



## Programme d'anatomie-physiologie

### Module 1 : système ostéoarticulaire 3h

Squelette. Forme et fonction des os.

Membres supérieurs et inférieurs. Colonne vertébrale. Thorax. Bassin. Crâne.

Mouvements articulaires. Constitution et fonction des articulations.

Les principes de la biomécanique en relation avec les mouvements.

### Module 2 : système musculaire 3h

Types de contraction. Muscles agonistes et antagonistes. Tonus musculaire.

Muscle squelettique. Muscle cardiaque. Muscle lisse.

Origine et terminaison des muscles des membres inférieurs.

Musculature du dos.

Actions musculaires. Postures.

### Module 3 : système digestif 3h

Organes qui composent le système digestif. Situation et fonctions. Palpation. Postures influençant ce système.

Système circulatoire. Cœur. Vaisseaux sanguins. Circulation veineuse. Circulation artérielle.

Musculature du cou, du thorax et de l'abdomen

#### Module 4 : système nerveux / révisions 3h

Organes qui composent le système respiratoire. Effets des différents types de respirations yogiques. Volumes et capacités pulmonaires. Contrôle de la respiration. Muscles de la respiration.

Système nerveux. Plexus. Trajet des nerfs et fonctions. Système sympathique et parasympathique.

Origine et terminaison des muscles des membres supérieurs

#### Module 5 : système respiratoire et cardio-vasculaire / évaluation 3h