

# Sciences : les mouvements corporels

## Informations générales



Objectif

- Approcher les rôles des os, des muscles et des tendons dans la production des mouvements élémentaires au niveau des articulations.  
- Concevoir des modélisations de mouvements de flexion / extension, schématiser, représenter l'amplitude.  
- Maîtriser le vocabulaire suivant : flexion, extension, os, muscle, tendon, articulation.



Socle commun

● Le fonctionnement du corps humain et la santé



Auteur

F. SAJOU



Licence




Créative Commons - liberté de reproduire, distribuer et communiquer cette création au public sous conditions : citation de la paternité, pas d'utilisation commerciale, pas de modification.


## Déroulement des séances



- **Séance 1** : comment fonctionnent les articulations (40 min)
- **Séance 2** : les articulations (30 min)
- **Séance 3** : les os de la main (45 min)
- **Séance 4** : quel est le rôle des muscles dans le mouvement ? (35 min)
- **Séance 5** : le rôle des muscles (45 min)
- **Séance 6** : révisions (30 min)
- **Séance 7** : évaluation (30 min)

## comment fonctionnent les articulations

 Objectif(s) de séance	<b>- Approcher les rôles des os, des muscles et des tendons dans la production des mouvements élémentaires au niveau des articulations.</b>	 <b>40 minutes</b> (2 phases)
 Matériel	les cahiers de la luciole CE2 pages 56 à 58	




**1. si les articulations ne fonctionnent plus, que se passe-t-il ?**
 (collectif) | découverte |  **20 min.**

1. lecture des photographies pages 56 et 57 : nommer les articulations, schématiser un bras et une jambe
2. répondre aux questions du document 2 : à quoi servent les articulations ?


**2. pourquoi peut-on faire des mouvements différents ?**
 (collectif) | découverte |  **20 min.**

1. nommer les articulations (doc 3)
2. distinguer deux types d'articulations : sphérique/charnière (doc 4)

## les articulations



 Objectif(s) de séance	<b>- Approcher les rôles des os, des muscles et des tendons dans la production des mouvements élémentaires au niveau des articulations.</b> <b>- Maîtriser le vocabulaire suivant : flexion, extension, os, muscle, tendon, articulation.</b>	 <b>30 minutes</b> (2 phases)
 Matériel	fiche les coccinelles "le corps humain : les articulations"	

### 1. schéma du bras

 (collectif) | mise en commun / institutionnalisation |  **15 min.**




1. rappel de ce qu'est une articulation
2. compléter le schéma du bras avec le nom des os : humérus, radius, cubitus et situer les ligaments

### 2. les articulations

 (collectif) | mise en commun / institutionnalisation |  **15 min.**


1. rappel des articulations principales
2. trace écrite : compléter le tableau

## les os de la main

 Objectif(s) de séance	<b>Approcher les rôles des os, des muscles et des tendons dans la production des mouvements élémentaires au niveau des articulations.</b>	 <b>45 minutes</b> (2 phases)
 Matériel	DVD c'est pas sorcier "le corps humain de la tête aux pieds" fiche les coccinelles "le corps humain, la main"	




**1. les sorciers se font la main** (collectif) | découverte |  **30 min.**

visionner le DVD c'est pas sorcier "les sorciers se font la main"

**2. trace écrite** (collectif) | mise en commun / institutionnalisation |  **15 min.**

1. les trois parties de la main : doigts/paume/poignet
2. colorier les trois parties de trois couleurs différentes + les os de chaque partie de la même couleur
3. compter les os de chaque partie
4. situer les articulations des doigts

## quel est le rôle des muscles dans le mouvement ?

 Objectif(s) de séance	<p><b>Approcher les rôles des os, des muscles et des tendons dans la production des mouvements élémentaires au niveau des articulations.</b>  <b>Concevoir des modélisations de mouvements de flexion / extension, schématiser, représenter l'amplitude.</b>  <b>Maîtriser le vocabulaire suivant : flexion, extension, os, muscle, tendon, articulation.</b></p>	 <b>35 minutes</b> (2 phases)
 Matériel	les cahiers de la luciole CE2 pages 60-61	

### 1. quels éléments sont nécessaires pour la réalisation d'un mouvement ?

 (collectif) | découverte |  **15 min.**




1. doc 1 page 60

### 2. comment les muscles permettent-ils le mouvement ?

 (collectif) | découverte |  **20 min.**

1. mesurer les muscles du doc 2 page 61
2. compléter page 60
3. doc 3 : colorier le schéma doc 3

## le rôle des muscles

 Objectif(s) de séance	<p><b>Approcher les rôles des os, des muscles et des tendons dans la production des mouvements élémentaires au niveau des articulations.</b>  <b>Concevoir des modélisations de mouvements de flexion / extension, schématiser, représenter l'amplitude.</b>  <b>Maîtriser le vocabulaire suivant : flexion, extension, os, muscle, tendon, articulation.</b></p>	 <b>45 minutes</b> (2 phases)
 Matériel	DVD c'est pas sorcier "le corps humain de la tête aux pieds" fiche coccinelles "le corps humain : os et muscles"	

## 1. c'est pas sorcier : muscle et souplesse, c'est pas de la gonflette !

 (collectif) | découverte |  **30 min.**

visionner le DVD c'est pas sorcier

## 2. trace écrite

 (collectif) | mise en commun / institutionnalisation |  **15 min.**

fiche coccinelles




1. compléter le schéma os/muscle/tendons
2. compléter le texte à trous :

Un muscle est attaché à **deux** os différents par des **tendons**.

Il permet de déplacer les os pour faire des **mouvements**.

Quand on plie le bras le muscle se **contracte (flexion)**

Quand on tend le bras, il se **tend (extension)**

 Objectif(s) de séance	<p><b>Approcher les rôles des os, des muscles et des tendons dans la production des mouvements élémentaires au niveau des articulations.</b>  <b>Concevoir des modélisations de mouvements de flexion / extension, schématiser, représenter l'amplitude.</b>  <b>Maîtriser le vocabulaire suivant : flexion, extension, os, muscle, tendon, articulation.</b></p>	 <b>30 minutes</b> (1 phase)
 Matériel	fiche coccinelles "révisions"	




## 1. révisions

 (collectif) | réinvestissement |  **30 min.**

1. laisser les enfants remplir la feuille seuls
2. faire la correction collectivement :

- titre du schéma : les os et les muscles du bras
- les os : omoplate, humérus, radius, cubitus
- ligaments
- tendons

prochaine séance : évaluation

 Objectif(s) de séance	<b>Approcher les rôles des os, des muscles et des tendons dans la production des mouvements élémentaires au niveau des articulations. Concevoir des modélisations de mouvements de flexion / extension, schématiser, représenter l'amplitude. Maîtriser le vocabulaire suivant : flexion, extension, os, muscle, tendon, articulation.</b>	 <b>30 minutes</b> (1 phase)
 Matériel	fiche coccinelles "évaluation"	

### 1. évaluation

 (collectif) | évaluation |  **30 min.**

1. fiche les coccinelles
2. correction à l'oral après ramassage des feuilles