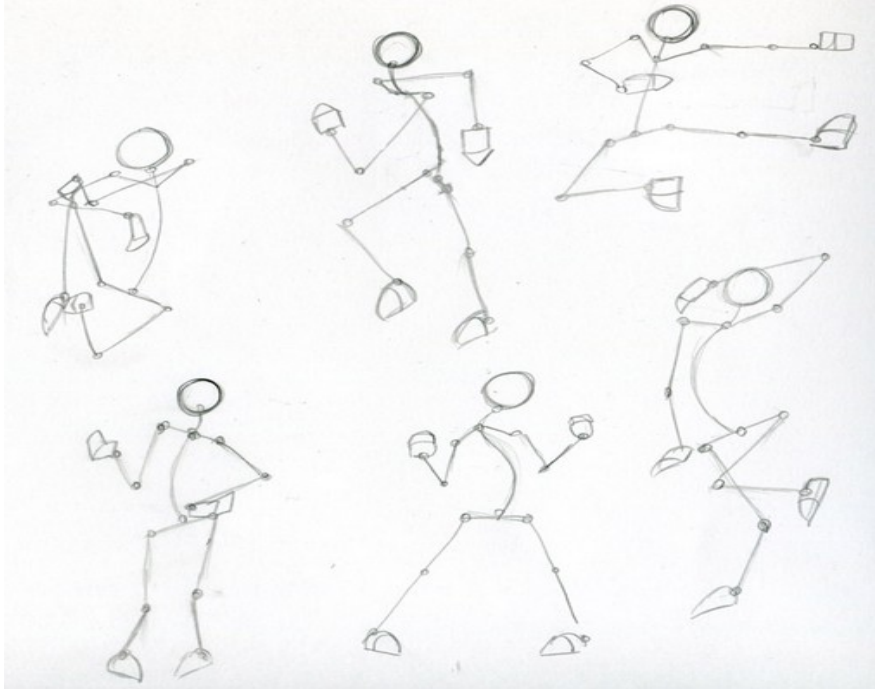
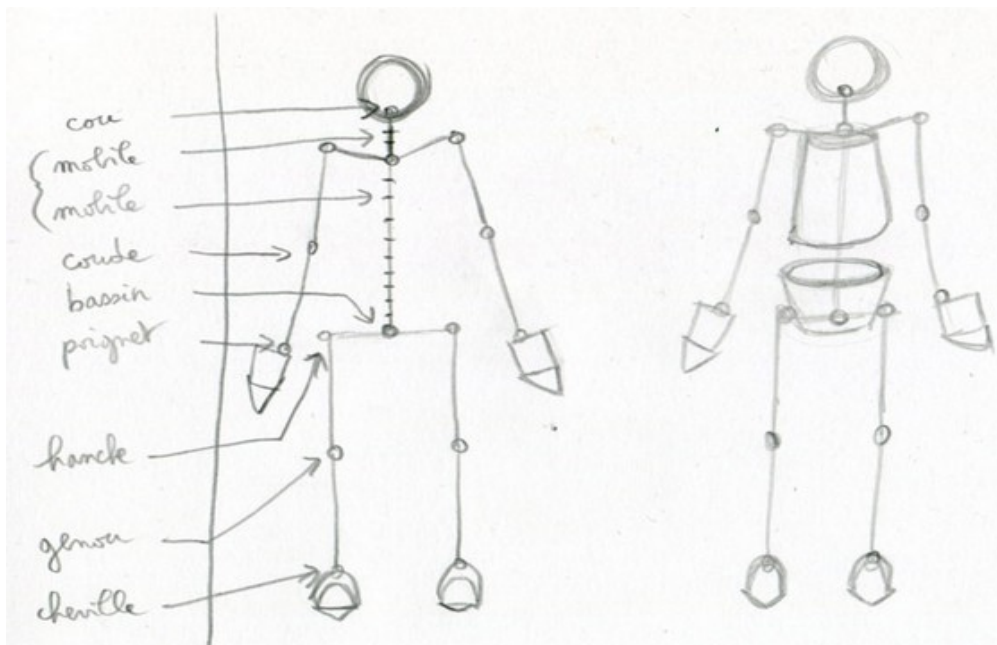


La technique du bonhomme en bâtons

La colonne vertébrale étant le seul segment souple et mobile (que l'on peut d'ailleurs considérer comme une suite d'articulations), le reste n'est qu'articulations ou segments rigides.



Les articulations sont représentées par des sphères de même taille. Les segments rigides sont représentés par des bâtons. La colonne vertébrale est représentée par un segment, mais, celle-ci est souple à l'inverse des autres bâtons (on peut considérer que la colonne vertébrale est un ensemble d'articulations).



Voici la liste des segments rigides :

- Tête (représentée par une sphère)
- Clavicules
- Bras
- Avant-bras
- Métacarpes (non représentés)
- Phalanges (non représentées)
- Bassin
- Cuisses
- Jambes
- Métatarses (non représentés)
- Orteils (non représentés)

Voici la liste des articulations :

- Charnière du cou et de la tête
- Charnière du sternum et des clavicules
- Epaules
- Coudes
- Poignets
- Hanches
- Genoux
- Chevilles

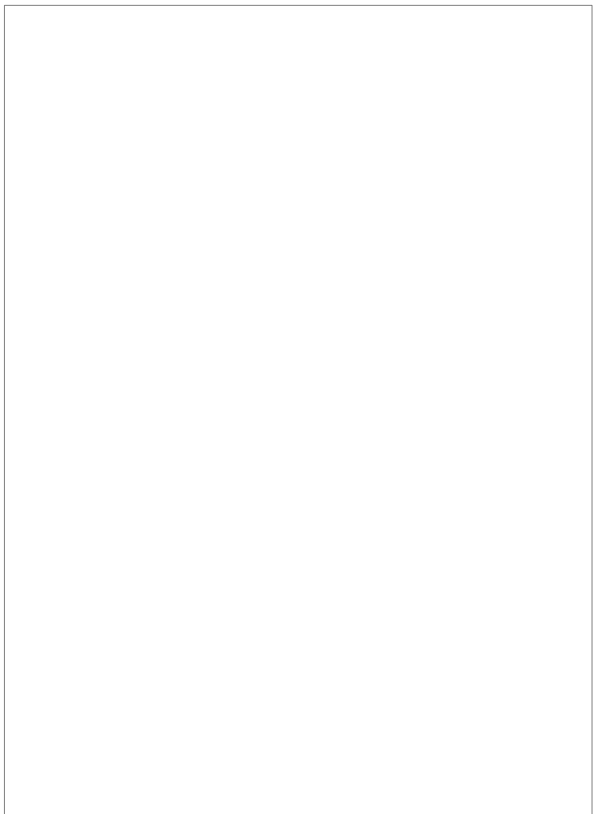
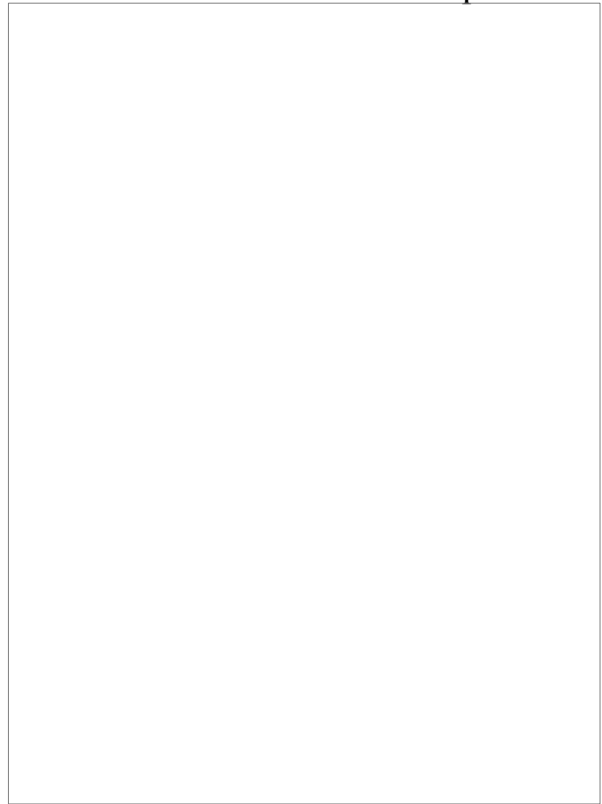
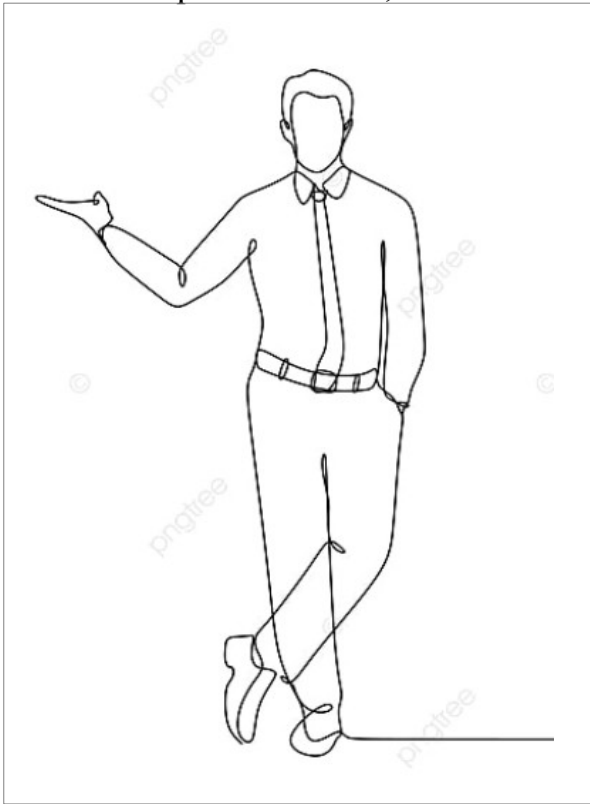
La première étape, et certainement la plus importante, est de placer les épaules par rapport aux bâtons du bassin. En effet, c'est la position des épaules par rapport au bassin qui va déterminer en grande partie l'expression d'une pose. Tous les autres segments vont suivre les mouvements de ce que l'on appelle les **ceintures pelvienne**(bassin) et **scapulaire** (omoplates) en anatomie. Si vous observez une pose naturelle, il est rare que les épaules et le bassin soient parallèles : en général, le thorax pivote, s'incline, se penche en avant ou en arrière. En résumé, **une pose naturelle passe d'abord par la position des deux ceintures l'une par rapport à l'autre.**

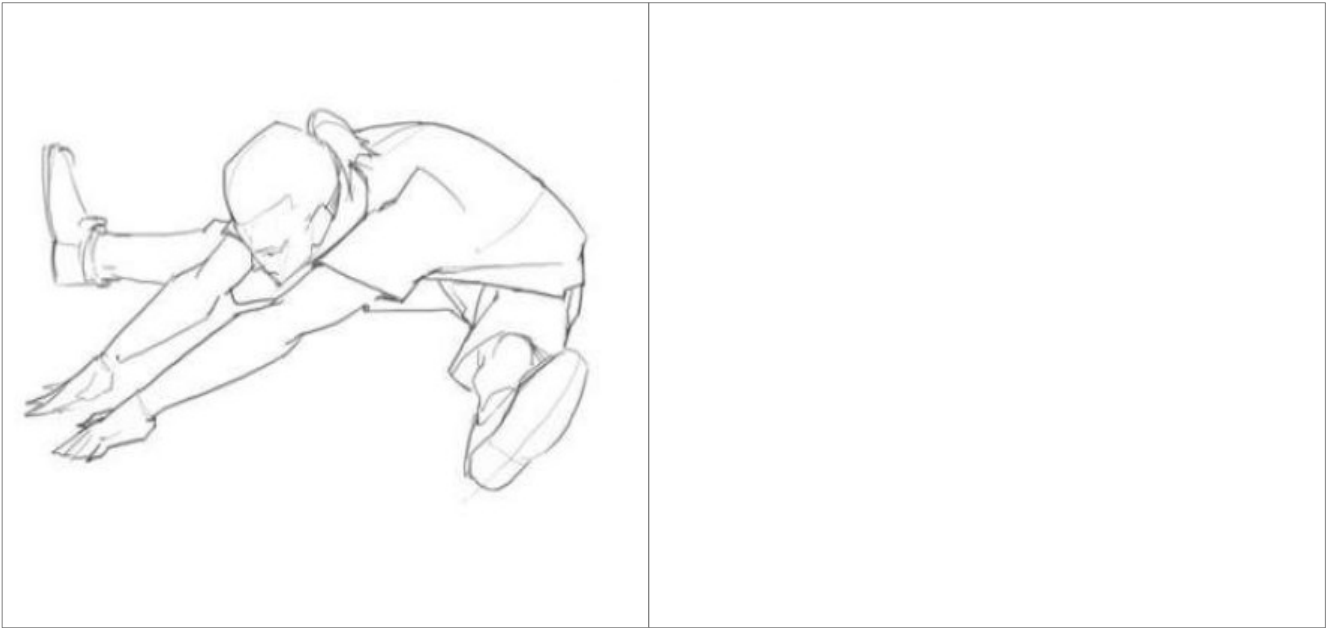
Nom :
Prénom :

Classe :

Travail n°3 : Le bonhomme bâton

A. Dans chaque cadre vide, dessine le bonhomme bâton du modèle correspondant





B. Dessine dans le cadre correspondant le kinogramme en bonshommes bâtons.

