - 41001 - 4043 - 124 -
5041 - 501 - 4010 - 5401 - 50004
- 400100 - 410010 - 410100 - 401001

- 630 - 7401 - 603 - 7104 - 6003 - 401
- 6300 - 7014 - 6041 - 3604 - 70145 -
71045 - 71045 - 64015 - 50654 - 70100
80100 - 40061 - 70654 - 100401 - 704100