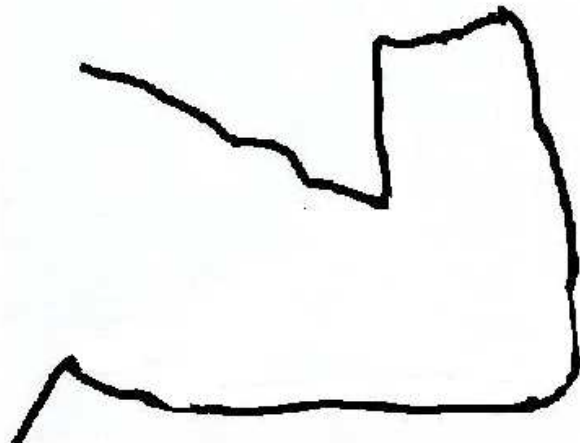
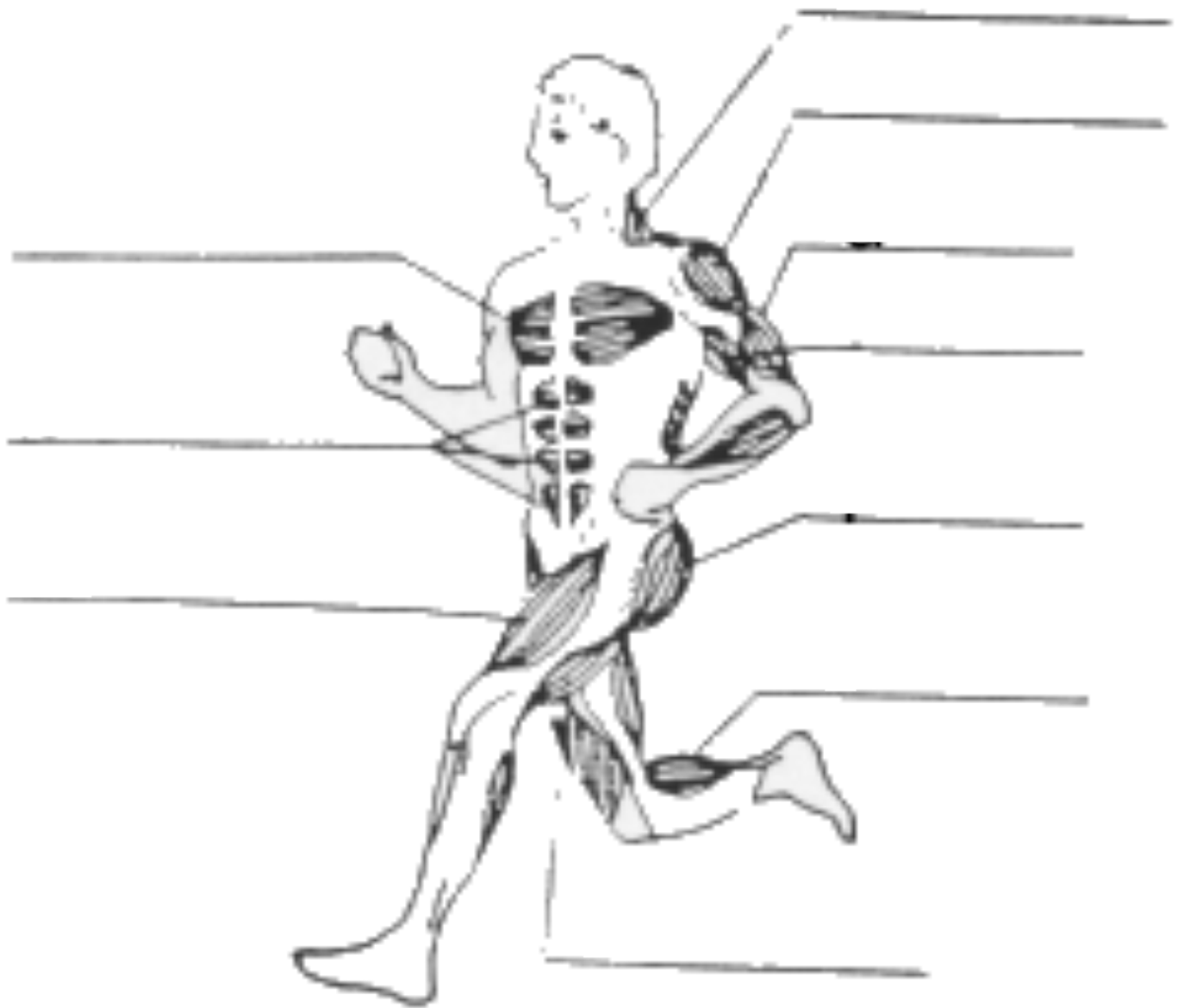


Les muscles



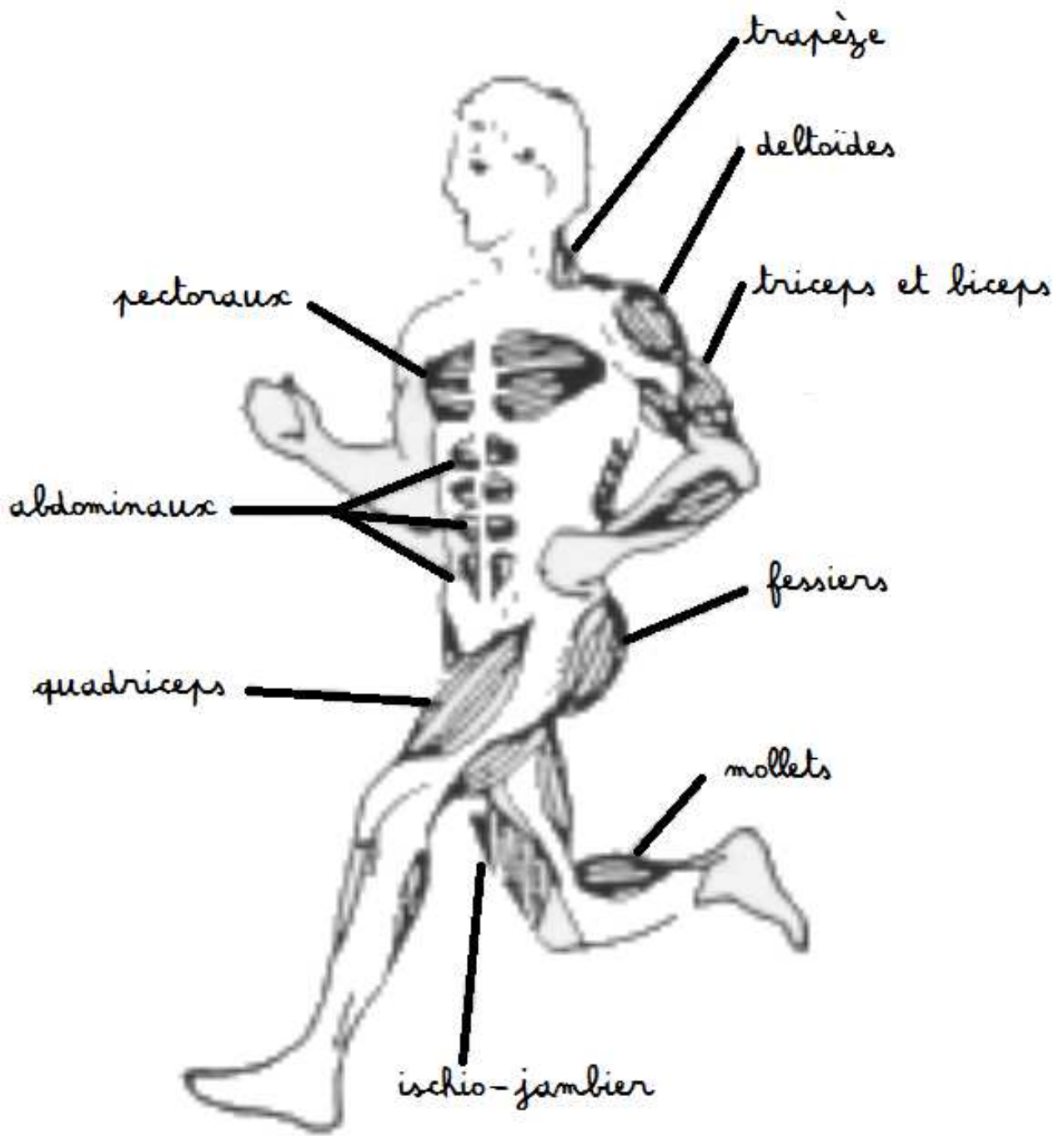


# Les principaux muscles





# Les principaux muscles





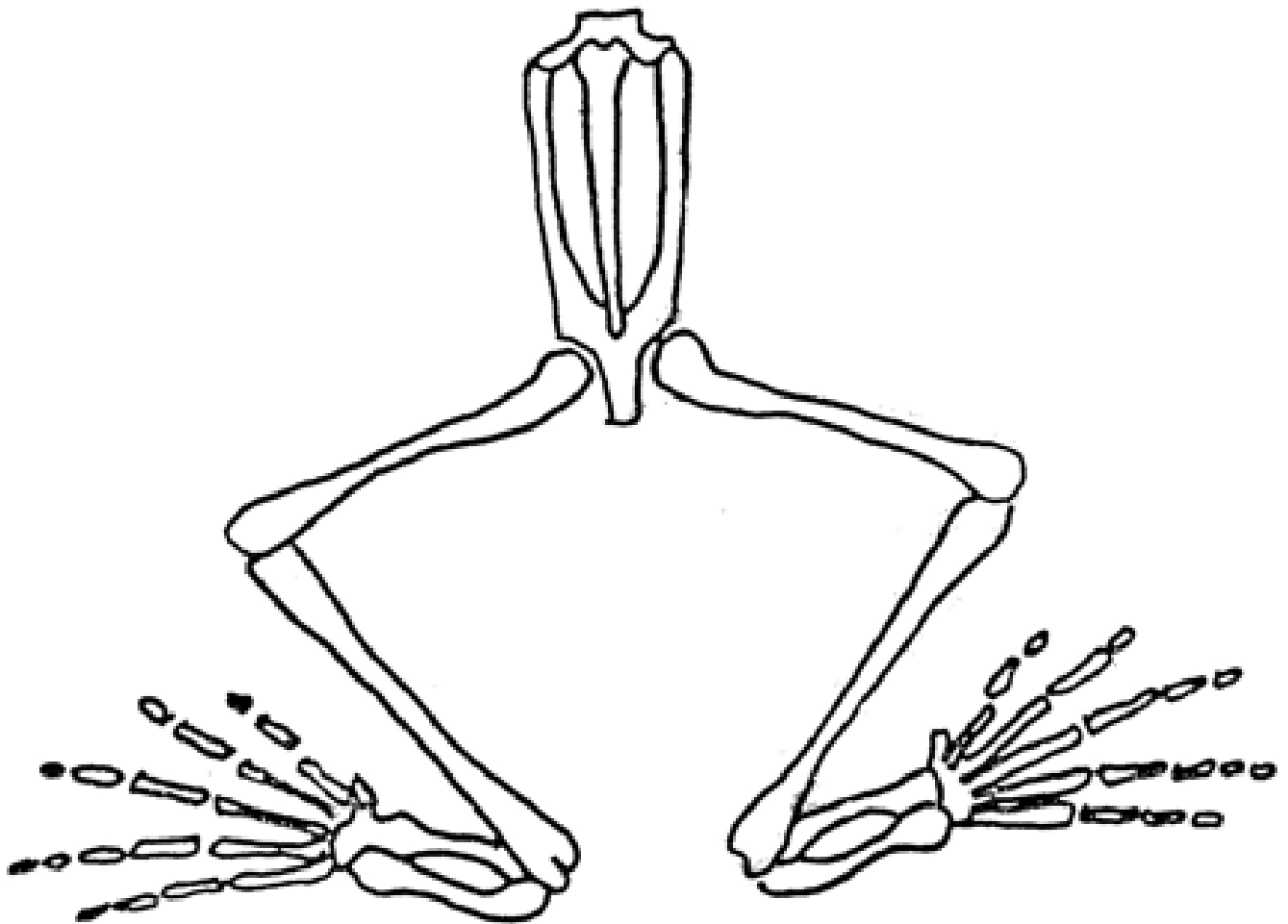
La cuisse de  
grenouille

Dessine ce que tu vois



# La cuisse de grenouille

Dessine ce que tu vois

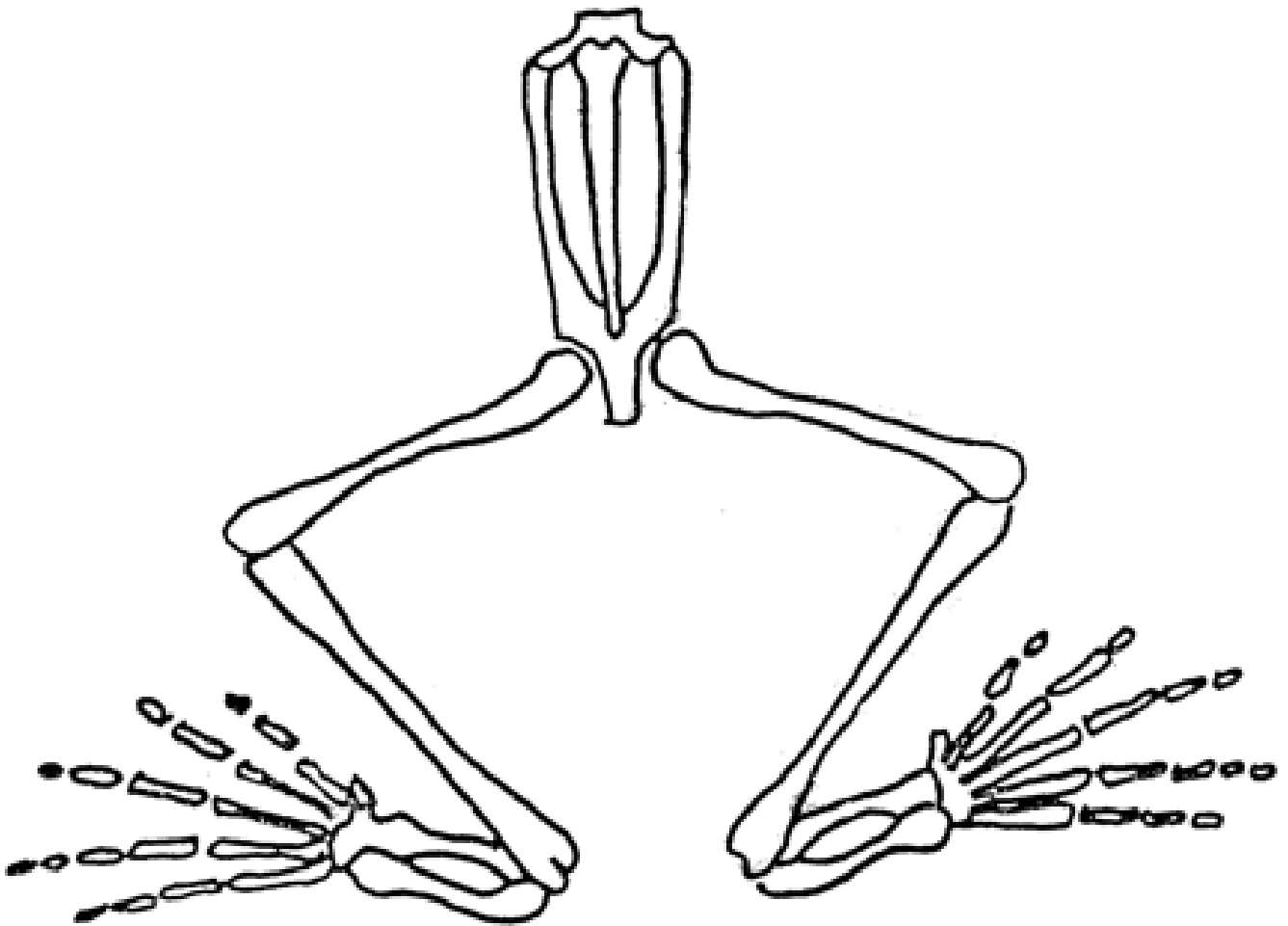




# La cuisse de grenouille

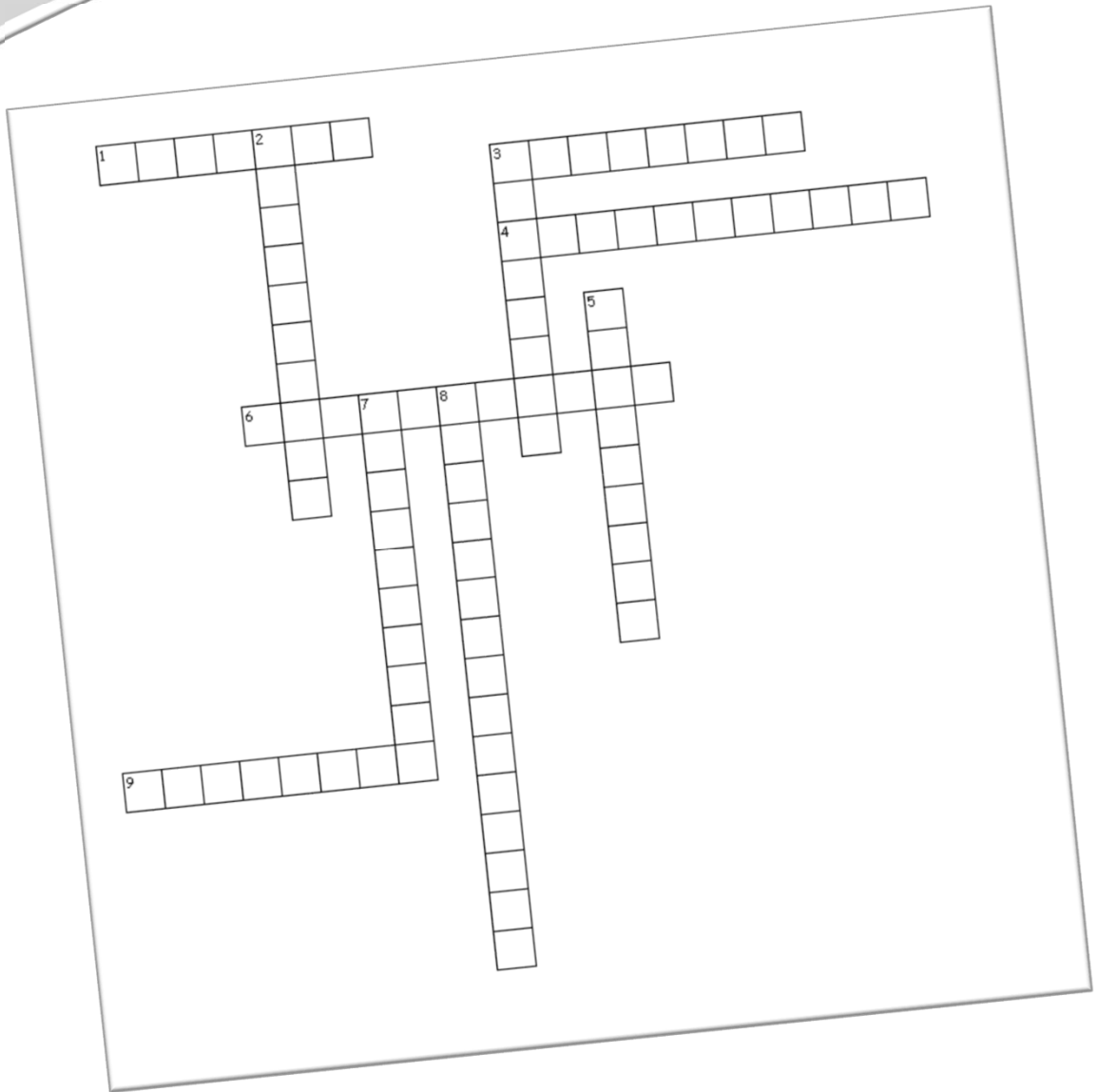
Complète le schéma :

- colorie les os en jaune
- colorie les muscles en rouge et les tendons en bleu
- place la légende : os, muscle, tendon





# Les principaux muscles



## Horizontalement

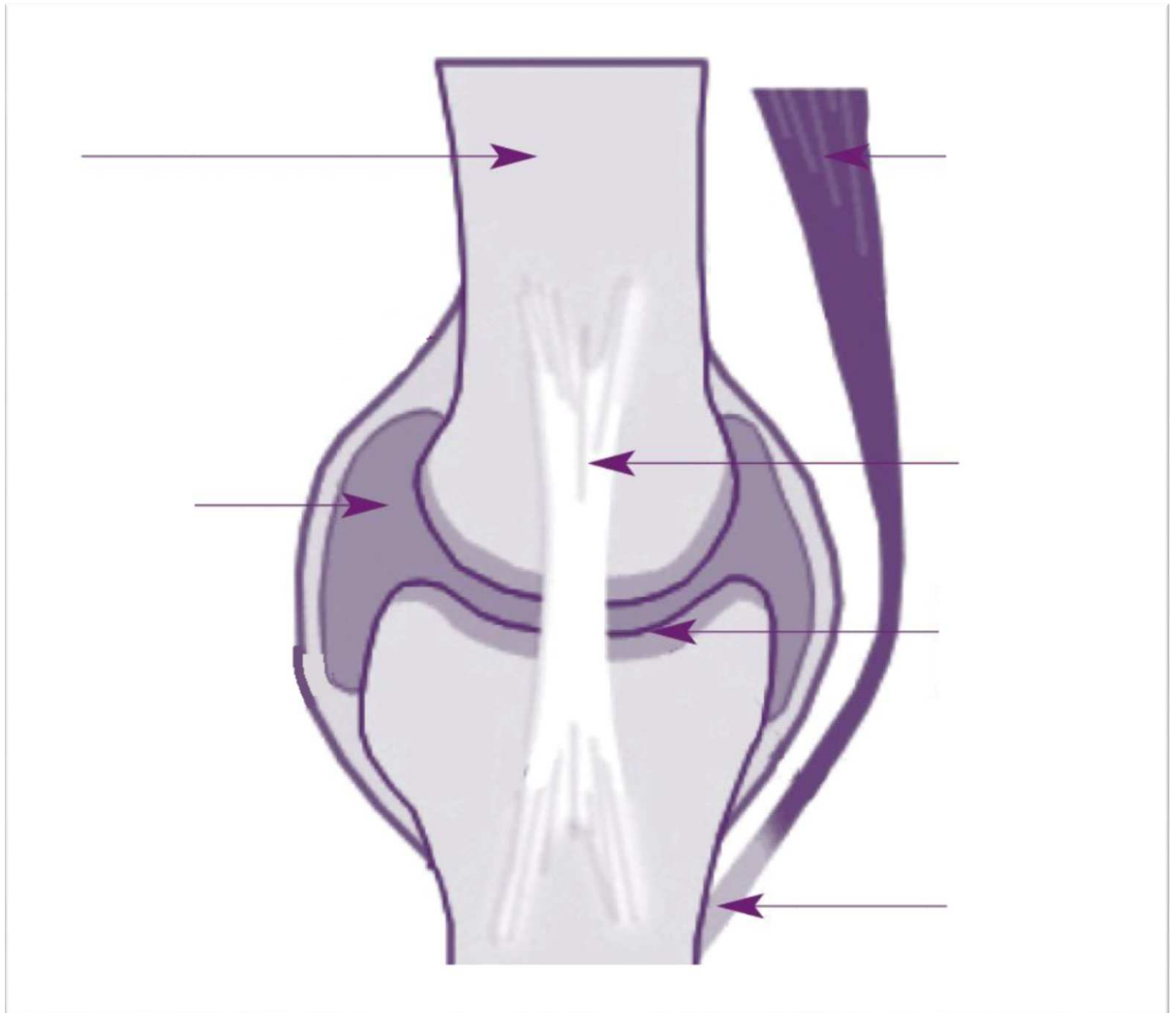
1. Ce muscle aide à soulever et à abaisser les avant-bras.
3. Ce muscle aide à soulever et à abaisser les avant-bras.
4. Ce muscle aide à faire des redressements assis.
6. Ces muscles aident à élever les genoux lorsque vous courez sur place.
9. Ces muscles aident à se mettre sur la pointe des pieds.

## Verticalement

2. Ces muscles aident à maintenir les épaules ensemble.
3. Ces muscles aident à soulever les épaules.
5. Ces muscles aident à contracter les fesses.
7. Ces muscles de l'épaule aident à soulever le bras supérieur.
8. Ce muscle aide à plier la jambe.



# Schéma d'une articulation







# Schéma d'une articulation

