

Somnolence au volant.

Ce sont les grandes vacances. Votre ami Jean vous invite à partir chez son oncle qui habite à 600 km, au bord de la mer. Il a peu dormi la veille, mais, impatient de se baigner, il veut que vous partiez tout de suite. Alors qu'il conduit depuis plus de trois heures, il commence à avoir des raideurs dans la nuque et à cligner constamment des yeux.

Expliquez-lui pourquoi il n'est pas prudent de continuer à rouler. Donnez-lui également quelques conseils de sécurité.

✚ **Document : la fatigue au volant .**

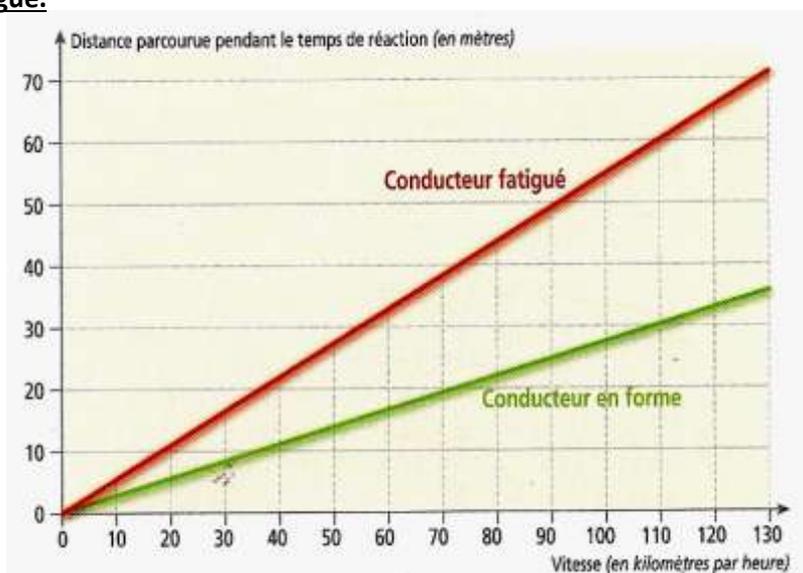
Lien : site securite routièrè c'est pas sorcier.

✚ **Document : le temps de réaction et l'état de vigilance.**

Le temps de réaction est le temps qui s'écoule entre la présentation d'un stimulus et la réaction de l'individu. (Voir exemple doc. 1b p. 203.)
Durant l'éveil, le cortex réagit aux stimuli du milieu extérieur et le temps de réaction est extrêmement bref.
Durant le sommeil, le cortex ne réagit pas à la plupart des stimuli externes.
Durant la **somnolence** ou l'endormissement, le temps de réaction aux stimuli est allongé d'une seconde environ.
Le **niveau de vigilance** d'un individu correspond à son degré de sensibilité aux stimuli extérieurs donc à l'attention qu'il porte au monde environnant.

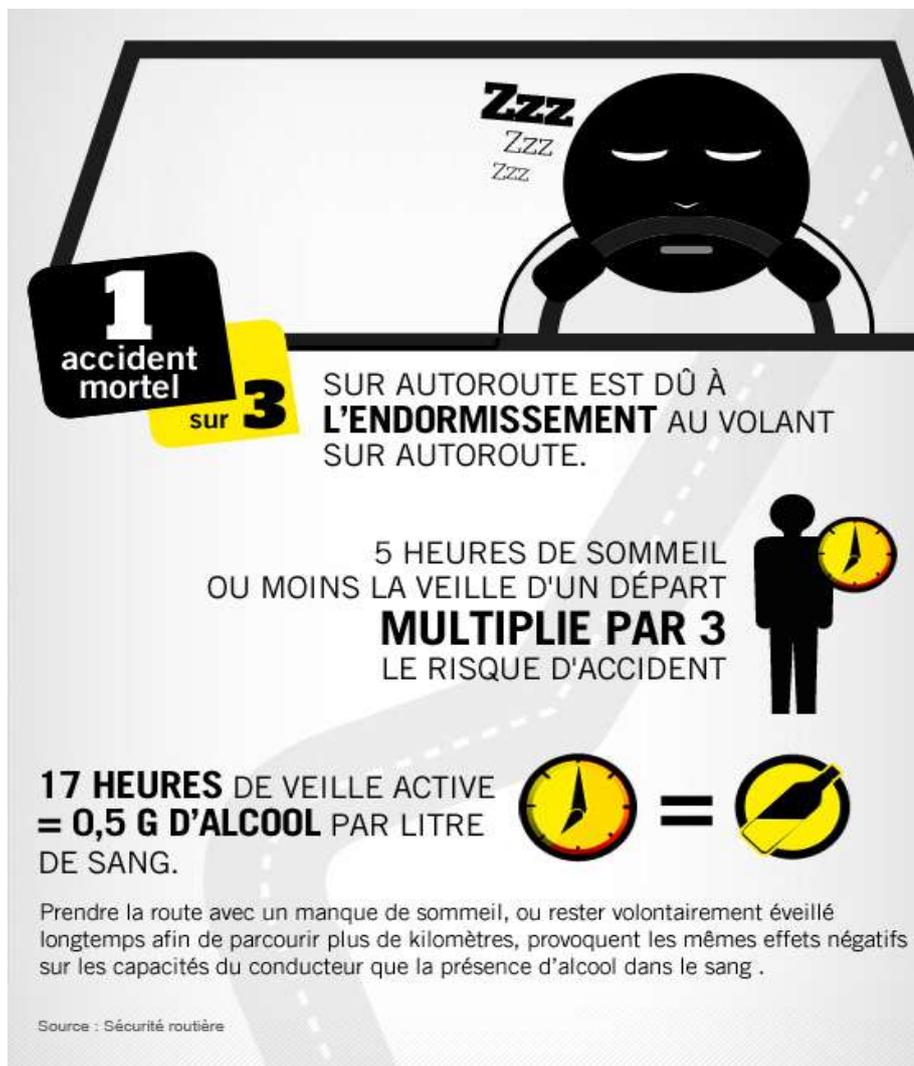
Source : Hatier SVT 2007

✚ **Document : distance parcourue durant le temps de réaction en fonction de la vitesse et selon l'état de fatigue.**



Source : Magnard SVT 2007

+ Document : les chiffres de la fatigue.



+ Document : des conseils pour éviter la fatigue au volant

Lien : [site sécurité routière](http://www.securite-routiere.fr)