

Appareil locomoteur

Observons notre musculature

(2021/2022)

Nom :

Prénoms :

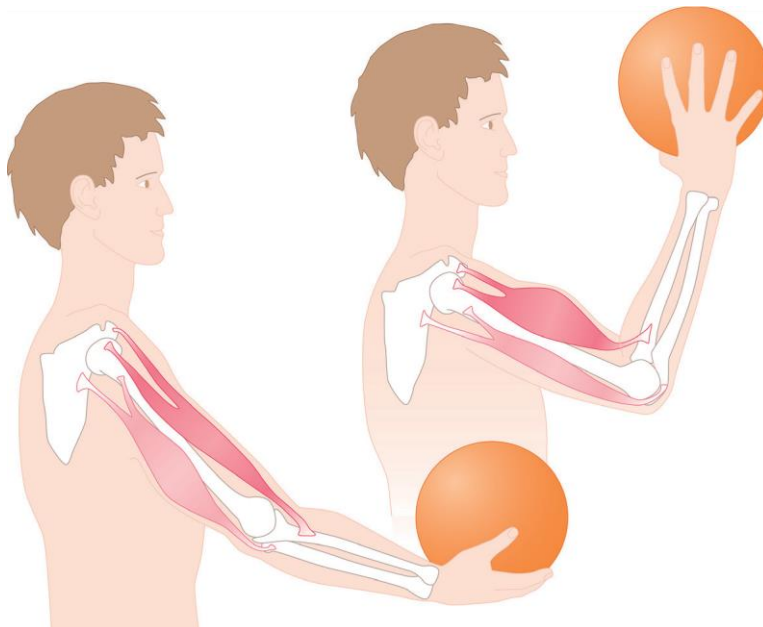
Classe :

Observons nos mouvements



Exercice 1

- a) Tâte l'épaisseur des muscles du bras lorsque tu tiens en main un ballon de basket (ou un autre objet lourd). Mesure le diamètre de tes muscles avec une règle ou une ficelle. Note ce que tu observes lorsque (1) tu étends le bras avec le ballon vers le bas d'abord et (2) que tu le replies vers le haut ensuite.



- b) Essaie de sentir comment l'avant-bras est rattaché au haut du bras et comment le bras est rattaché à l'épaule.

c) Tâte la face intérieure du poignet. Note ce que tu as pu sentir.

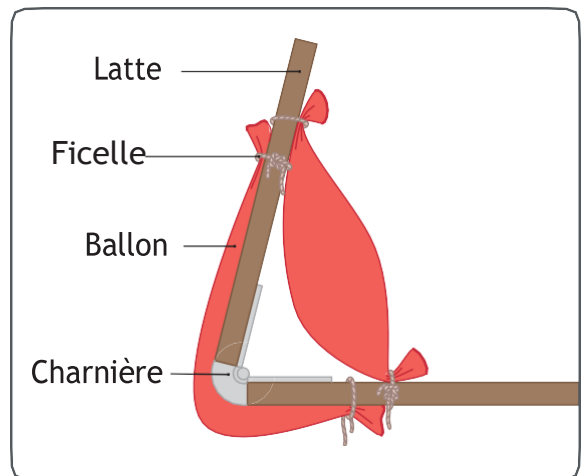
Nos muscles: le fléchisseur et l'extenseur

Sur le devant du bras se trouve un gros muscle (le biceps): il est appelé le fléchisseur de l'avant-bras. À l'arrière du bras se trouve un deuxième gros muscle (le triceps): celui-là est appelé l'extenseur. Sur le modèle, tu peux observer ce qui se passe avec les deux muscles lorsque tu tends ou fléchis le bras.



Exercice 2

- a) Décris ce qui se passe avec les ballons lorsque tu plies les deux lattes en bois ou que tu les déplies.



- b) Compare tes observations faites sur le modèle avec tes muscles: À quelles parties de ton corps correspondent les éléments du modèle?

Modèle	Corps
Ballon intérieur	
Ballon extérieur	
Ficelle	
Latte	

- c) Décris ce qui se passe avec le fléchisseur et l'extenseur lorsque tu plies ton bras.

