

L.P. LOUISE LABE - CONTROLE EN COURS DE FORMATION E.P.S.

EXAMEN : C.C.F. BAC PRO

Vidéo "Le muscle moteur du mouvement

La présentation et l'orthographe sont notés sur 1 point.

NOM :

PRENOM :

CLASSE :

NOTE :

/ 20

Commentaire:

- 1 **Citer les 4 acteurs indispensables aux mouvements du corps et donner un exemple pour chacun d'eux.**
a) **Les muscles** b) **Les os** c) **Les articulations** d) **Les tendon** /4
- 2 **Combien de muscles striés squelettiques possède le corps humain ?**
a) **607** b) 760 c) 706 /1
- 3 **Quels sont les fonctions principales des muscles.** /1
a) Faire joli l'été, sur la plage
b) **Exécuter des mouvements, soulever des charges, tenir le squelette**
c) Etre en forme l'hiver
- 4 **Comment les muscles sont-ils rattachés aux os?** /2
a) Par des tendons, ancrés dans chaque os
b) Par des ligaments, qui relient les os entre eux.
c) **Par des articulations, qui relient les régions osseuses**
- 5 **Pour une même action, le muscle travaille rarement seul.** /1
a) On a un muscle antagoniste qui se contracte et un muscle goniste qui se relâche
b) **On a un muscle agoniste qui se contracte et un muscle antagoniste qui est étiré**
c) On a un muscle agoniste et antagoniste qui travaillent en même temps
- 6 **Compléter le texte suivant à partir des mots suivants:** /2
a. filament b. muscle o. actine r. fibres v. myosine
Un se présente sous la forme d'un sac à plusieurs compartiments. **b. muscle**
Chaque compartiment renferme des cellules musculaires les plus longues de l'organisme appelées **r. fibres**
Chaque fibre contient des petits C'est à ce niveau que le muscle travaille. **a. filament**
Chaque filament est divisé en petites portions.
Dans chaque portion, on retrouve des brins de en rose **v. myosine**
Dans chaque portion, on retrouve des brins d' en bleu **o. actine**
- 7 **Quand les muscles se contractent, c'est le cerveau qui décide.** /0,5
a) C'est jamais conscient b) C'est rarement réflexe c) **Les 2 modes sont toujours sollicités**

- 8 **Quand le muscle se contracte.** /0,5
a) **L'actine glisse sur la myosine sur toute la longueur des filaments** b) La myosine vient se coller à l'actine
c) L'actine et la myosine s'éloignent l'un l'autre
- 9 **Comment s'appelle la source d'énergie utilisé par le corps pour que les muscles se contractent?** /1
a) Le TAP **b) L'ATP** c) Le PAT
- 10 **Quelles sont les éléments impliqués lorsque le muscle se contracte ?** /1
a) Les articulations
b) Les tendons
c) un raccourcissement des fibres à l'échelle cellulaire , des faisceaux des fibres, du muscle concerné
- 11 **Qu'entraînent le taux de raccourcissement des fibres et le nombre de faisceaux de fibres ?** /1
a) La souplesse b) L'endurance **c) La force du muscle** d) La vitesse
- 12 **Sur quoi la force s'applique-t-elle lors du raccourcissement d'un muscle, lors de sa contraction ?** /1
a) Sur les articulations b) Sur les muscles **c) Sur les tendons**
- 13 **Citez la principale caractéristiques des tendons ?** /1
a) Son excellente élasticité
b) Sa faible robustesse
c) Sa capacité à augmenter ou diminuer son diamètre selon la nature de l'exercice.
- 14 **Citer la blessure la plus grave pour un sportif impliquant justement un tendon ?** /1
Le tendon **d'Achille**
- 15 **Citer le rôle des tendons dans la production de mouvement ?** /1
a) Il empêche tout mouvement.
b) Il se déforme peu et tire sur les os, créant ainsi le mouvement.
c) Il se déforme beaucoup facilitant le mouvement
- 16 **Quel est le moteur de tous les mouvements du corps ?** /1
La contraction des muscles squelettiques et donc des cellules musculaires.