

Échantillon pour consultation

EPT-6156

Dans les faits Le squelette et ses os

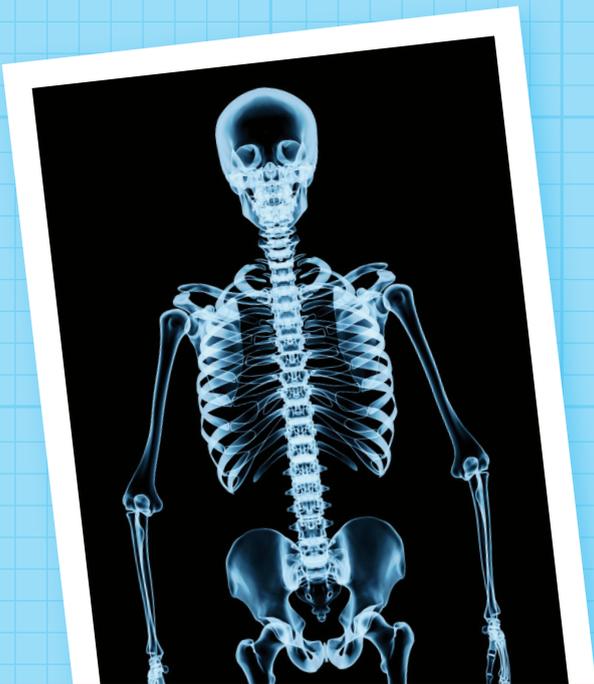
Autorisation restreinte de reproduction © Les Éditions Passe-Temps





Le squelette et ses OS

Dr Ranj Singh



Les Éditions Passe-Temps

Dans les
FAITS

Niveau 4

29

Table des matières

Qu'est-ce qu'un squelette?	4
De quoi sont faits les os?	6
Le crâne	8
La cage thoracique	10
La colonne vertébrale	12
Les bras et les jambes	14
Les articulations	16
Les muscles	18
Prends soin de tes os	20
Glossaire	22

De quoi sont faits les os ?

Chacun de tes os a son propre nom – autant le gros os de ta jambe que le petit dans ton oreille!

La majorité de tes os sont faits de la même façon. Au départ, ils sont un tissu, une substance un peu molle qu'on appelle cartilage.

Ce cartilage devient ensuite des os. Ton corps se sert du calcium pour faire durcir le cartilage.



Infos!

Le squelette des requins est tout en cartilage plutôt qu'en os. C'est ce qui rend le requin souple et plus léger.



Peux-tu trouver
à qui appartiennent
ces crânes ?

- souris
- cheval
- lion
- éléphant
- rhinocéros



Dans ton crâne se trouvent les plus petits os de ton corps.
Un des trois osselets dans ton oreille s'appelle l'étrier.
Il a environ la taille d'une fourmi!



1. lion 2. éléphant 3. rhinocéros 4. souris 5. cheval

Réponses

Prends soin de tes os

Afin de garder
tes os en santé,
tu as besoin des
éléments suivants :

2 Vitamine D

La vitamine D se trouve
dans des aliments comme
les œufs, le poisson et les
céréales. Le soleil nous
en procure aussi!

1 Calcium

Le calcium se trouve
dans des aliments comme
le yogourt, le fromage,
le lait, les noix, le chou
et le tofu.



3 Exercice

L'exercice renforce
tes os et te garde
en santé!

