

Les vidéos sont réservées pour les stagiaires de l'organisme de formation ProSportConcept.

Siège social:

*9 avenue terreblanque
40230 Saint Vincent de Tyrosse*

*N°SIRET 819 760 117
N° OF 75 40 01224 40
06 73 49 88 90*

Vidéo A - 11



Le genoux

Christophe DAMIEN

L'articulation du genoux

Trois os en présence:

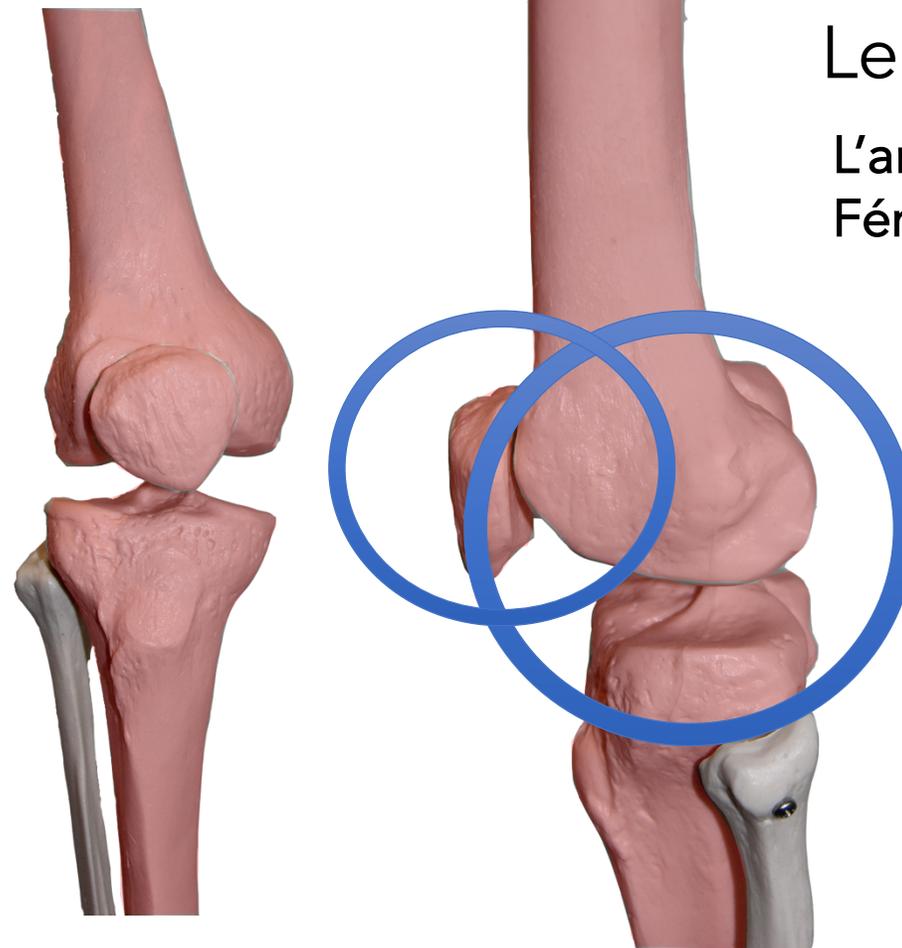
Le fémur

La patella (rotule)

Le tibia

L'articulation
Fémoro-tibiale

L'articulation
Fémoro-patellaire



*L'articulation du genou,
vue de face*

*L'articulation du
genou, vue de profil*

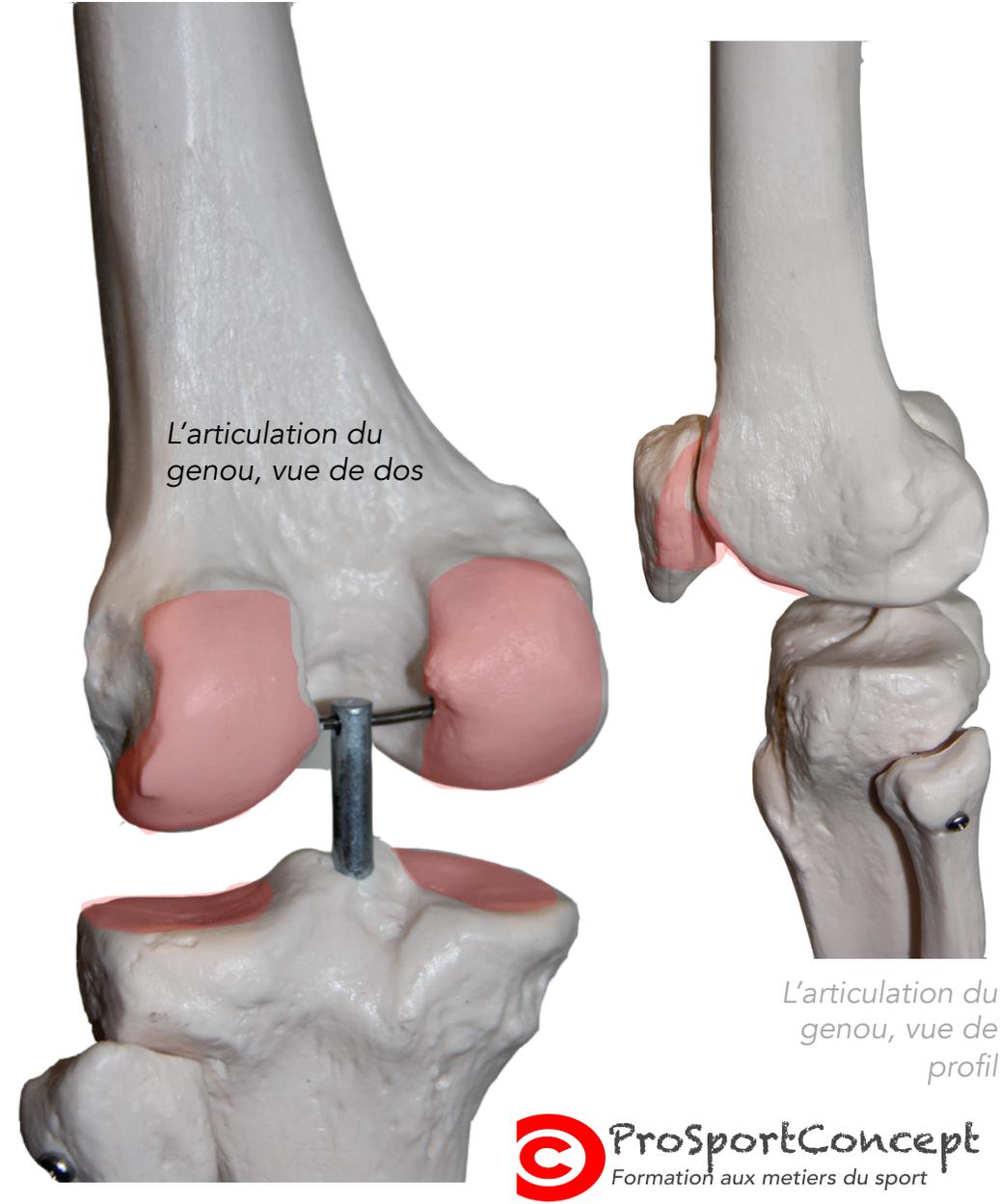


L'articulation
Fémoro-rotulienne



En savoir plus.... Vidéo pathologie du genou

Surfaces articulaires



Condyles fémoraux (parties arrondies de la rotule)
Surface articulaire de la patella
(rotule)

Attention ne rentre pas en contact



 ProSportConcept
Formation aux métiers du sport



La fibula (péroné)

Les ménisques

Leurs rôles est d'augmenter la surface d'appui afin de mieux répartir les charges, améliore la stabilité de l'articulation.

Ils sont rattachés par des ligaments (ligaments ménisco-rotuliens) et des tendons (semi-membraneux et poplité). Ils conservent alors une mobilité lors des mouvements de flexion/extension et de rotation.

Ménisque externe

L'articulation du genou, vue de dos

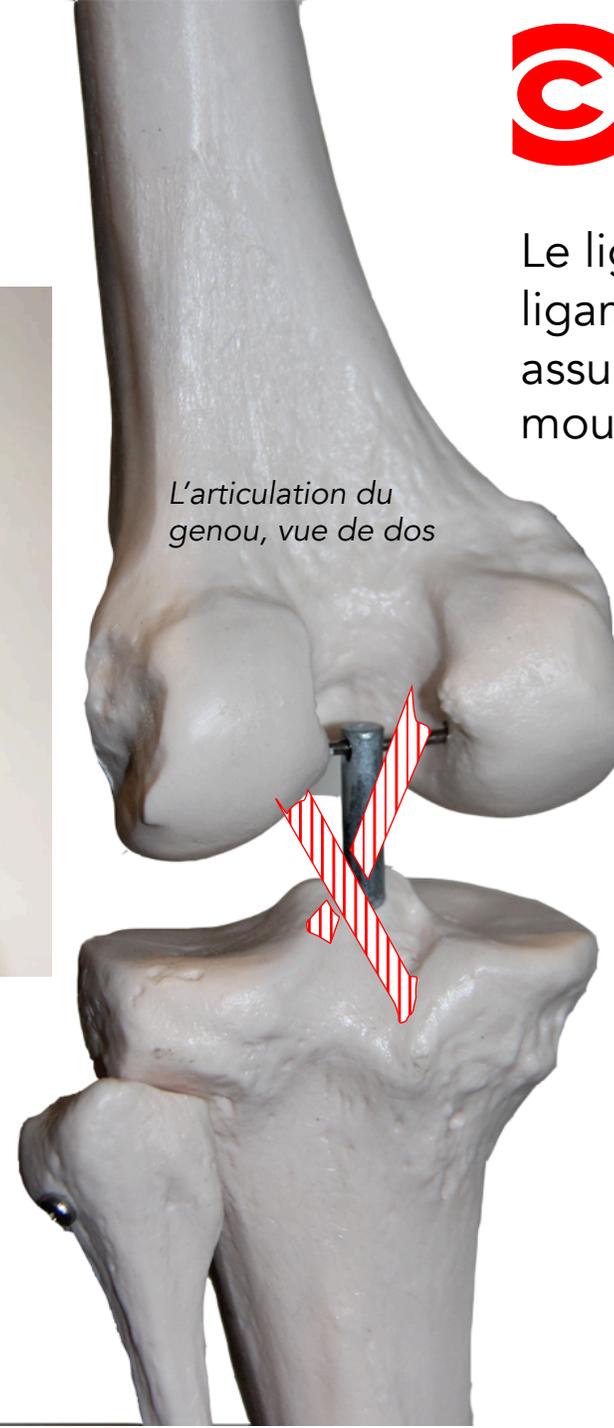
Ménisque interne

Les ligaments

Le ligament **croisé antérieur** et le ligament **croisé postérieur** assurent un rôle de frein dans les mouvements antéro – postérieur.



Les ligaments latéraux assurent un rôle de maintien dans les mouvements adduction et abduction du genou

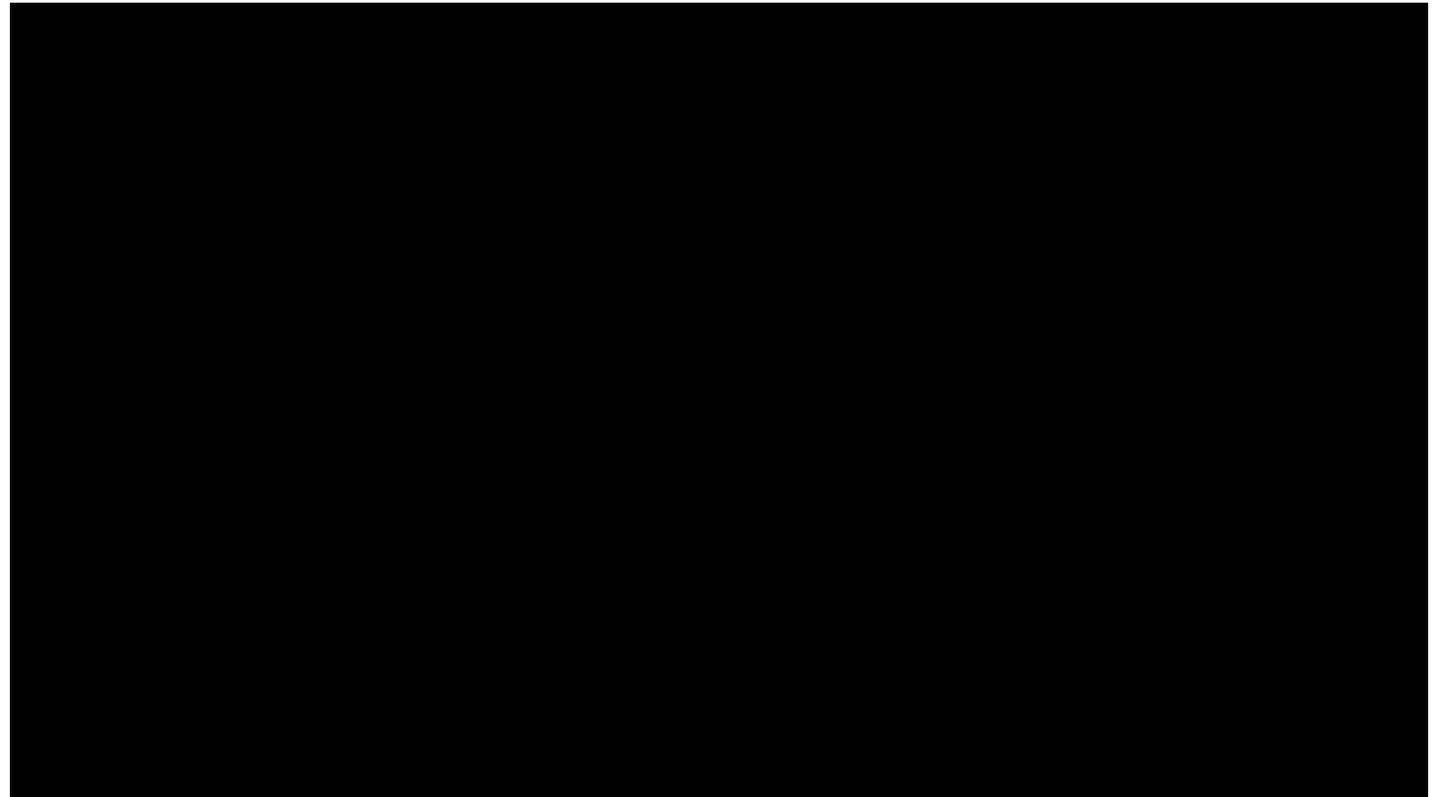
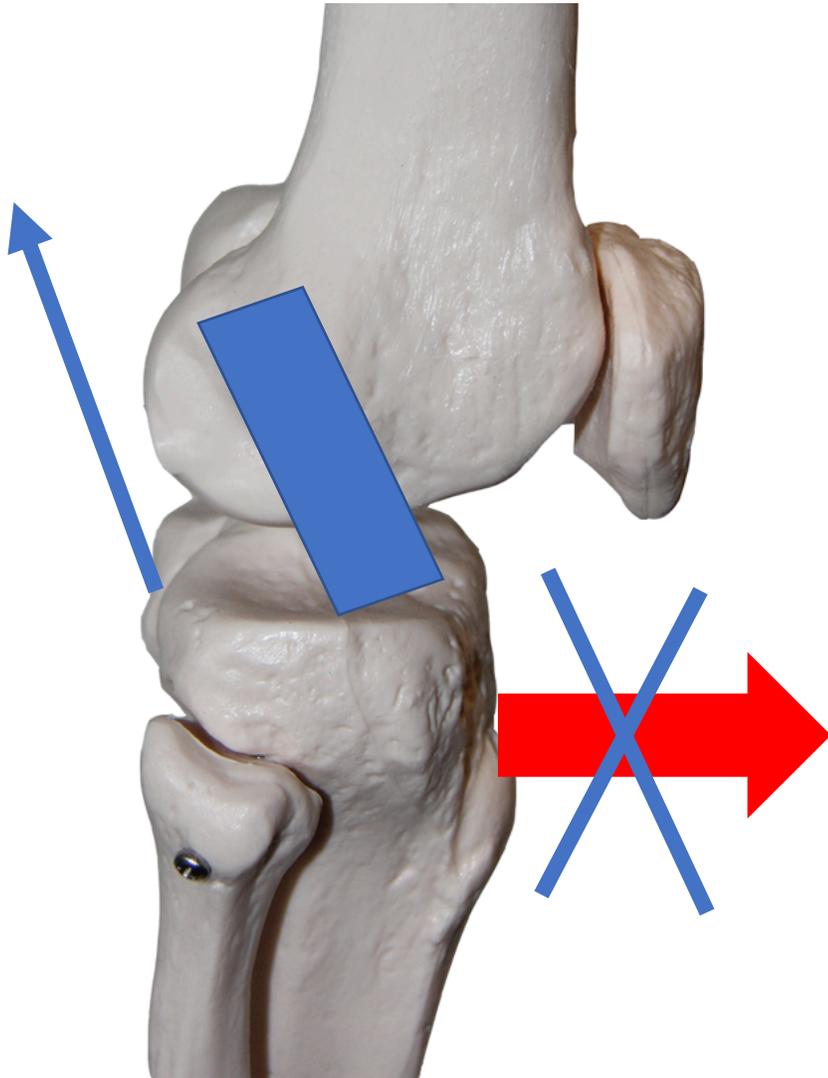


L'articulation du genou, vue de dos

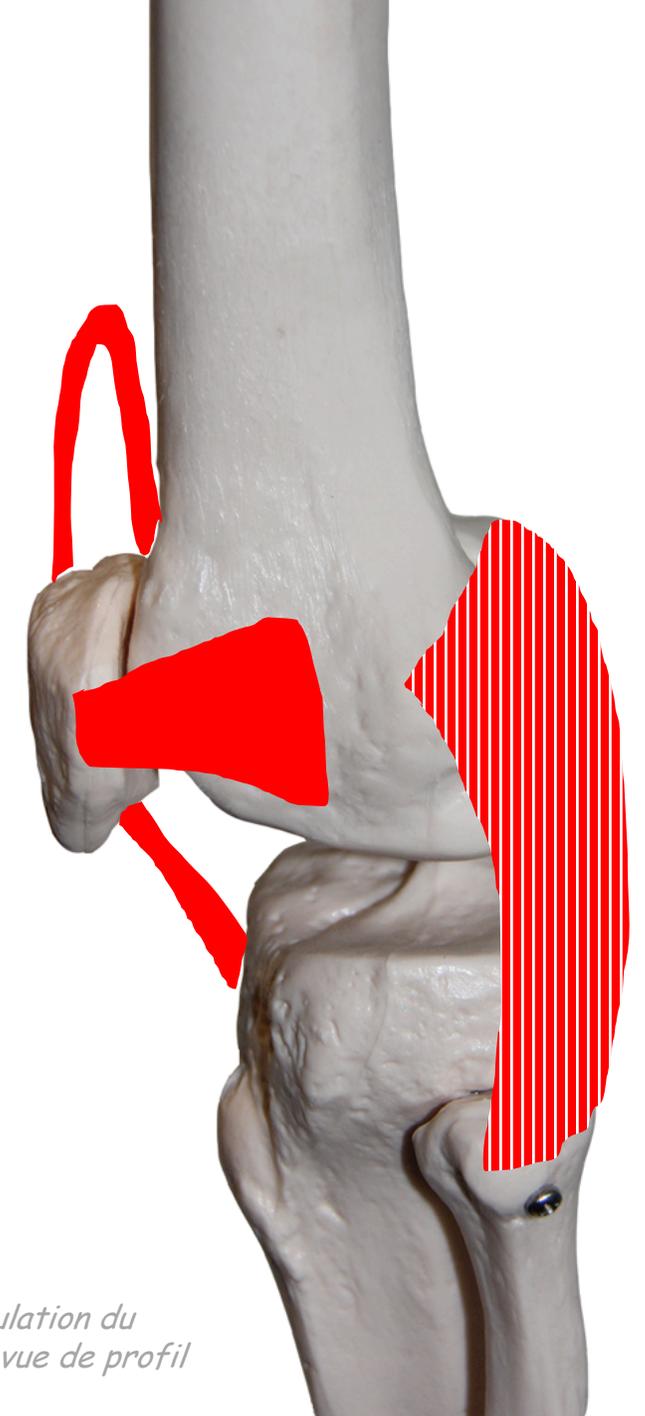


L'articulation du genou, vue de profil

Le ligament croisé antérieur



La capsule / synoviale (synovie)



*L'articulation du
genou, vue de profil*

L'ischio jambier: Demi tendineux

Semi-tendineux

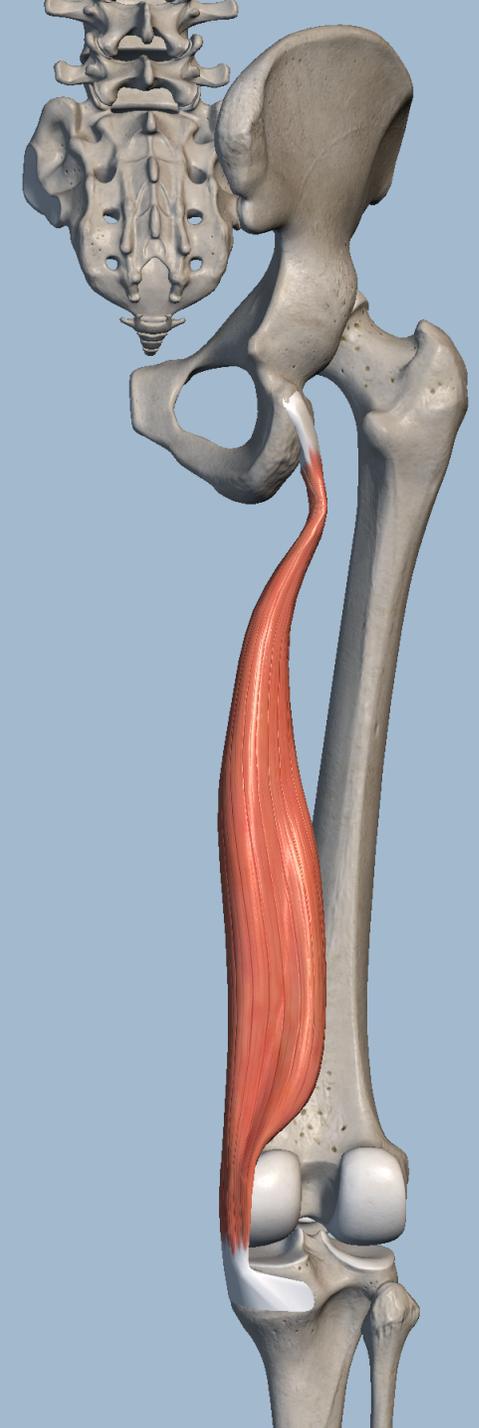
Origine: il s'attache sur l'ischion

ILIAQUE

Terminaison: patte d'oie
Face interne de la tête du tibia **TIBIA**

Action: fléchisseur de la jambe sur la cuisse rétroversion du bassin, extenseur de la hanche (quand la flexion de hanche est importante) et rotation externe





L'ischio jambier: Demi membraneux *semi-membraneux*

Action: fléchisseur de la jambe sur la cuisse rétroversion du bassin, extenseur de la hanche (quand la flexion de hanche est importante) et rotation interne

Origine: il s'attache sur l'ischion

ILIAQUE

Terminaison:

Plateau tibial

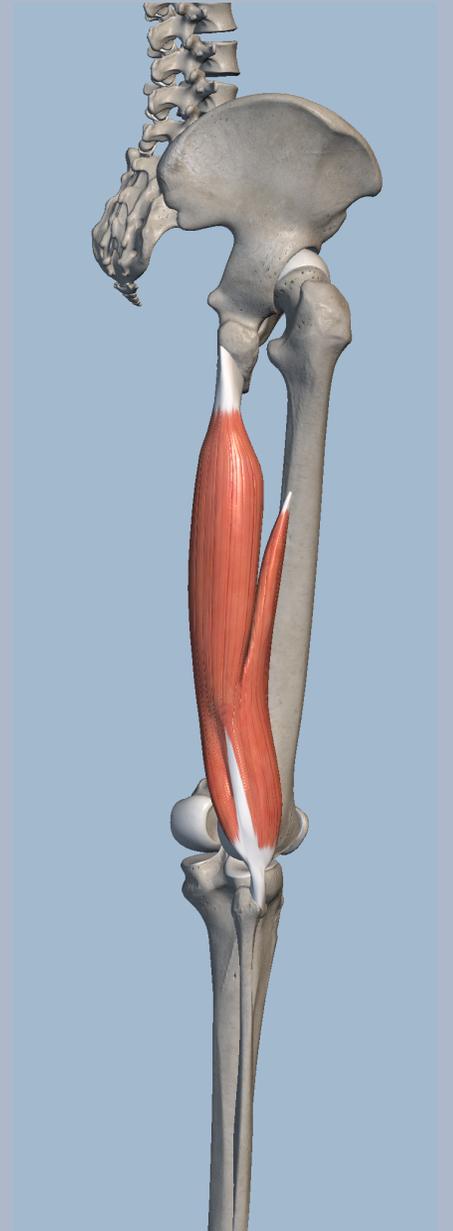
TIBIA

L'ischio jambier: *biceps crural* **Biceps** **fémoral**

Action: fléchisseur de la jambe sur la cuisse rétroversion du bassin, extenseur de la hanche (quand la flexion de hanche est importante) et rotation interne

Origine: il s'attache sur l'ischion **ILIAQUE**

Terminaison: tendon commun sur la tête du péroné **PERONE**



Droit antérieur

(Droit fémoral)

Origine: épine iliaque
antéro-inférieure **ILIAQUE**

Terminaison: Tubérosité
tibiale (Tendon rotulien)
TIBIA

Action:

- Flexion de hanche
- Extension du genou
- Antéversion du bassin





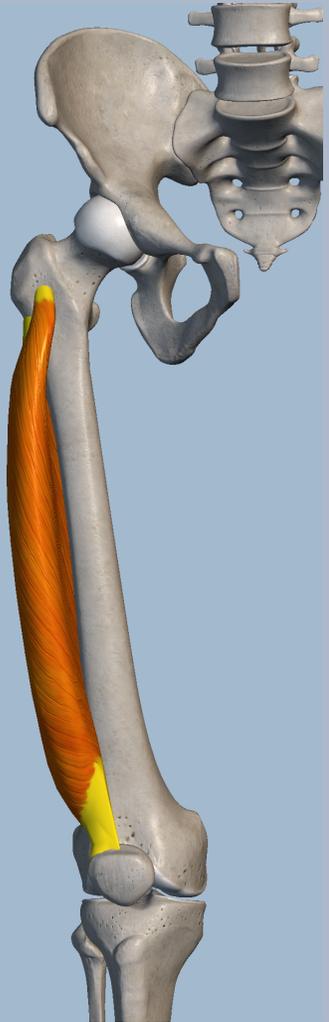
Vaste intermédiaire (*crural*)

Origine: les deux tiers supérieurs de la face antérieure du **FEMUR**

Terminaison: Tubérosité tibiale (Tendon rotulien)
TIBIA

Action: l'extension de la jambe sur la cuisse

Quadriceps crural: Vastes interne/**vaste médial** et externe / **vaste latéral**

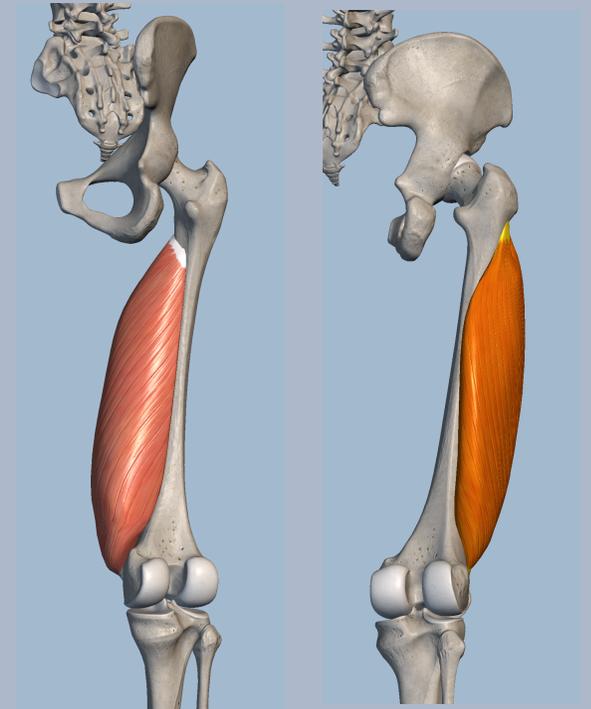
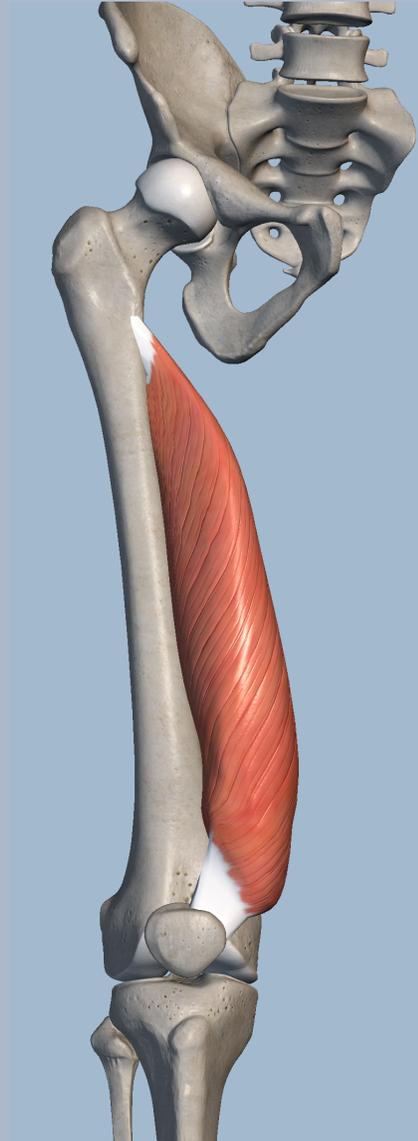


Origine: Face interne du fémur pour le vaste interne et face externe du fémur pour le vaste externe.

FEMUR

Terminaison: Tendon rotulien **TIBIA**

Action: l'extension de la jambe sur la cuisse



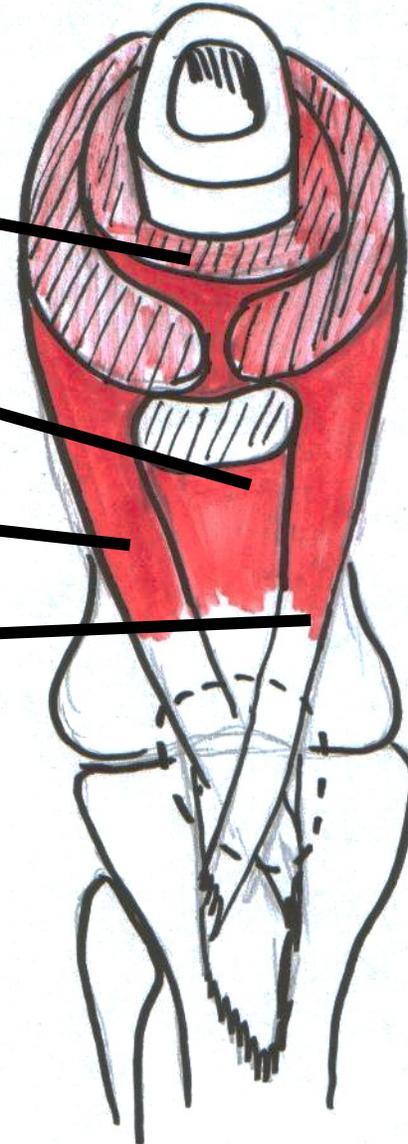
Quadriceps crural: Coupe

Vaste intermédiaire / **Crural**

Droit antérieur / **droit fémoral**

Vaste externe / **vaste latéral**

Vaste interne / **Vaste médial**



Le triceps sural: Les jumeaux

Origine: Les jumeaux
s'attachent sur les condyles
fémoraux **FEMUR**

Jumeaux interne
Gastrocnémien chef médial
Jumeaux externe
Gastrocnémien chef latéral

Action: Extension
du pied sur la
jambe

Terminaison: tendon
d'Achille **CALCANEUM**

