**ACTIVITÉ
3**

Les muscles, organes actifs du mouvement

Le corrigé des questions de l'activité

1-

- 1- Le ventre et les tendons.
- Le ventre est de couleur rouge et les tendons de couleur blanche.
- 2- Les tendons relient les muscles aux os.

2-

- 1- Les os de l'individu ne sont pas visibles car ils sont recouverts par les muscles.
- 2- Les muscles recouvrent et protègent les os et facilitent leur déplacement.
- 3- Les os et les muscles donnent au corps sa forme spécifique.

3-

- 1- Mouvement d'extension et mouvement de flexion.
- 2- Le mouvement d'extension consiste à étendre l'avant-bras et à le placer dans le prolongement du bras.
- Le mouvement de flexion consiste à plier l'avant-bras sur le bras.
- 3- Le triceps contracté est plus dur, plus gros et plus court que lorsqu'il est relâché.

4-

	Flexion	Extension
Aspect du biceps	Contracté	Relâché
Aspect du triceps	Relâché	Contracté
Mouvement de l'avant-bras	Rapprochement de l'avant-bras vers le bras	Éloignement de l'avant-bras du bras

- 5- Mouvement de flexion : biceps.
- Mouvement d'extension : triceps.
- Car lors d'un mouvement de flexion, le biceps se contracte et rapproche l'avant-bras du bras et lors d'un mouvement d'extension, le triceps se contracte et éloigne l'avant-bras du bras.
- 6- Le biceps et le triceps sont deux muscles antagonistes car lorsque l'un d'eux se contracte pour réaliser un mouvement, le second se relâche. Ces deux muscles ont des activités opposées.

4-

- 1- Les muscles du bras sont plus longs et plus épais chez le garçon de 14 ans que ceux chez le garçon de 8 ans, qui sont plus longs et plus épais que ceux chez le nouveau-né.
- 2- La masse corporelle de Rami 3 kg à la naissance augmente jusqu'à 18 kg à l'âge de 5 ans.
- 3- Les muscles squelettiques constituent une grande partie de la masse corporelle. Alors, quand la masse corporelle augmente, la masse des muscles augmente aussi.

Le corrigé des exercices (Je fais le point)

1- Vrai : 2, 5, 7.

Faux : 1, 3, 4, 6, 8.

2-

- Os.

- Tendons – Gonfle.

3-

- Le tendon.

- Le ventre.

- La contraction.

- Le relâchement.

- Muscles antagonistes.

- La flexion.

- L'extension.

Le corrigé des exercices du cahier d'activités

E1

1- Les muscles protègent les os.

2- Un mouvement d'extension permet d'étendre l'avant-bras dans le prolongement du bras.

3- Deux muscles antagonistes : lorsqu'un se contracte, le second se relâche.

4- Les tendons forment les extrémités du muscle.

5- Lors d'un mouvement de flexion, le triceps se relâche et le biceps se contracte.

Ou

Lors d'un mouvement d'extension, le biceps se relâche et le triceps se contracte.

E2

1- Un mouvement de flexion.

2- Muscle A : biceps. Muscle B : triceps.

3- Le muscle A est contracté et le muscle B est relâché car le muscle A est gonflé, plus gros et plus co que le muscle B relâché.

4- Ces
com

E3

1- Ext

2- Re

3- Fl

4- C

5- T

6- F

7-

Le

E4

1-

2

4- Ces deux muscles sont antagonistes car ils ont des activités opposées. Lorsque le muscle A est contracté, le muscle B est relâché.

E3

- 1- Extension.
- 2- Relâchement.
- 3- Flexion.
- 4- Contraction.
- 5- Tendon.
- 6- Biceps.
- 7- Muscle.

Le mot caché : Triceps.

E4

1- A : Mouvement d'extension. B : Mouvement de flexion.

2-

Biceps	Relâché	Contracté
Longueur en (cm)	19	16

- 3- La longueur 16 cm du biceps contracté est plus courte que celle du biceps relâché, 19 cm.
- 4- Le muscle se raccourcit en se contractant.
- 5- Lors du mouvement d'extension A, le triceps est contracté et lors du mouvement de flexion B, il est relâché.

E5

- 1- Lors de l'extension du pied, le muscle M1 se contracte et le muscle M2 se relâche. Lors de la flexion du pied, le muscle M2 se contracte et le muscle M1 se relâche.
- 2- Contracte – Relâche.
- Flexion – Extenseur.
- 3- M1 est le muscle extenseur et M2 est le muscle fléchisseur car lors d'un mouvement d'extension, M1 est contracté et lors d'un mouvement de flexion, M2 est contracté.