

## Chapitre 1

### Le mouvement et sa commande

#### Chapitre 1

#### Le mouvement et sa commande

#### Introduction

Lorsqu'on fait du sport, que l'on se déplace ou même que l'on parle nous effectuons des mouvements.

Ceux-ci sont dirigés par nos muscles.

1. Quelles sont les organes impliqués dans le mouvement ?

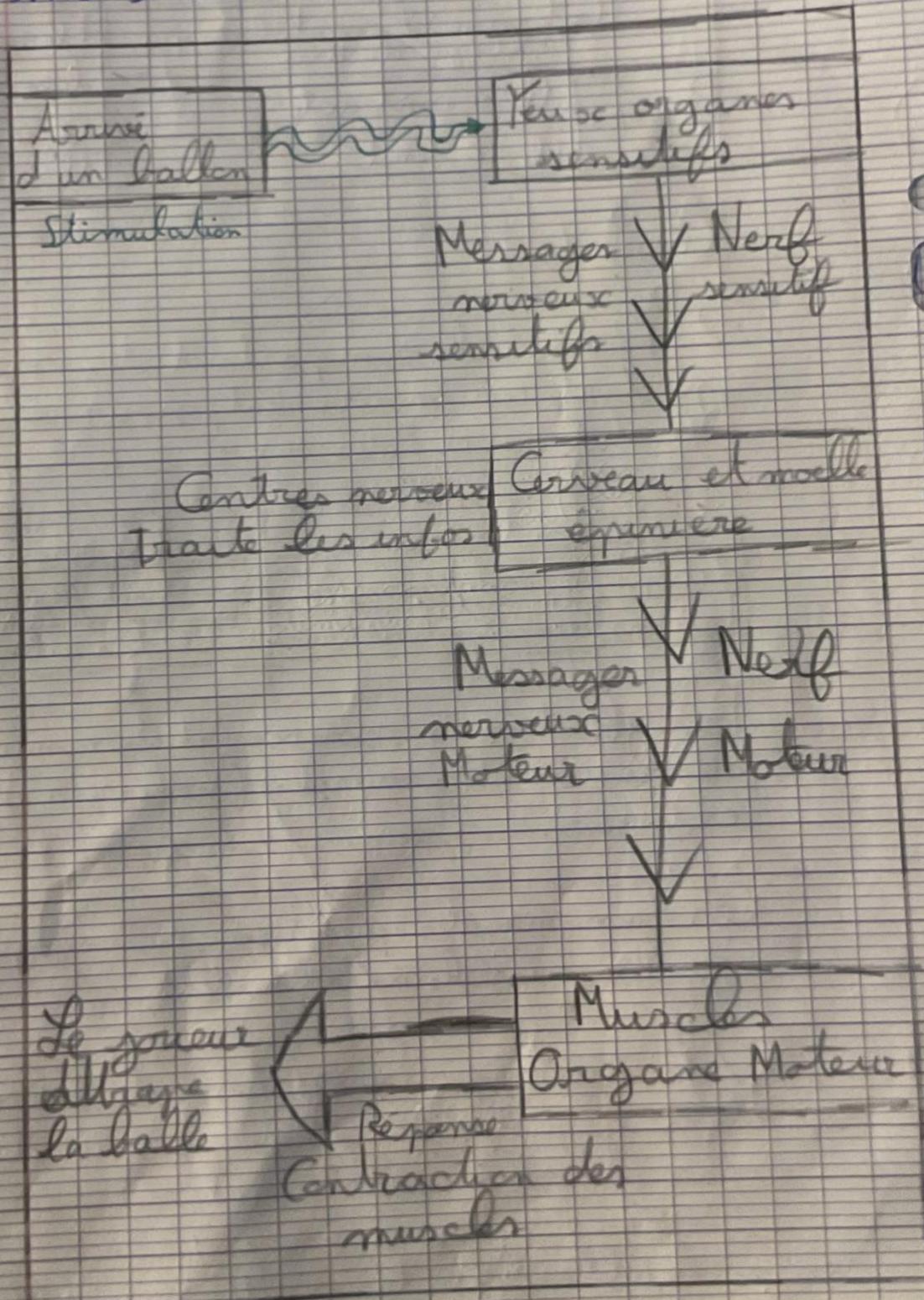
C'est l'os de l'avant bras qui s'appelle le Radius et le Cubitus qui produit le mouvement.

Correction :

- Les os
  - Les tendons
  - Les muscles
  - Les ligaments
  - Le cerveau
  - Les nerfs
- Les os = Structures rigides qui permettent de supporter le corps. Ce sont des organes inactifs.

des ordres émis par le cerveau.

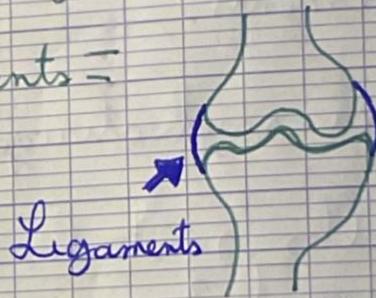
4/ Les organes qui commandent le mouvement sont le cerveau et la moelle épinière



Les tendons = Ce sont des structures qui permettent de relier les muscles aux os.

Les muscles = En se contractant les muscles cela provoquent un déplacement des os par l'intermédiaire des tendons.  
Ce sont des organes actifs.

Les ligaments =



Les ligaments = Structures "rigides" qui maintiennent les os en place au niveau des articulations.

Cerveau = Organe qui ordonne des ordres aux muscles pour qu'ils accomplissent un mouvement.

Les nerfs = Ce sont des organes chargés de transmettre des informations au cerveau ou à d'autres organes (les muscles par exemple).

2. Donner le comportement des muscles pendant un mouvement, pour cela compléter le tableau ci-dessous.

	Extension : L'avant-bras qui s'allonge du bras	Flexion : L'avant-bras se déplace vers le bras
Biceps	Il se contracte	Il se tend
Triceps	Il se tend	Il se contracte

Correction

2. Donner le comportement des muscles pendant un mouvement, pour cela compléter le tableau ci-dessous.

	Extension	Flexion
Biceps	Se relâche s'allonge et <sup>s'attire</sup>	Se contracte / Retire et Croise
Triceps	Se contracte / Retire et Croise	Se relâche s'allonge s'amincit

Pour effectuer un mouvement deux muscles sont nécessaires : Un muscles fléchisseur et un muscle extenseur.

Ces deux muscles qui ont une action opposée sont appelés muscles antagonistes.

3/ La moelle épinière est un centre nerveux situé dans le prolongement du cerveau et protégé par la colonne vertébrale.

Son rôle est de transmettre aux différents organes