



LES MOUVEMENTS CORPORELS : LES ARTICULATIONS (SÉANCE 5)

Des **ligaments élastiques** relient les **os** entre eux. Ces os sont protégés par du **cartilage**. Les articulations ne se coincent presque jamais car elles contiennent un **liquide**, la synovie, qui facilite le **glissement** des cartilages l'un contre l'autre.

Les articulations n'ont pas toutes la même forme. Selon cette forme, elles permettent **différents mouvements**.

L'articulation de l'épaule, de forme **sphérique**, permet au bras de pivoter dans **presque toutes les directions**.

L'articulation du coude, en forme de **charnière**, permet un mouvement **limité dans un plan**.

Articulation	Sphérique 	Charnière 
épaule	x	
coude		x
poignet	x	
hanche	x	
genou		x
cheville	x	

* images sous licence : CC BY-SA 3.0 - Auteur : Produnis - http://www.pflegewiki.de/index.php/Bild:Gelenke_Zeichnung01.jpg

LES MOUVEMENTS CORPORELS : LES ARTICULATIONS (SÉANCE 5)



Des relient les entre eux. Ces os sont protégés par du

Les articulations ne se coincent presque jamais car elles contiennent un, la synovie, qui facilite le des cartilages l'un contre l'autre.

Les articulations n'ont pas toutes la même forme. Selon cette forme, elles permettent

L'articulation de l'épaule, de forme permet au bras de pivoter dans

L'articulation du coude, en forme de, permet un mouvement

Articulation	Sphérique 	Charnière 
épaule		
coude		
poignet		
hanche		
genou		
cheville		

* images sous licence : CC BY-SA 3.0 - Auteur : Produnis - http://www.pflegewiki.de/index.php/Bild:Gelenke_Zeichnung01.jpg

