

Sommaire

4 grandes découvertes de la médecine	p. 4
Plongée à l'intérieur du corps humain	p. 6

Bouger

Le squelette	p. 10
De quoi se compose un os ?	p. 11
Le crâne	p. 12
La colonne vertébrale	p. 13
Les articulations	p. 14
Les muscles	p. 15
La croissance	p. 16
Les hormones	p. 17
Les pieds	p. 18
La main	p. 19

Respirer

Les poumons	p. 20
Le cœur	p. 21
La circulation du sang	p. 22
Le sang	p. 23
Les groupes sanguins	p. 24
Le pipi	p. 25

Ressentir et réagir

Les yeux	p. 26
Les oreilles	p. 27
Le nez	p. 28
La langue	p. 29
La peau	p. 30
Le cerveau	p. 31
Les nerfs	p. 32
La voix	p. 33
Le bâillement, c'est quoi ?	p. 34
Le sommeil	p. 35

Se nourrir

Les 7 groupes d'aliments	p. 36
Une alimentation bien répartie dans la journée ..	p. 37

La digestion des aliments	p. 38
Les dents	p. 39
L'estomac	p. 40
Le foie	p. 41
Les intestins	p. 42

Se protéger

Comment ton corps se protège-t-il des microbes ?	p. 43
Les microbes et les vaccins	p. 44
Les maladies qui touchent les enfants	p. 45
Des maladies graves	p. 46
Les médicaments	p. 47
Des cellules à l'ADN	p. 48
Pourquoi vieillissons-nous ?	p. 49

Se reproduire

Comment fait-on un bébé ?	p. 50
La puberté	p. 51
La grossesse	p. 52
L'accouchement	p. 53

Les bandes dessinées de Scoupe et Tourbillon	p. 55
---	-------



Mon cahier
de jeux

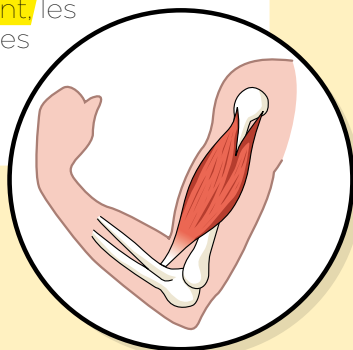
Pages 58 à 65

Les muscles

Notre corps possède plus de 600 muscles.

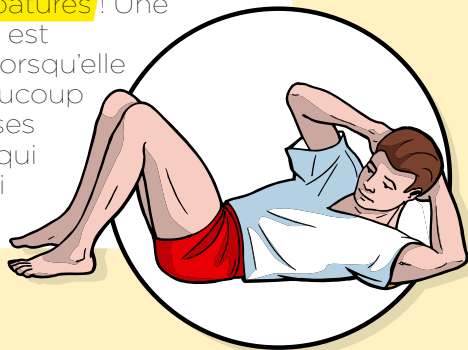
Le mouvement

Certains muscles, appelés squelettiques, sont attachés aux os. Nous les « commandons » volontairement avec des ordres donnés par le cerveau. Quand ils **se contractent**, les muscles tirent les os et cela déclenche le mouvement.



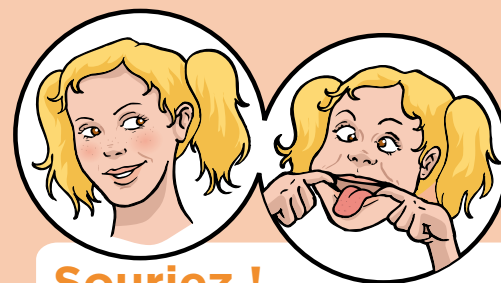
Ça chauffe !

Pour fonctionner, les muscles utilisent du **glucose** et de l'oxygène, apportés par le sang. En travaillant, ils chauffent. Et ils rejettent une substance qui provoque des **courbatures** ! Une personne est musclée lorsqu'elle a fait beaucoup travailler ses muscles, qui ont grossi et durci.



Les os

Les muscles

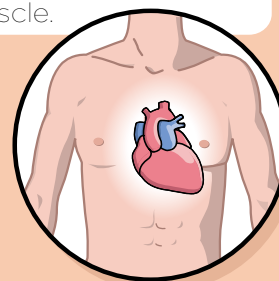


Souriez !

15 muscles entrent en action, sous la peau de notre visage et de notre cou, dès qu'on sourit, qu'on rit ou qu'on fait des grimaces !

Le cœur

C'est un muscle qui fonctionne sans cesse. Quand on pose l'oreille sur la poitrine de quelqu'un, les battements qu'on entend sont les contractions de ce muscle.



Les muscles lisses

Ils sont une autre sorte de muscles. On ne les contrôle pas directement. Par exemple, les muscles de l'estomac jouent un rôle dans la digestion des aliments.

Dico

Se contracter : se raidir, se tendre.
Glucose : sucre dans les aliments

naturellement sucrés. effort ou quand on est malade
Courbature : douleur que l'on sent dans un muscle après un

La question de Scoupe

Comment s'appellent les muscles du ventre ?

Les abdominaux.

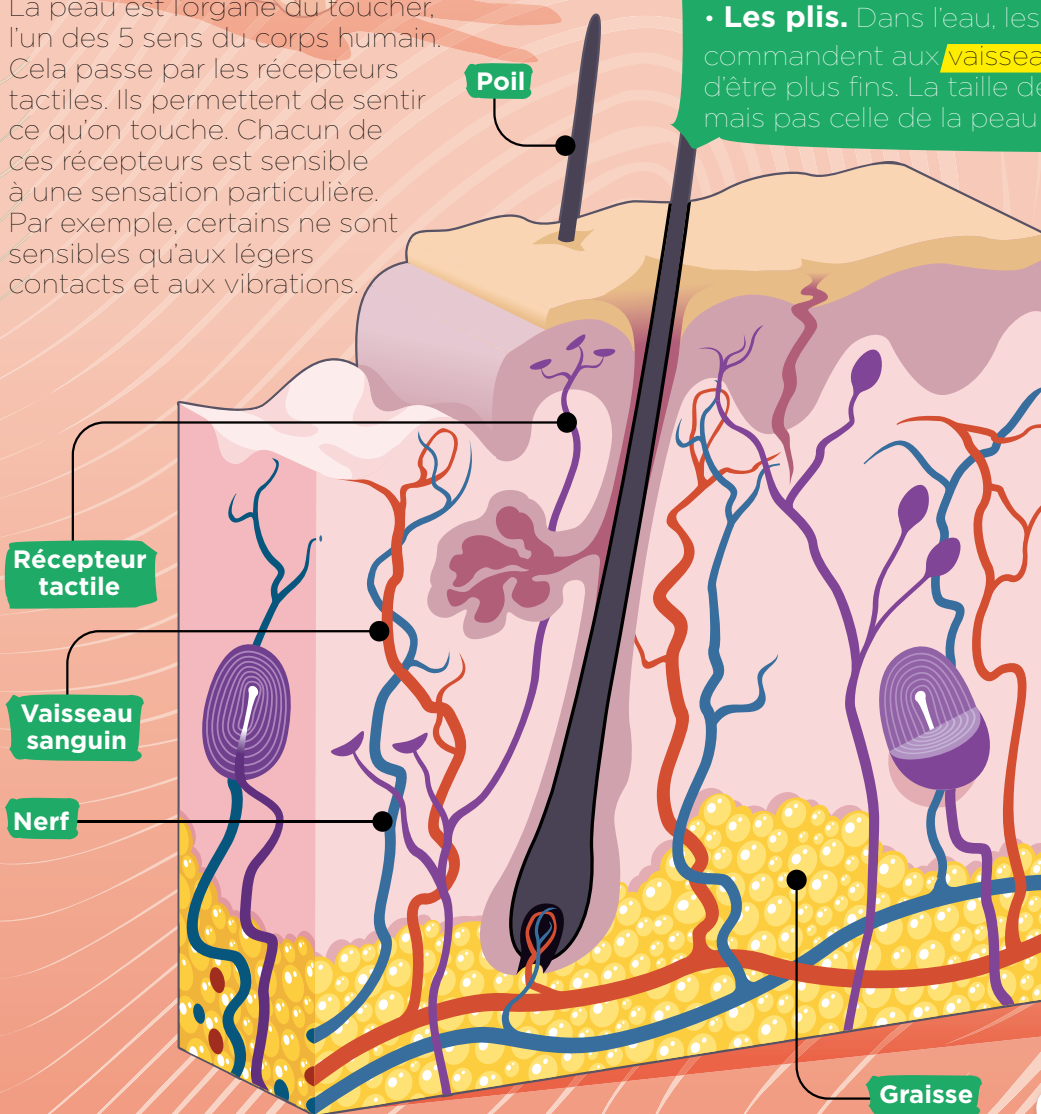


Bouger

La peau

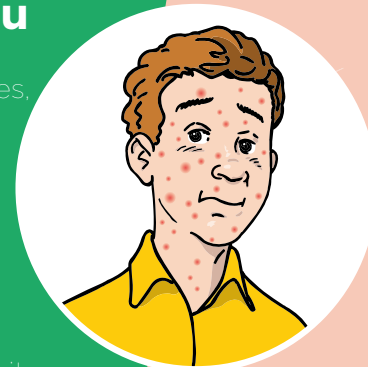
Le toucher

La peau est l'organe du toucher, l'un des 5 sens du corps humain. Cela passe par les récepteurs tactiles. Ils permettent de sentir ce qu'on touche. Chacun de ces récepteurs est sensible à une sensation particulière. Par exemple, certains ne sont sensibles qu'aux légers contacts et aux vibrations.



Des réactions de la peau

- **Les boutons.** Quand elle est attaquée par des **virus** des **microbes** ou des allergies, la peau réagit en faisant des boutons, des verrues, des boutons de fièvre...
- **La chair de poule.** Quand on a froid ou peur, un muscle près du poil durcit et le redresse.
- **Les plis.** Dans l'eau, les **nerfs** commandent aux **vaisseaux sanguins** d'être plus fins. La taille des doigts se réduit, mais pas celle de la peau : donc elle plisse.



3 couches

L'épiderme

Il protège la peau. Il y a des petits trous pour évacuer la sueur quand on a trop chaud. Ce sont les pores.

Le derme

C'est la couche interne. Il est plus épais que l'épiderme. Il contient les nerfs, les récepteurs tactiles et les vaisseaux sanguins.

L'hypoderme

Cette couche de graisse permet de conserver la température du corps à 37 °C.

La question de Tourbillon

Que signifie le C dans « 37 °C » ?

Celsius.



Dico

Virus / microbe : très petit être vivant qui peut transmettre des maladies.

Nerf : petit filament reliant chaque partie du corps au cerveau.

Vaisseau sanguin : petit tuyau dans lequel circule le sang.