

Brevet Professionnel JEPS – AGG2F



Anatomie
Physiologie
Méthodologie d'entraînement

MALFERMO Romuald

06.35.19.79.02 – malfermo.romuald@hotmail.fr

Master EMIS & DUPP – Univ. De Bourgogne, DIJON

Intervenant BPJEPS AGG2F – CESA Metz

Références

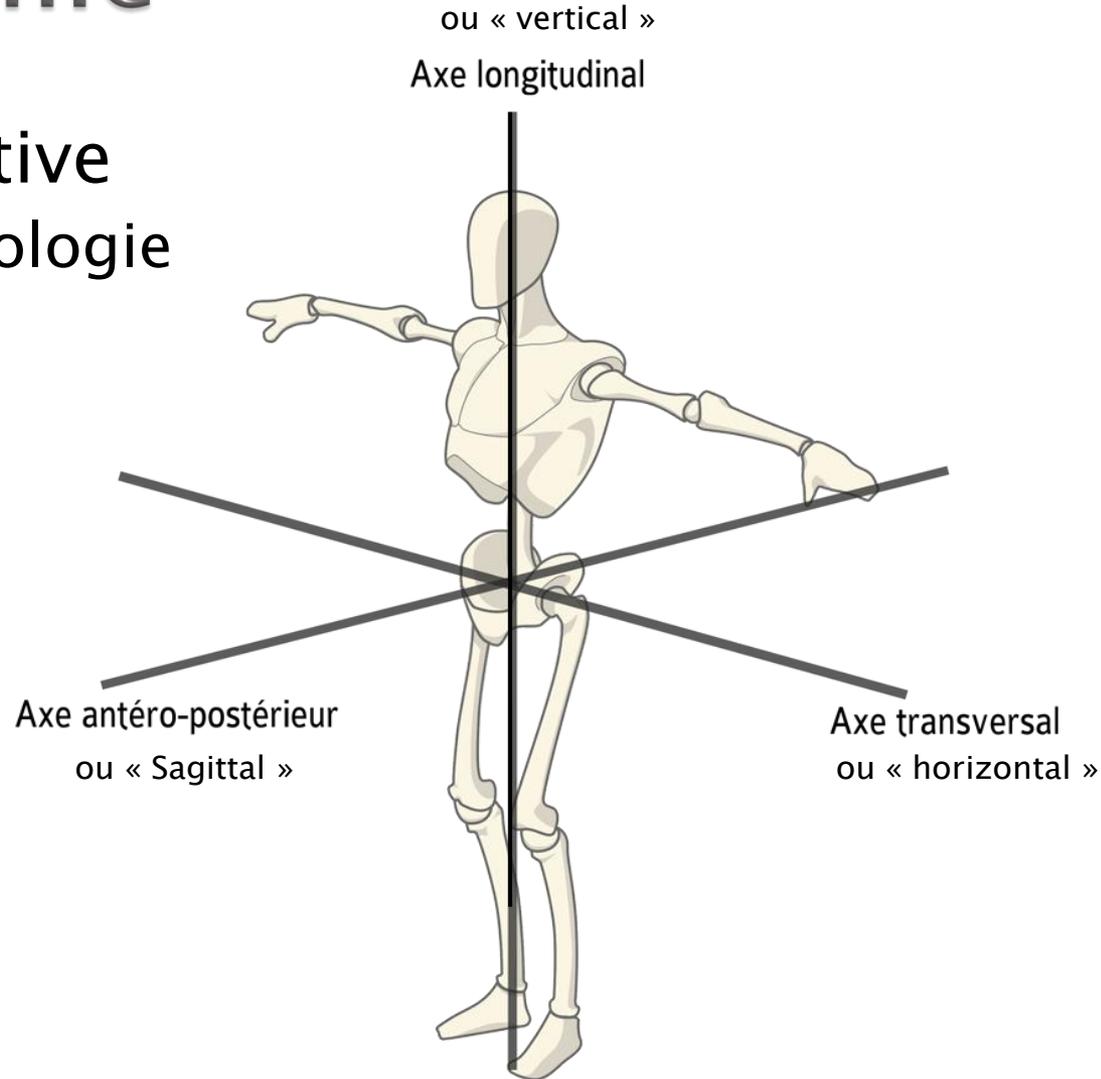
- ▶ **Atlas d'anatomie humaine** – Frank H. NETTER, MD, *éd. Masson*
- ▶ **Anatomie, Physiologie, Biomécanique en STAPS** – P. Delamarche, M. Dufour, F. Multon sous la direction de L. Perlemuter, *éd. Masson*
- ▶ **La Bible de la Préparation Physique** – D. Reiss et Dr P. Prévost, *éd. Amphora*

Anatomie

- ▶ Généralités
 - Terminologie
 - Organe
 - Os
 - Articulations
 - Muscles

Anatomie

- ▶ Descriptive
 - Terminologie

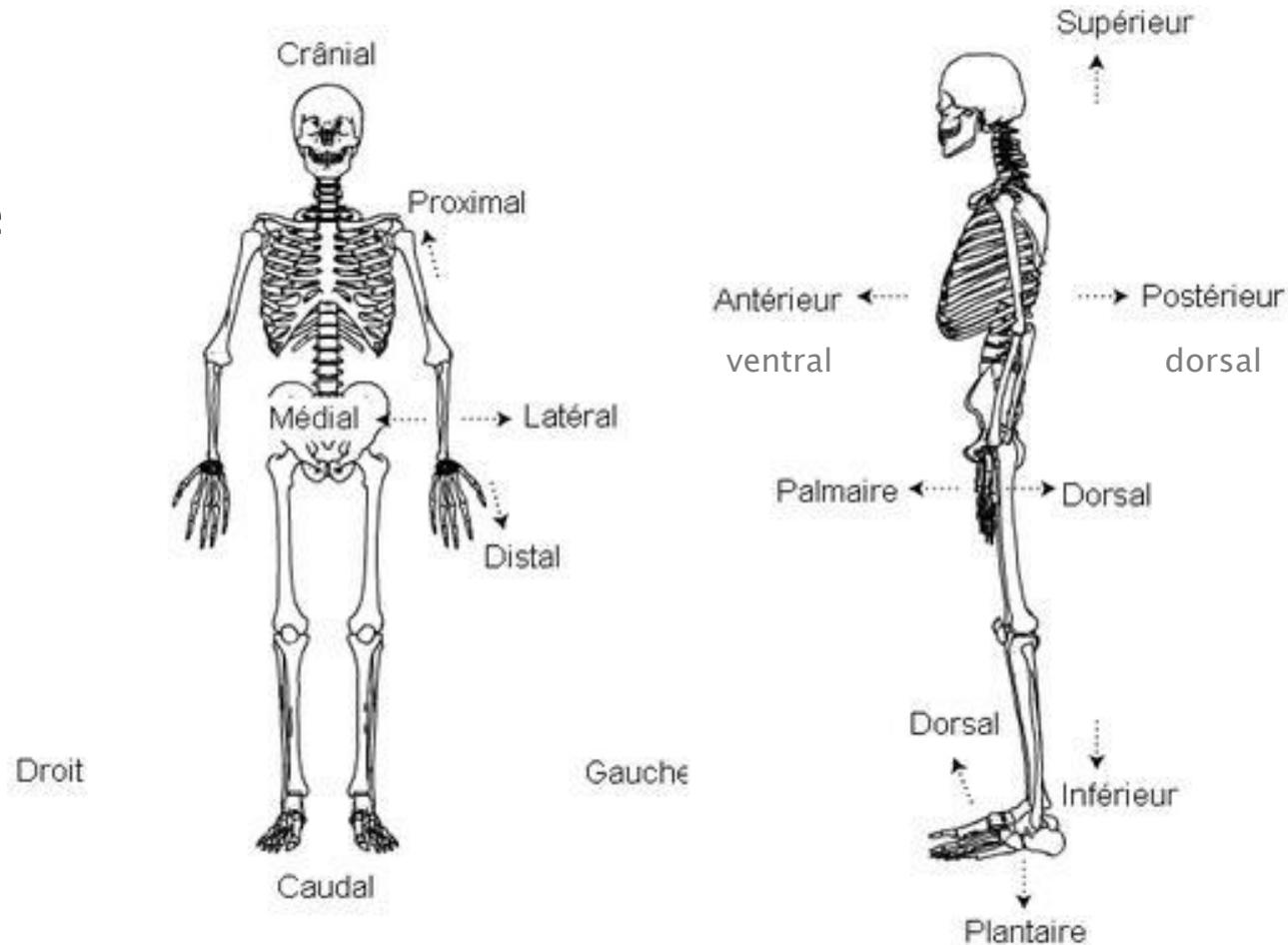


Réf. : *sci-sport.com*

Anatomie

- ▶ Descriptive
 - Terminologie

NB : position de référence « anatomique »



Réf. : imaios.com

Anatomie

- ▶ Descriptive
 - Terminologie
 - « cardio » : cœur
 - « myo » : muscle
 - « hépato » : foie
 - « phrénique » : diaphragme
 - « spléni » : « rate »
 - « opt » : œil

Réf. : www.cours-medecine.info

Anatomie – Descriptive

- ▶ Ostéologie
- ▶ Arthrologie
- ▶ Myologie
- ▶ Angiologie
Neurologie

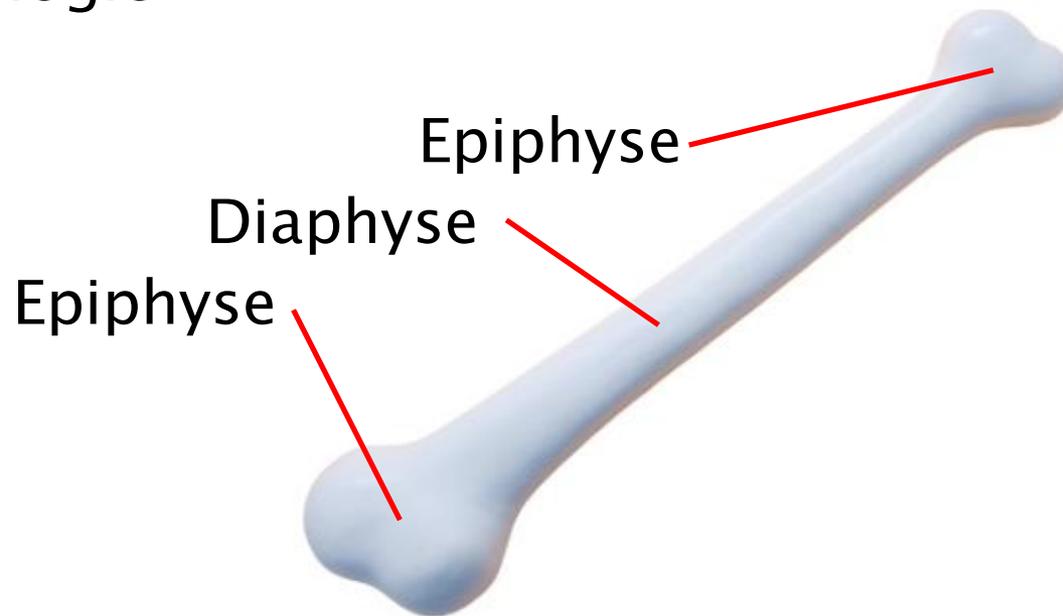


- ▶ Tête
- ▶ Tronc
- ▶ Membres Inférieurs
- ▶ Membres supérieurs

Réf. : entrainement-sportif.fr

Ostéologie

- ▶ Descriptive
 - Terminologie



Réf. : imaios.com

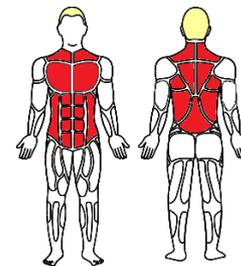


Ostéologie

- ▶ Tête



La Tête



ou le « crâne »

➤ Caractéristiques
- Ensemble d'os

- Mandibule (mobile)

- L'os hyoïde

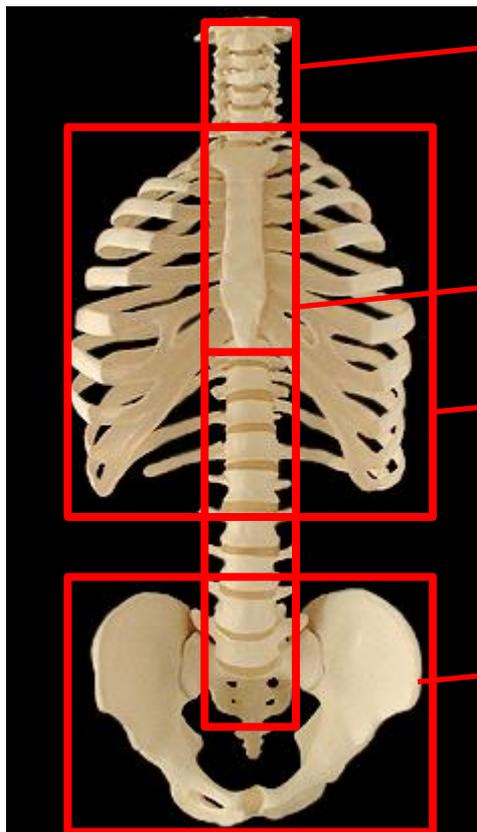
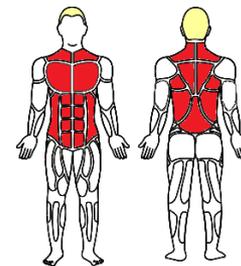


Ostéologie

- ▶ Tronc et tête



Le Tronc



Colonne vertébrales

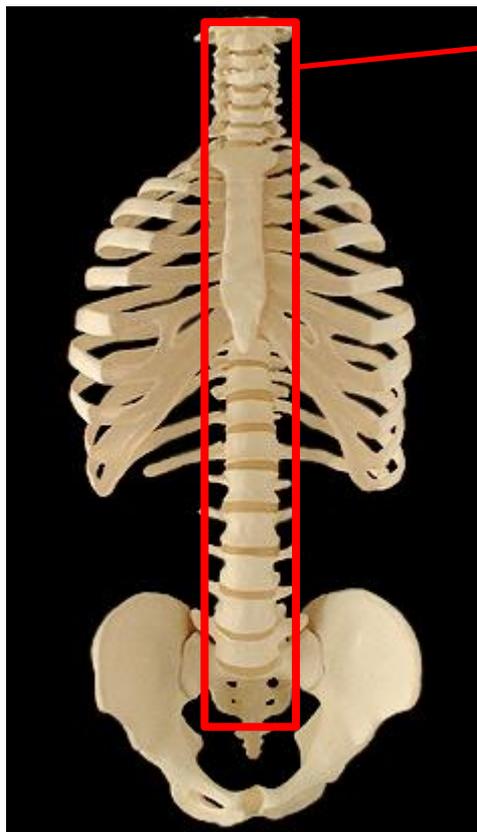
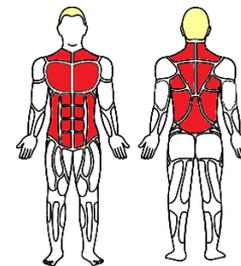
Sternum

Côtes

Cage thoracique

Bassin ou « pelvis »

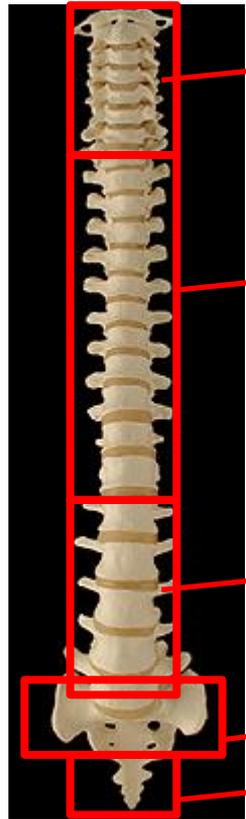
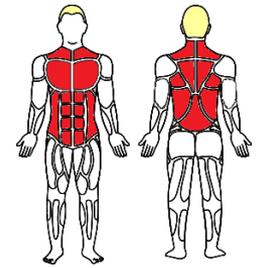
Le Tronc



Vertèbres



Le Tronc - Colonne vertébrale



Cervicales (7)

Thoracique (12)

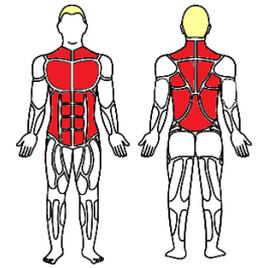
Lombaires (5)

Sacrales (5) (= Sacrum)

Coccygiennes (3 à 5) (= Coccyx)



Le Tronc - Colonne vertébrale



Cervicales (7)

- Caractéristiques communes
 - Corps vertébral aplati
 - Faces arrondies
 - Tubercule antérieur/postérieur (nerf spinal)

➤ Exceptions : Atlas / Axis / C7

Atlas

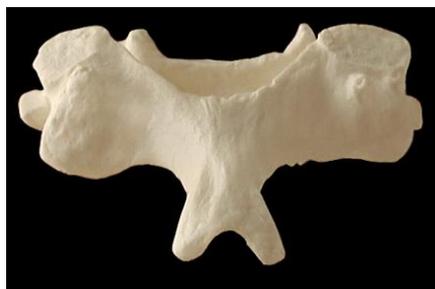
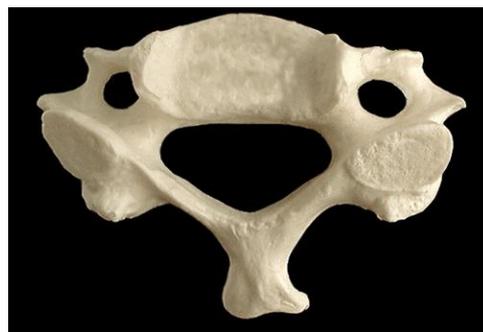
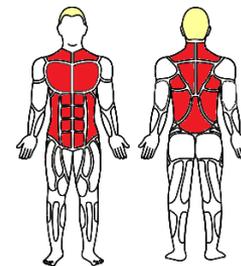


Axis

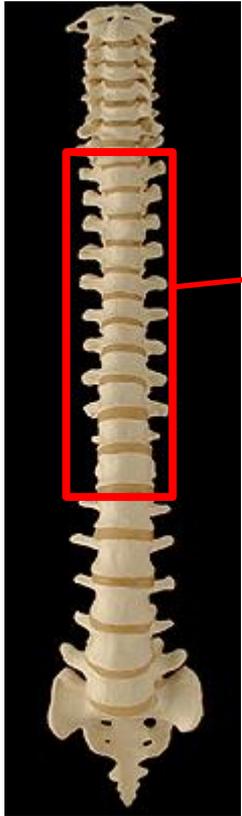
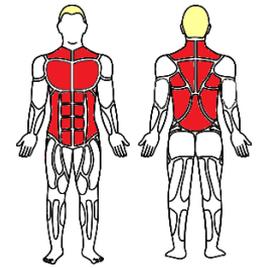




Le Tronc - Colonne vertébrale



Le Tronc - Colonne vertébrale

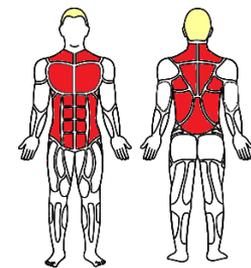


Thoracique (12)

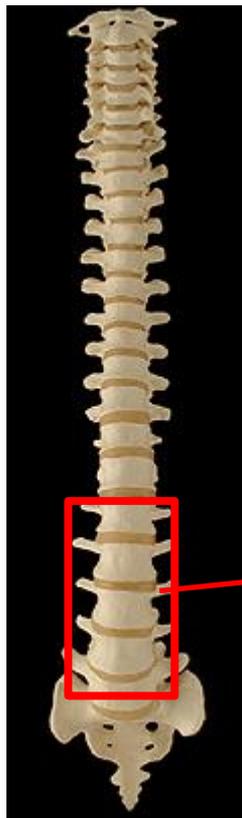
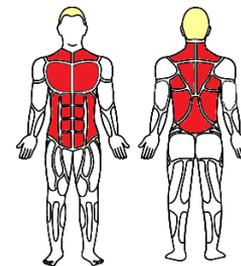
- Caractéristiques communes
 - Corps (prisme triangulaire)
 - Articuler avec les côtes
 - Processus épineux allongés



Le Tronc - Colonne vertébrale



Le Tronc - Colonne vertébrale

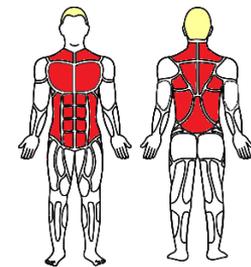


Lombaires (5)

- Caractéristiques communes
 - Corps elliptique

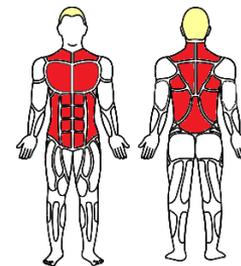


Le Tronc - Colonne vertébrale





Le Tronc - Colonne vertébrale

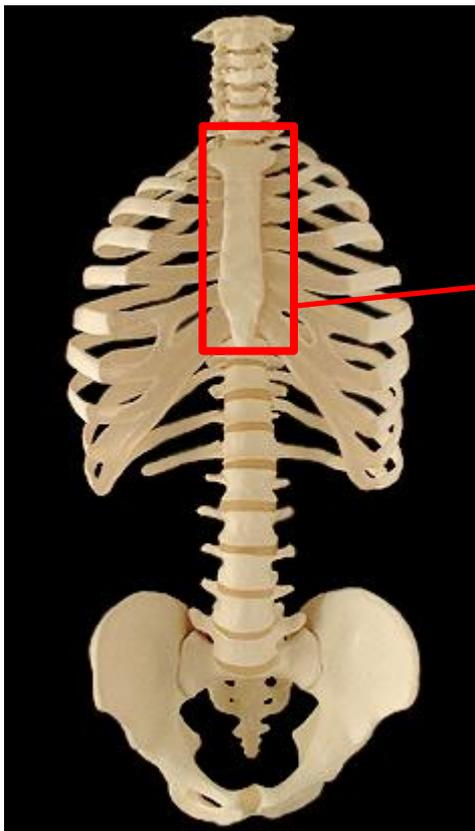
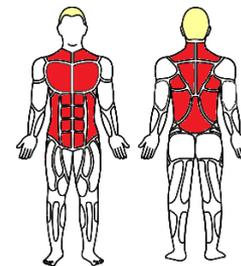


Sacrales (5) (= Sacrum)

Coccyx



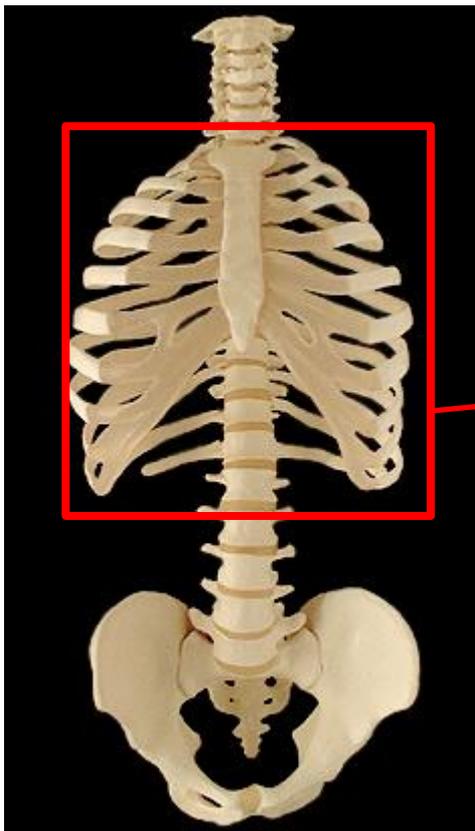
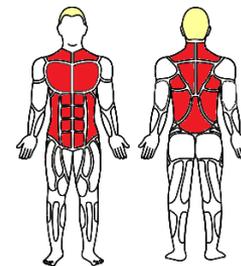
Le Tronc



Sternum

- Caractéristiques
- Plat, long

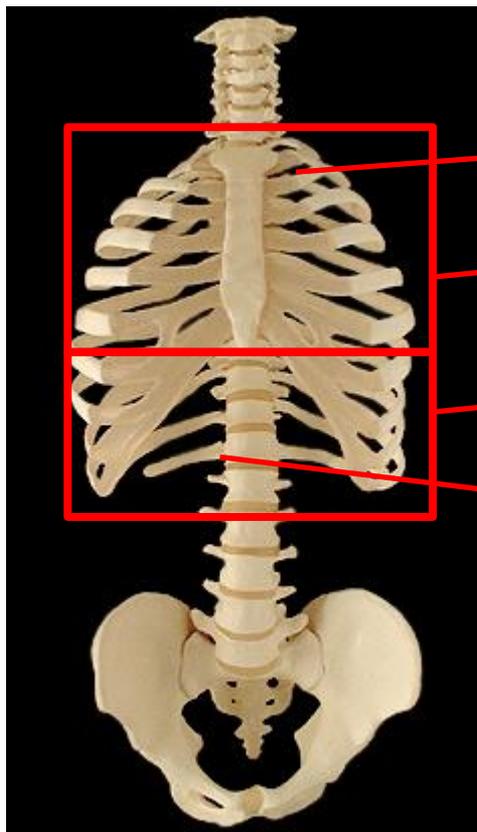
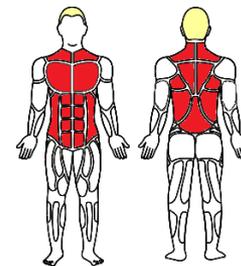
Le Tronc



Côtes

- Caractéristiques communes
 - 12 paires
 - Colonne vertébrale > sternum

Le Tronc



Exceptions (configuration)

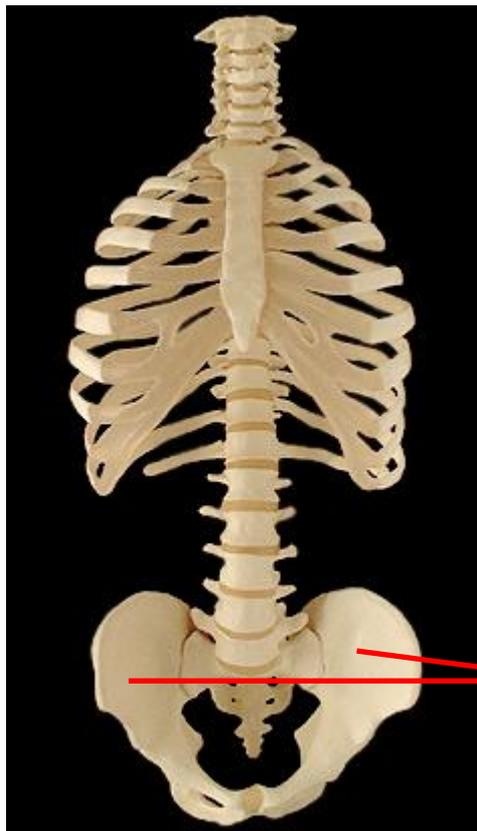
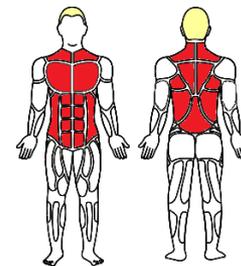
- Première paire
- Deuxième paire

« Vraies côtes » (7)

« Fausses côtes » (5)

Côtes flottantes

Le Tronc



Les coxaux

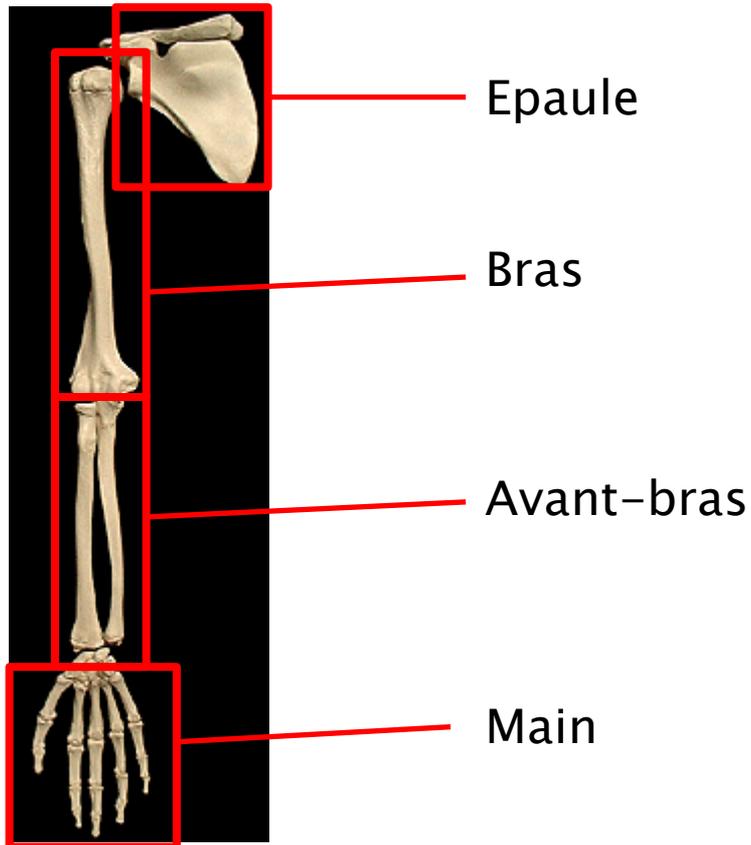
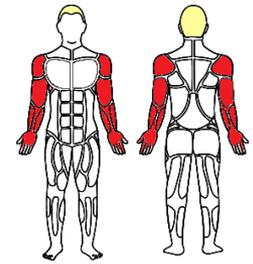


Ostéologie

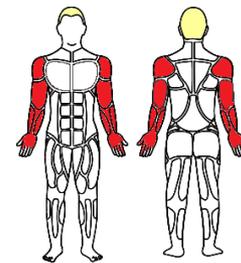
- ▶ Membres supérieurs



Les Membres supérieurs



Les Membres supérieurs



L'Épaule (ceinture scapulaire)

La clavicule



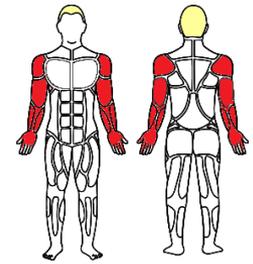
Omoplate ou « scapula »

➤ Caractéristiques

- Os plat
- Forme de « S »

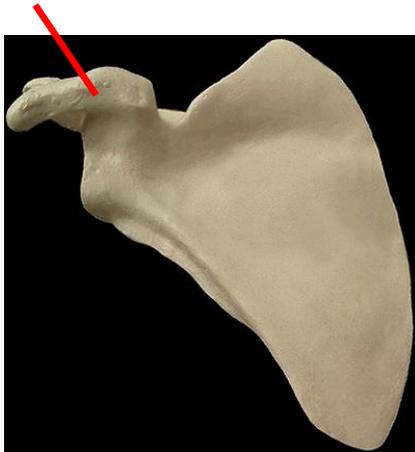


Les Membres supérieurs

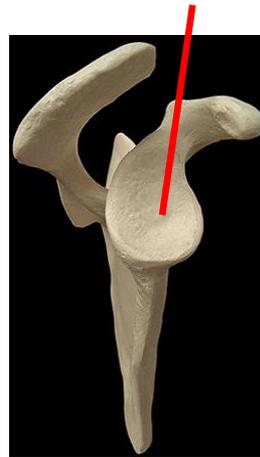


La scapula

Processus coracoïde



Cavité glénoïdale

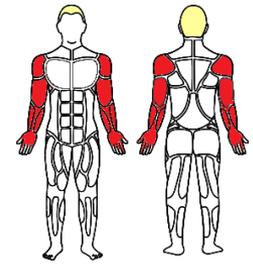


Acromion





Les Membres supérieurs

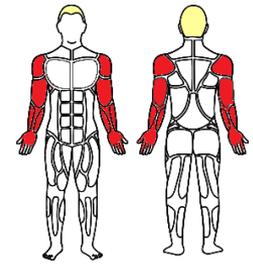


Le bras : l'humérus





Les Membres supérieurs



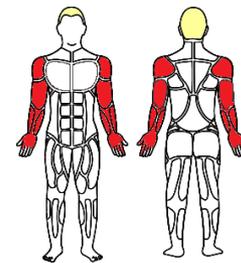
L'avant bras :

Le radius

L'ulna



Les Membres supérieurs



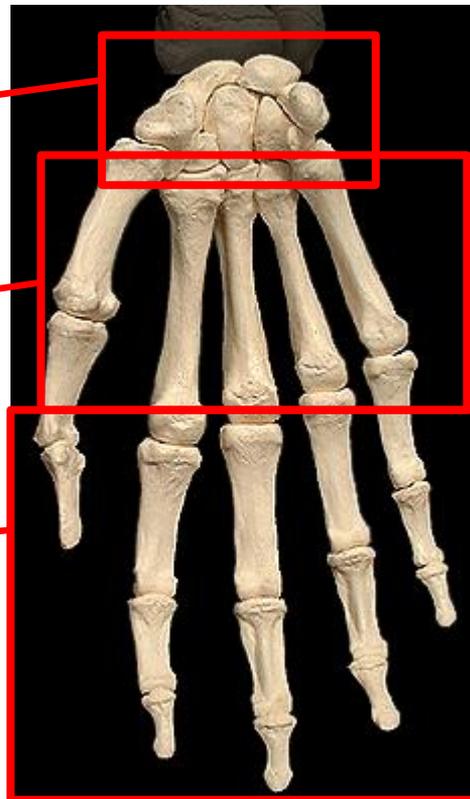
La main :

Le carpe

Le métacarpe

Les phalanges

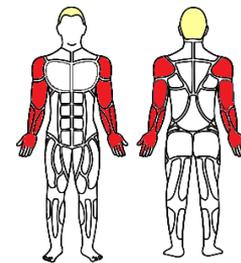
- proximales
- moyennes
- distales



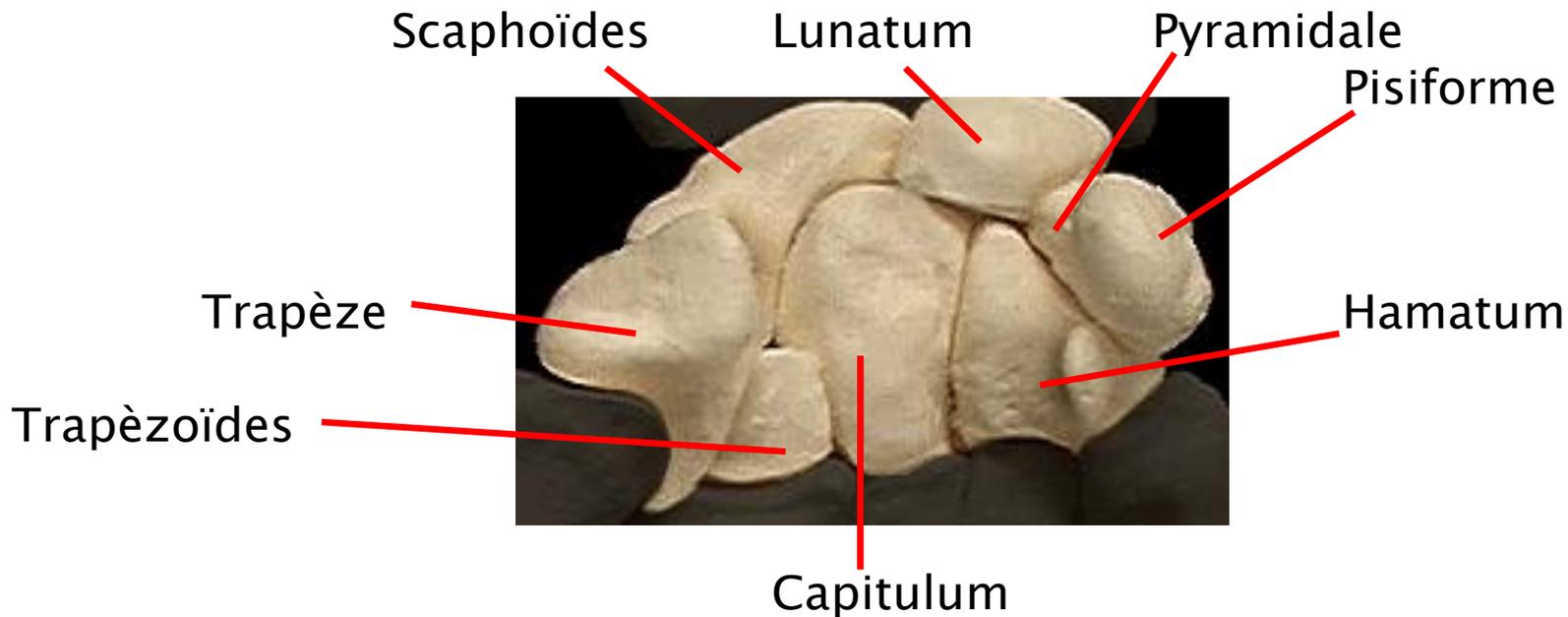
I II III IV V



Les Membres supérieurs



Le carpe



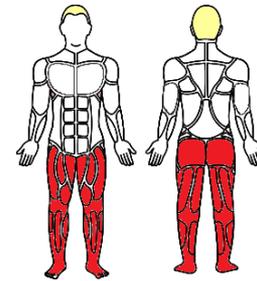


Ostéologie

- ▶ Membres inférieurs



Les Membres inférieurs



La hanche : « coxaux »

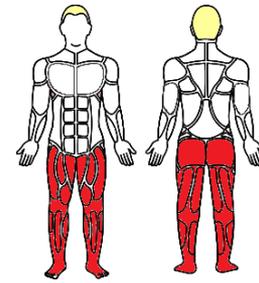
La cuisse : « fémoral »

La jambe : « crural »

Le pied : « pédieux »



Les Membres inférieurs



Os coxal



Fémur



Rotule ou « patella »

Fibula

Tibia

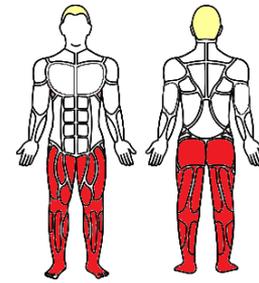


Le pied





Les Membres inférieurs



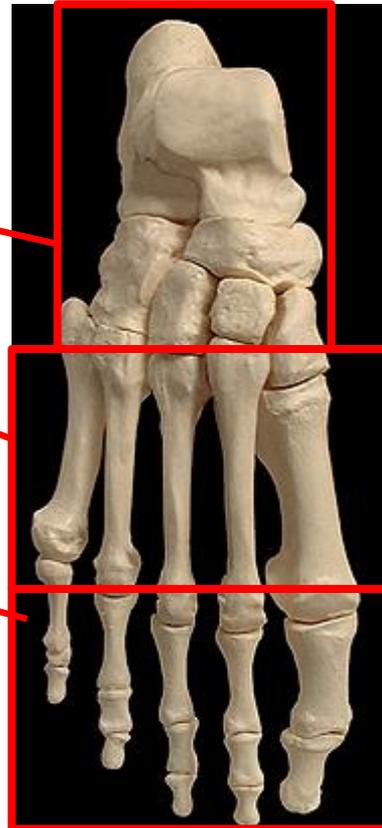
Le pied :

Le tarse

Le métatarse

Les phalanges

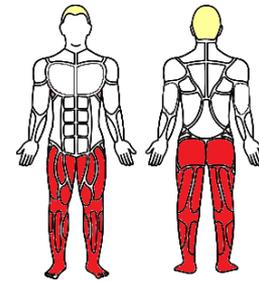
- proximales
- moyennes
- distales



V IV III II I



Les Membres inférieurs



Le pied

Le talus ou astragale

Le calcanéus

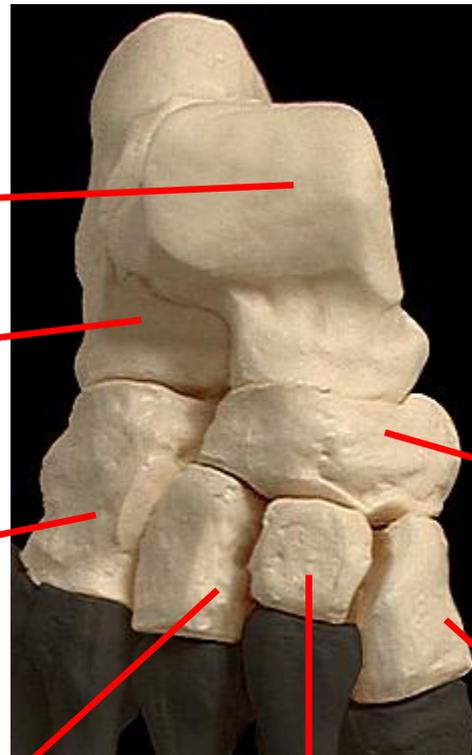
Le cuboïdes

Les 3 cunéiformes :

latéral

intermédiaire

médiale



Le naviculaire