

**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.