

Mouvements corporels

Leçon 1: Les os et le squelette

L'ensemble des os constitue le squelette. Il est formé de trois parties: la tête, le tronc et les membres. En tout, il est constitué de **211 os** distincts

1) Les os grandissent. Depuis la naissance et jusqu'à l'âge de 20 ans environ, **les os grandissent sans arrêt**. Ils sont faits de **cellules qui se reproduisent** et les font grandir et grossir en même temps que le reste du corps.

2) Les os peuvent se casser. Parfois l'os se casse. Aussitôt, **les cellules osseuses**, qui sont des petits organismes vivants se dirigent vers l'endroit blessé pour le **ressouder**. Cette réparation dure environ trois mois.

3) Les os ont différentes tailles. Le plus petit os du corps humain est **l'étrier**. Il a la taille d'un grain de riz. Il ne mesure que 3 millimètres et se trouve dans le creux de l'oreille. Le plus long os du corps humain est l'os de la cuisse, **le fémur** qui peut atteindre 50 centimètres chez l'homme adulte.

4) Les os sont solides : Comme ils servent de charpente à tout le corps, les os doivent être très solides. On dit qu'ils sont **rigides**.

5) Les animaux à squelette et les animaux sans squelette. Les animaux sans squelette sont mous, ils rampent et sont à l'horizontal sur le sol. Les animaux avec des os marchent sur le sol à l'aide de pattes. Les os servent à **soutenir le corps** et permettent aux animaux de **se redresser**.