

### Pratiquer une activité physique en préservant sa santé

**Je sais Que** : certaines blessures empêchent de réaliser correctement un mouvement.

**Problématique** : quelles sont les structures impliquées dans la réalisation du mouvement ? Comment certains accidents sportifs peuvent rendre impossible un mouvement ?

**Matériel disponible** : animation flexions extension du bras, animation articulation du genou plus maquette, cuisses de grenouilles, matériel de dissection, documents.

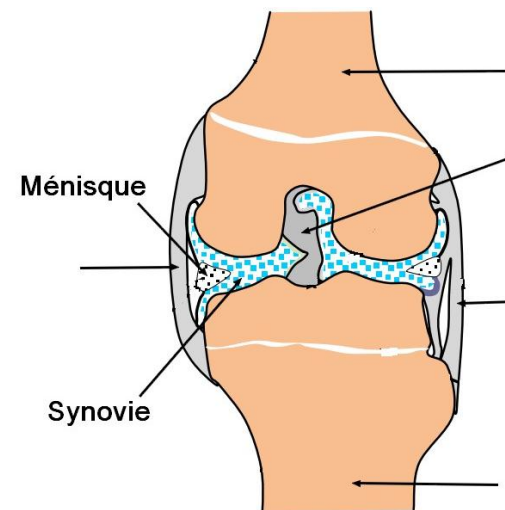
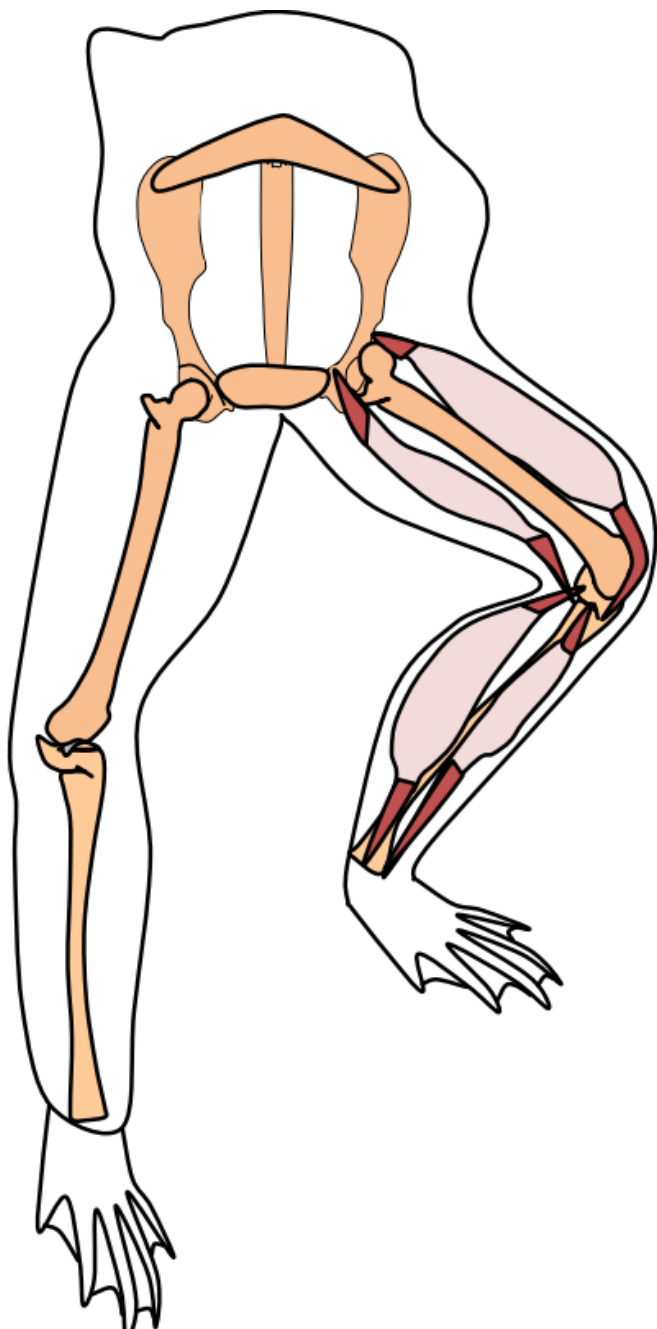
Activités et déroulement des activités	Capacités (critères de réussite, temps)	Barème
<p><b>I- La réalisation du mouvement</b></p> <p>1-identifier les organes du mouvement présents sur le membre postérieur de grenouille puis légènder le schéma (doc 1) de son organisation à l'aide des termes suivants (jambes, cuisses, pieds, tibia, fémur, hanche, genou, cheville, tendon).</p> <p>2- Colorer les os en jaune, les muscles en rouge et repérer les articulations par un petit cercle vert.</p> <p>3- Sur le site svtlyceefac, ouvrez l'animation : flexions extension du bras, puis compléter le tableau (doc2).</p> <p>4- Compléter le doc1 avec les légèndes : muscle fléchisseur de la jambe, muscle extenseur de la jambe.</p> <p>5- Rédiger un paragraphe expliquant les mouvements de flexion et d'extension du membre postérieur.</p> <p style="text-align: center;"><i><b>Appeler l'enseignant</b></i></p> <p><b>II-les accidents sportifs peuvent rendre impossible le mouvement</b></p> <p>un skieur fait une chute et se plaint d'une douleur au genou. Le genou est très enflé, le mouvement est possible mais douloureux, après avoir réalisé une radiographie les médecins ne prévoient pas d'intervention chirurgicale.</p> <p>6- Regarder l'animation montrant le fonctionnement de l'articulation du genou sur svtlyceefac.</p> <p>7- Légènder le schéma de l'articulation du genou (doc3).</p> <p>8- A l'aide du livre p 247 et de la radiographie du skieur (svtlyceefac) placer sur le schéma (doc 1) les différents traumatismes que peut subir ce membre locomoteur et proposer en bilan un diagnostic pour la blessure de ce skieur.</p>	<p>Communiquer par la schématisation</p> <p style="text-align: center;">(35 min)</p> <p style="text-align: center;">Comprendre un mécanisme</p> <p style="text-align: center;">Rédiger un paragraphe scientifiquement correct</p> <p style="text-align: center;">(30 min)</p>	

Prescriptions (oui – non)			Autorisations (oui – non)		
Blouse	Gants	Lunettes de protection	Calculatrice	Manuel scolaire	Papier de brouillon
non	non	non	oui	oui	oui

Etablissement : Lycée Magendie	Nom(s) :	Prénom(s) :	Classe :	Date :
--------------------------------	----------	-------------	----------	--------

**A rendre à l'issue du temps imparti – Utiliser le verso pour répondre aux questions**

Doc 1 : organisation du membre inférieur



Doc 3 : articulation du genou vue de face

Mouvements	Flexion		Extension	
	Biceps	Triceps	Biceps	Triceps
Longueur du muscle				
Largeur du muscle				
Etat du muscle				

Doc 2 : Etude des mouvements d'un membre

**Synovie** : liquide huileux limitant les frottements entre les surfaces osseuses au niveau d'une articulation.  
**Ménisque** : languette cartilagineuse présente au niveau de certaines articulations.