



LES MUSCLES DES JAMBES





LES QUADRICEPS



**VASTE MÉDIAL
ET LATÉRAL**



**VASTE
INTERMÉDIAIRE**

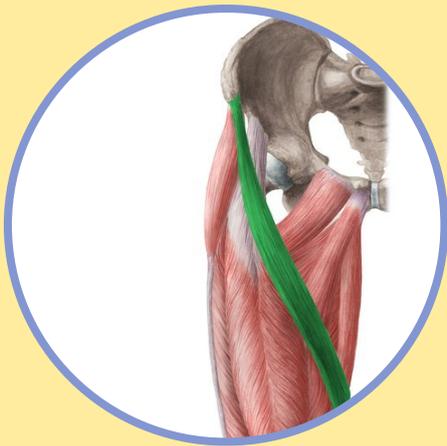


DROIT FÉMORAL

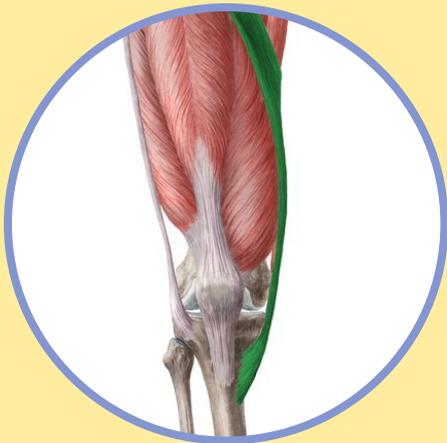
- Le muscle quadriceps fémoral (ou quadriceps crural) est le muscle le plus volumineux du corps humain. C'est lui qui supporte en grande partie le poids du corps, et permet de se déplacer.
- Il se situe dans la loge antérieure de la cuisse.
- Le tendon patellaire termine l'insertion du quadriceps sur la face antérieure des plateaux tibiaux et ce par l'intermédiaire de la patella qui sert de poulie.
- Il est composé du droit fémoral, du vaste latéral, du vaste médial et le vaste intermédiaire



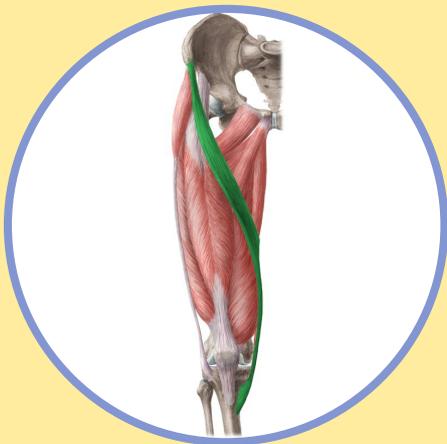
LE SARTORIUS



INSERTION
ILIAQUE



INSERTION
TIBIALE

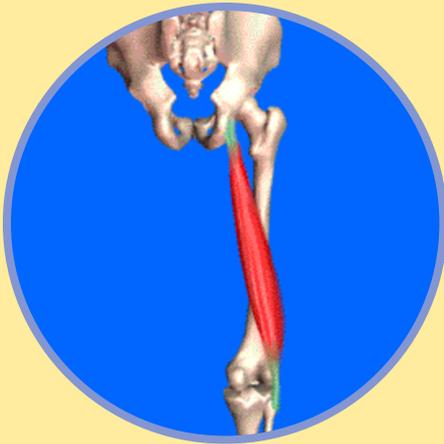


VUE
GLOBALE

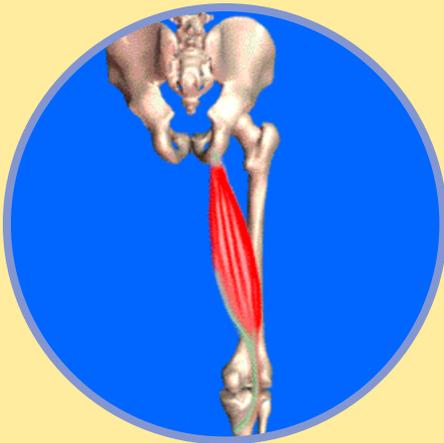
- Le muscle sartorius (musculus sartorius), anciennement appelé muscle couturier, est un muscle de la loge antérieure de la cuisse.
- Il se situe dans son plan superficiel.
- Il est en forme de « S » italique allongé.
- C'est le muscle le plus long du corps humain.
- Il s'insère sur l'épine iliaque antérosupérieure de manière punctiforme.
- C'est un long muscle rubané aplati contenu dans le fascia lata qui traverse la cuisse en diagonale.
- Il se termine par un large tendon qui vient se fixer sur la partie antéro-supéro-interne du tibia.
- Il intervient dans l'abduction, la flexion et la rotation externe de hanche, participe à l'antéversion du bassin.



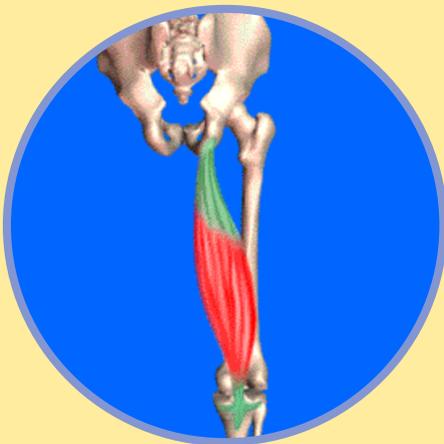
LES MUSCLES ISCHIO-JAMBIERS



LE BICEPS
FÉMORAL



LE SEMI
TENDINEUX



LE SEMI
MEMBRANEUX

- Les muscles ischio-jambier permettent l'extension de la hanche et la flexion du genou.
- Ce groupe rassemble des muscles polyarticulaires qui vont de la hanche jusqu'à l'arrière du tibia et de la fibula (péroné).
- Ces muscles correspondent aux muscles de la loge postérieure de la cuisse.
- Ce groupe se compose de trois muscles : muscle biceps fémoral (longue portion); muscle semi-tendineux ; muscle semi-membraneux.
- Tous ces muscles sont innervés par le nerf ischiatique (ou grande sciatique)
- Ils ont pour action principale d'entraîner le genou en flexion et le fémur en extension si l'os coxal est un point fixe.



LES MUSCLES ADDUCTEURS



LE GRAND
ADDUCTEUR

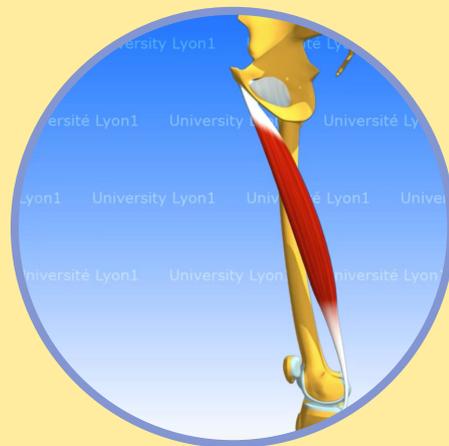


LE PECTINÉ ET
LE LONG ADDUCTEUR



LE COURT
ADDUCTEUR

- Le groupe des adducteurs s'insère sur toute la longueur du bord inférieur du bassin, jusqu'au condyle médial.
- Le muscle abducteur éloigne les structures anatomiques de la ligne médiane (exemple : l'abduction des cuisses permet d'écartier les jambes).
- Il est composé du grand adducteur, du pectiné et du long adducteur, du court adducteur et du gracile.



LE
GRACILE

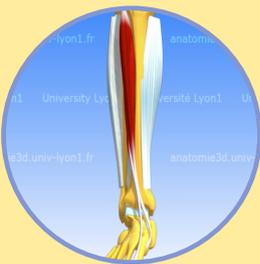


LES MUSCLES DES BAS DE JAMBE

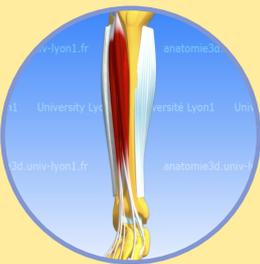
- Ils sont au nombre de 11.
- **La loge antérieure** : Le long extenseur du 1er orteil (1) Le tibial antérieur (2) Le long extenseur des orteils (3)
- **La loge externe** : Le court fibulaire (4) Le long fibulaire (5)
- **La loge postérieure** : 6 muscles répartis sur deux plans.
- **Plan profond** : Le long fléchisseur du 1er orteil (6) Le tibial postérieur (7) Le long fléchisseur des orteils (8) Le poplité (9)
- **Plan superficiel** : Le triceps sural, réparti en deux chefs ; Le soléaire (10) Le gastrocnémien (11), lui-même réparti en deux chefs latéral et médial.



1



2



3



4



5



6



7



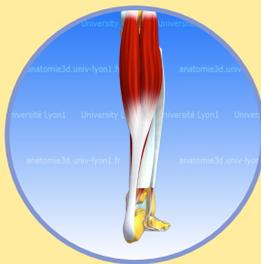
8



9



10



11