



Le squelette et les articulations

Notre corps est formé d'un tronc portant la tête et quatre membres. Il est soutenu par un **squelette** composé d'os.

Les os du squelette sont unis entre eux grâce aux **articulations**. Elles nous permettent de bouger.

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

Le genou, la cheville, le coude ou le poignet sont des articulations faciles à repérer. Beaucoup d'autres endroits peuvent aussi plier. La main possède des articulations très fines qui permettent à chaque doigt de bouger et de se plier.



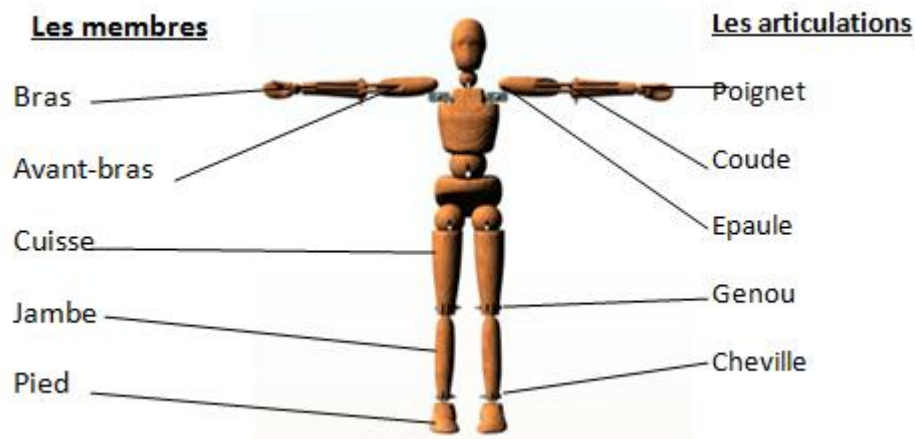
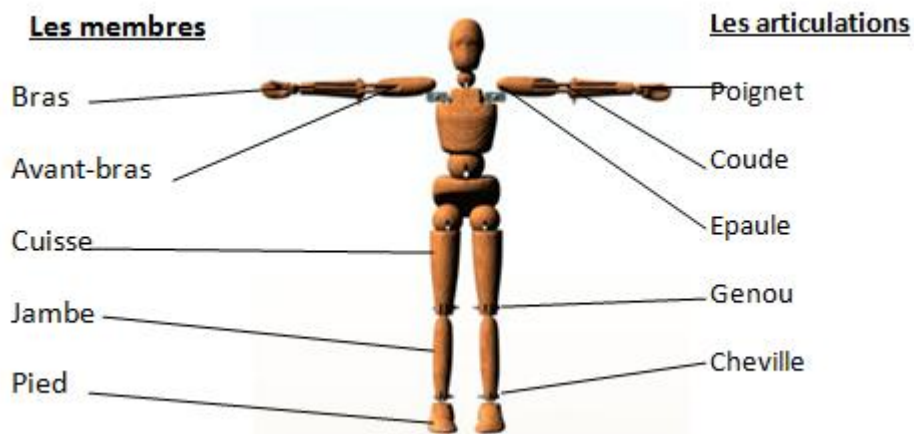
Le squelette et les articulations

Notre corps est formé d'un tronc portant la tête et quatre membres. Il est soutenu par un **squelette** composé d'os.

Les os du squelette sont unis entre eux grâce aux **articulations**. Elles nous permettent de bouger.

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

Le genou, la cheville, le coude ou le poignet sont des articulations faciles à repérer. Beaucoup d'autres endroits peuvent aussi plier. La main possède des articulations très fines qui permettent à chaque doigt de bouger et de se plier.



--	--

Travaillez cette notion avec un parcours pédagogique progressif clé en main

Cette ressource de type : **Leçon gratuite**, pour le niveau : **CE1**, dans la catégorie : **Le corps humain et l'éducation à la santé**, ne constitue qu'une étape d'un **parcours pédagogique complet prêt à l'emploi** pour apprendre, s'entraîner et maîtriser cette notion **étape par étape**.

Étape 1. Leçon gratuite : Comprendre la règle

Découvrir la notion grâce à des explications simples et des exemples concrets.

- [leçon le squelette et les articulations](#) (pdf)
- [leçon le squelette et les articulations](#) (word)
- [Télécharger toutes les fiches de cette étape](#) (zip)

Étape 2. Exercices : S'entraîner progressivement

Des exercices progressifs pour avancer étape par étape

- [Le squelette et les articulations - exercices](#) (pdf)
- [Le squelette et les articulations - exercices](#) (word)
- [Télécharger toutes les fiches de cette étape](#) (zip)

Étape 3. Évaluation Bilan : Vérifier ses acquis avant le contrôle

Des évaluations et corrections pour se préparer sereinement

- [évaluation le squelette et les articulations](#) (pdf)
- [évaluation le squelette et les articulations](#) (word)
- [Télécharger toutes les fiches de cette étape](#) (zip)