

# Мышечная система. Основные группы мышц



# ***Классификация мышц***

## **1. По функциям**

**Сгибатели и  
разгибатели**

**Вдоха и выдоха**

**Жевательные и**

**мимические**

Мышцы, совершающие одинаковые движения – синергисты.

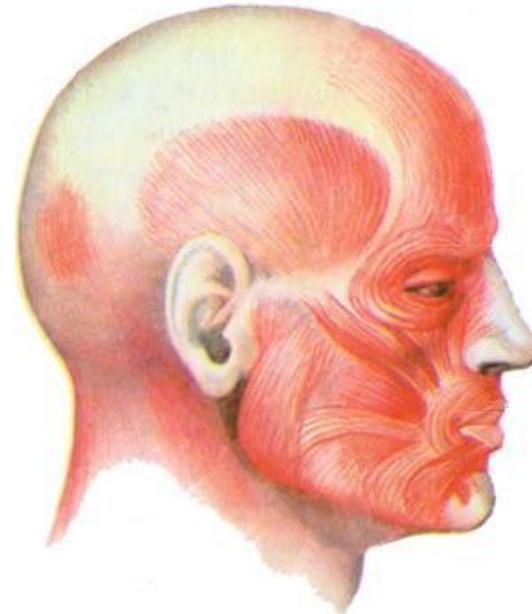
Мышцы, совершающие противоположные движения – антагонисты.



# Классификация мышц

## 2. По

- ▣ **МЫШЦЫ ГОЛОВЫ**
- ▣ **Мышцы шеи**
- ▣ **Мышцы туловища**
- ▣ **Мышцы конечностей**

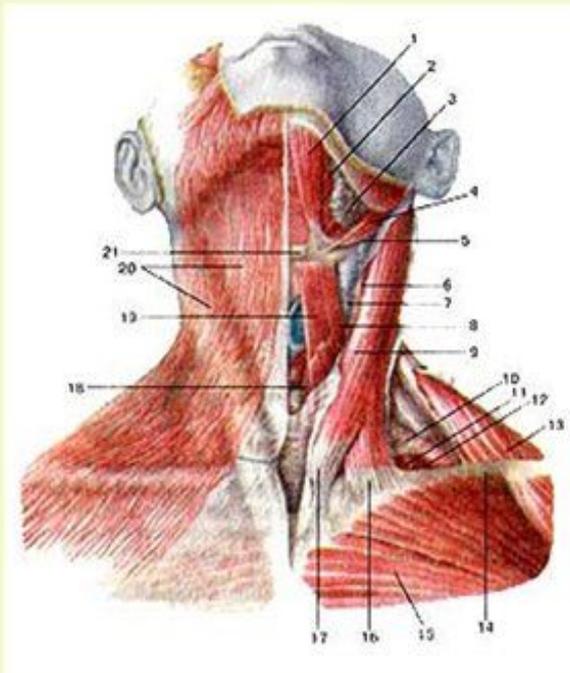




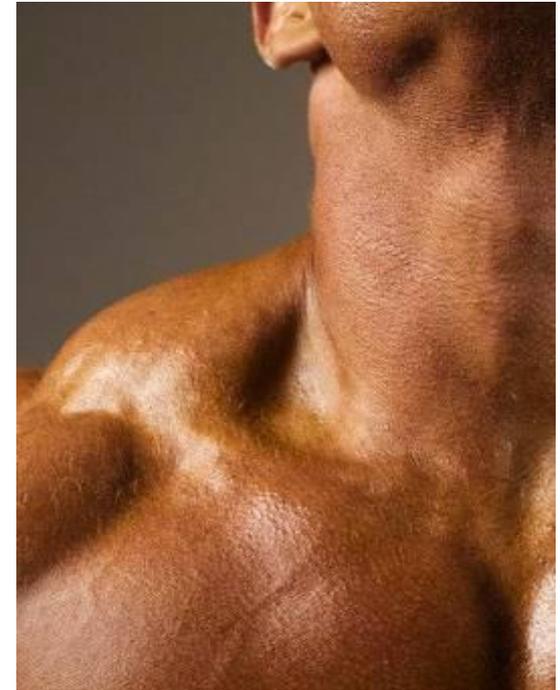
# Мышцы человеческого тела

## Мышцы шеи

### Поверхностные мышцы шеи



- 1-переднее брюшко двубрюшной мышцы;
- 2-челюстно-подъязычная мышца;
- 3-подчелюстная слюнная железа;
- 4-шило-подъязычная мышца;
- 5-заднее брюшко двубрюшной мышцы;
- 6-внутренняя яремная вена;
- 7-общая сонная артерия;
- 8-верхнее брюшко лопаточно-подъязычной: мышцы;
- 9-грудино-ключично-сосцевидная мышца;
- 10-нижнее брюшко лопаточно-подъязычной мышца;
- 11-средняя лестничная мышца;
- 12-задняя лестничная мышца;
- 13-трапециевидная мышца;
- 14-ключица;
- 15-большая фудная мышца;
- 16-ключичная часть фудино-ключично-сосцевидной мышцы;
- 17-фудинная часть фудино-ключично-сосцевидной мышцы;
- 18-фудино-щитовидная мышца;
- 19-фудино-подъязычная мышца;
- 20-подкожная мышца шеи;
- 21-подъязычная кость.

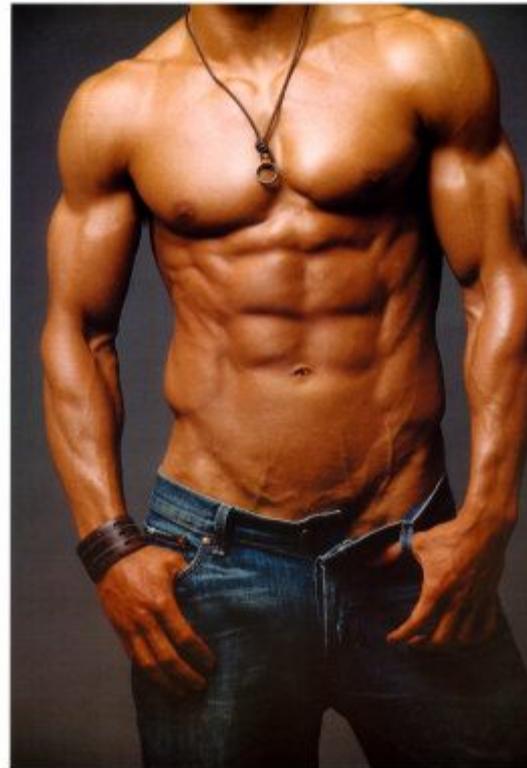
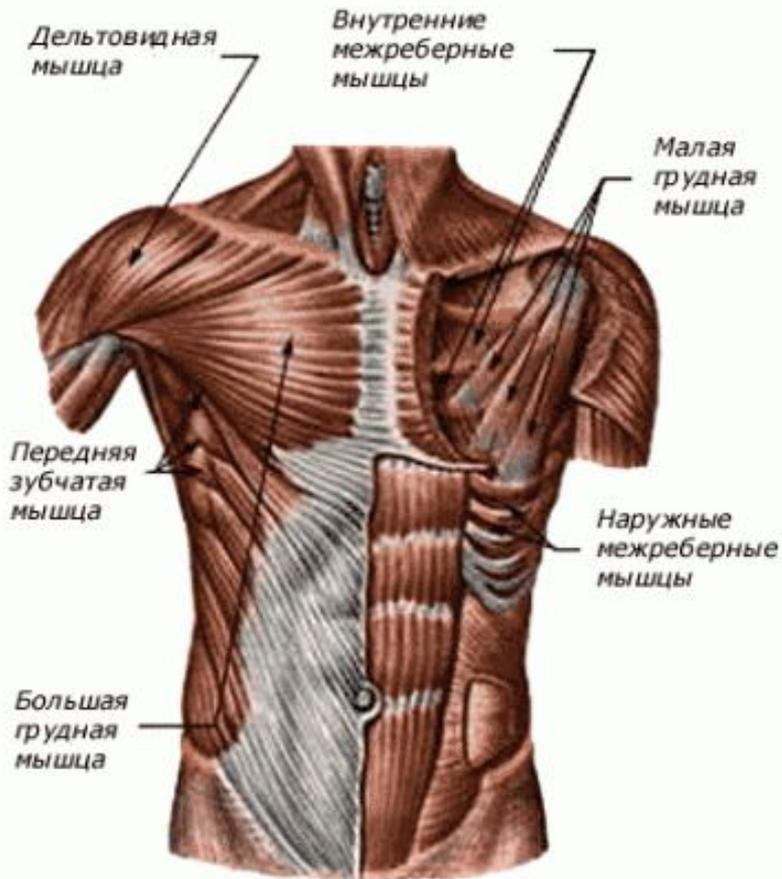


*Трапециевидная мышца*



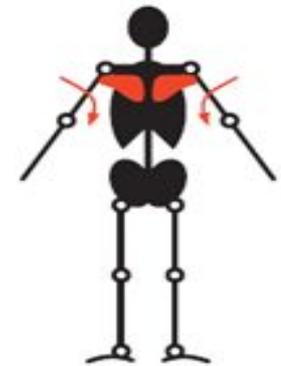
# Мышцы человеческого тела

## Мышцы туловища спереди

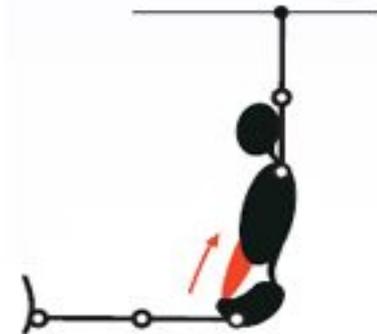


Photography by  
**MUSCLEART.COM**

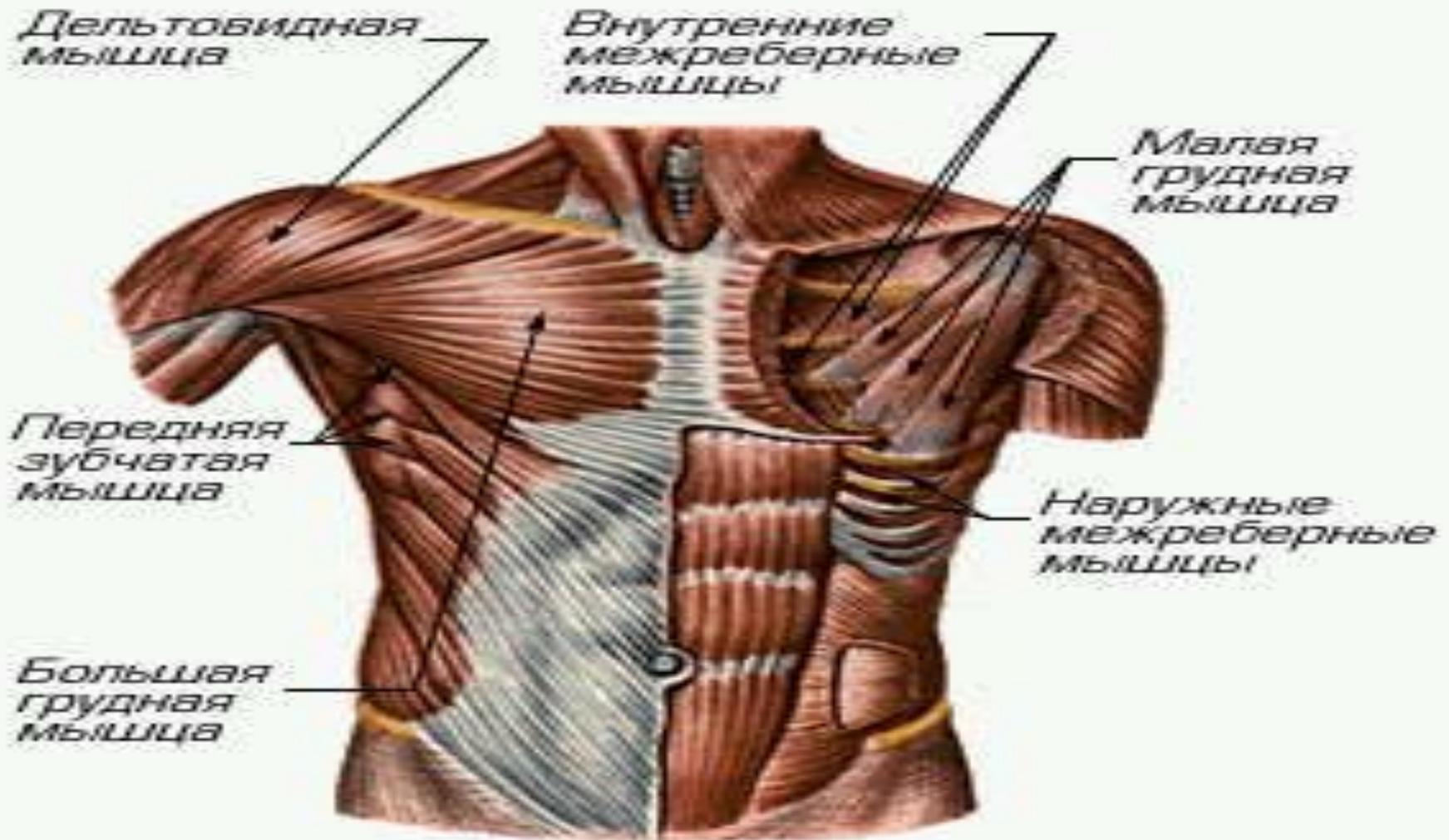
*Грудная мышца*



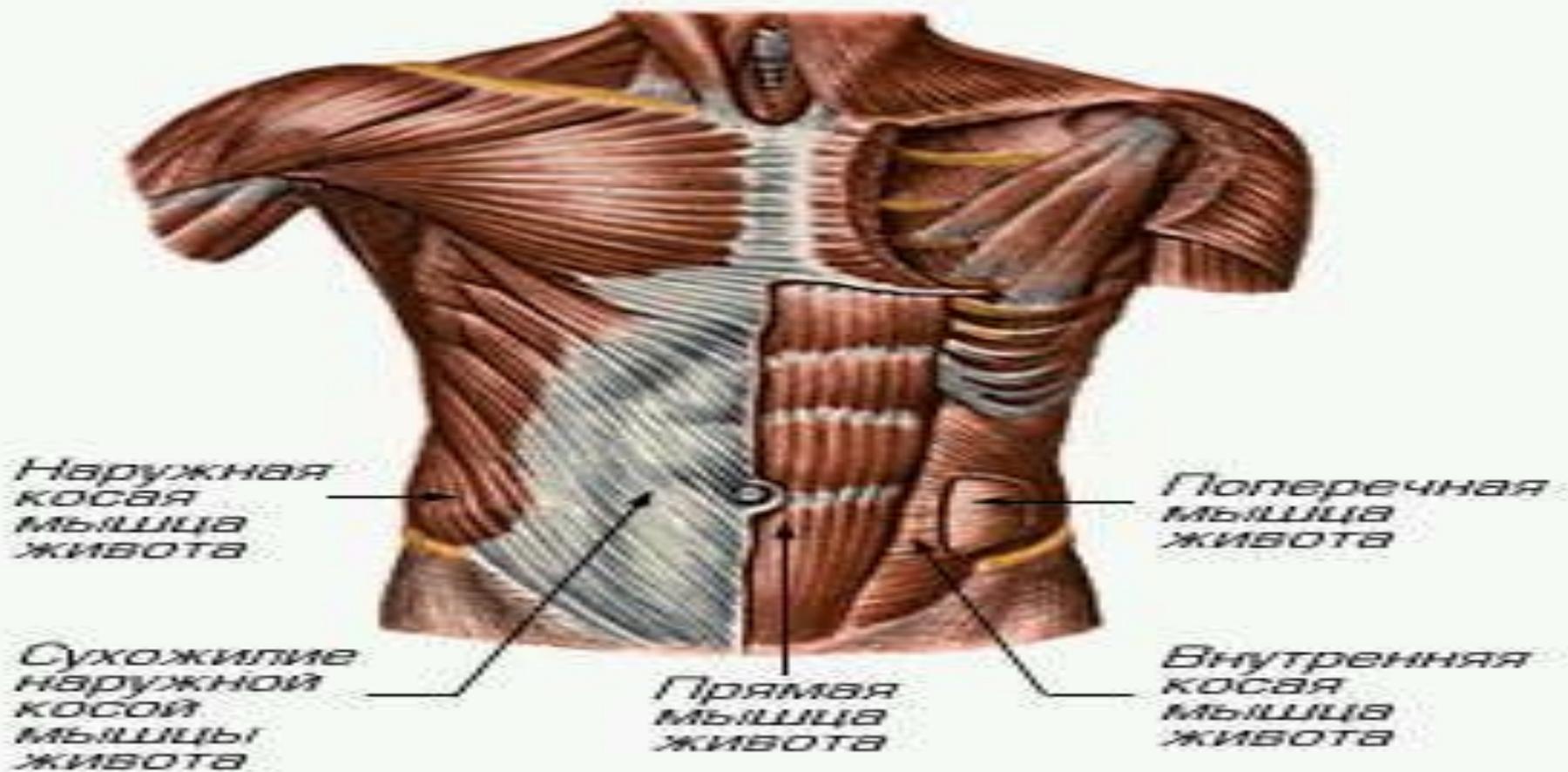
*Прямая мышца живота*



# Мышцы туловища

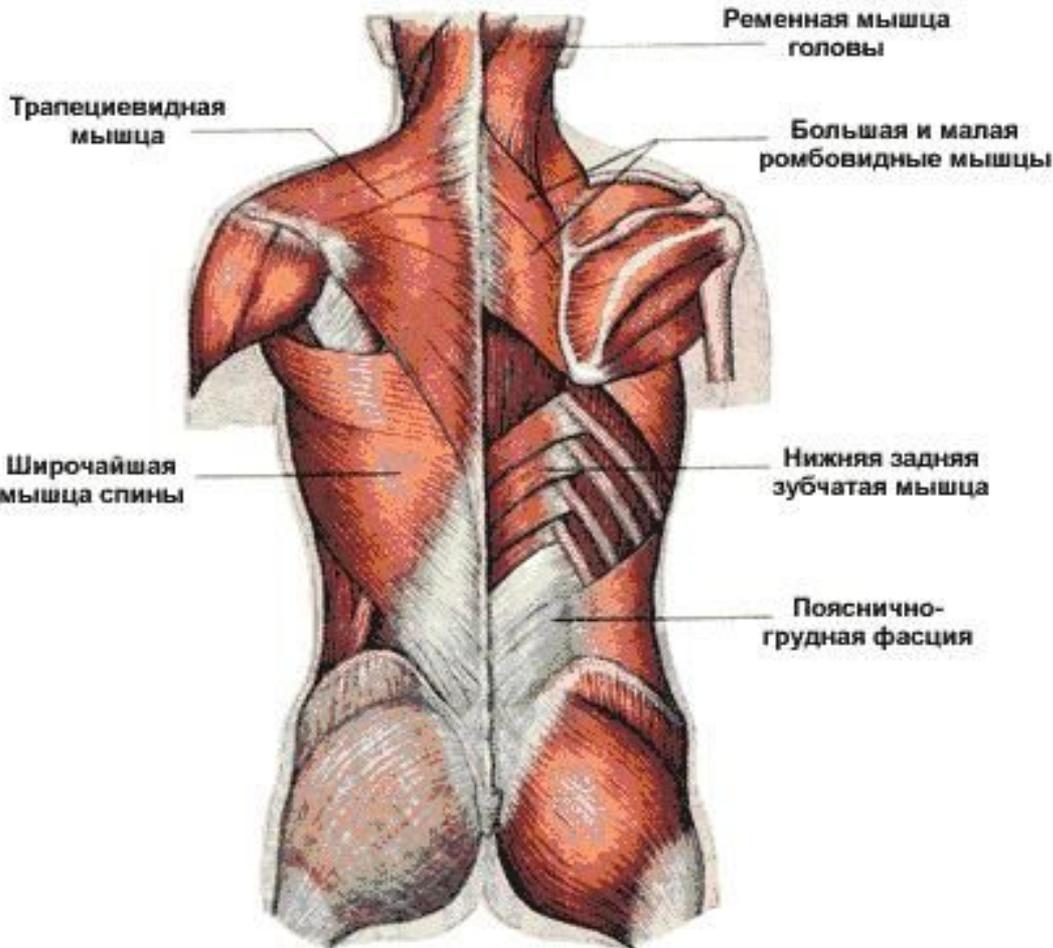


# Мышцы живота

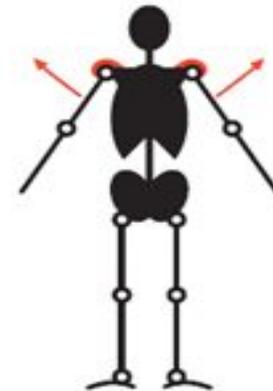


# Мышцы человеческого тела

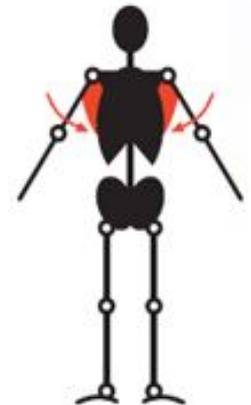
## Мышцы туловища сзади



*Дельтовидная мышца*



*Широчайшая мышца спины*

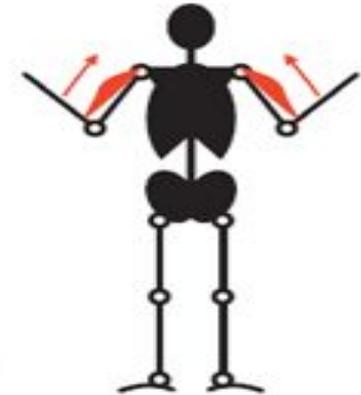


# Мышцы человеческого тела

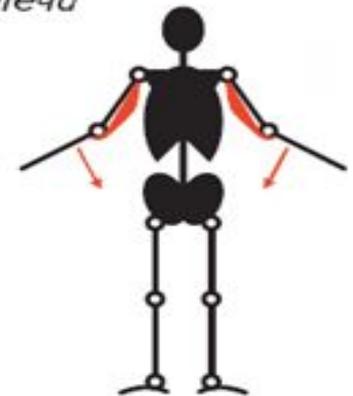
## Мышцы руки



*Двуглавая мышца (бицепс) плеча*



*Трехглавая мышца (трицепс) плеча*

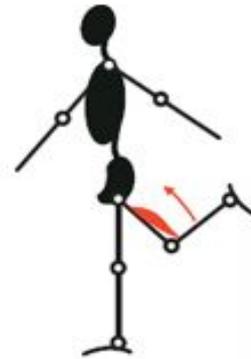


# Мышцы человеческого тела

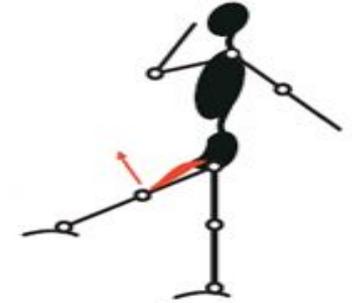
## Мышцы ноги



Двуглавая мышца (бицепс) бедра



Четырехглавая мышца бедра



Трехглавая мышца (трицепс) голени



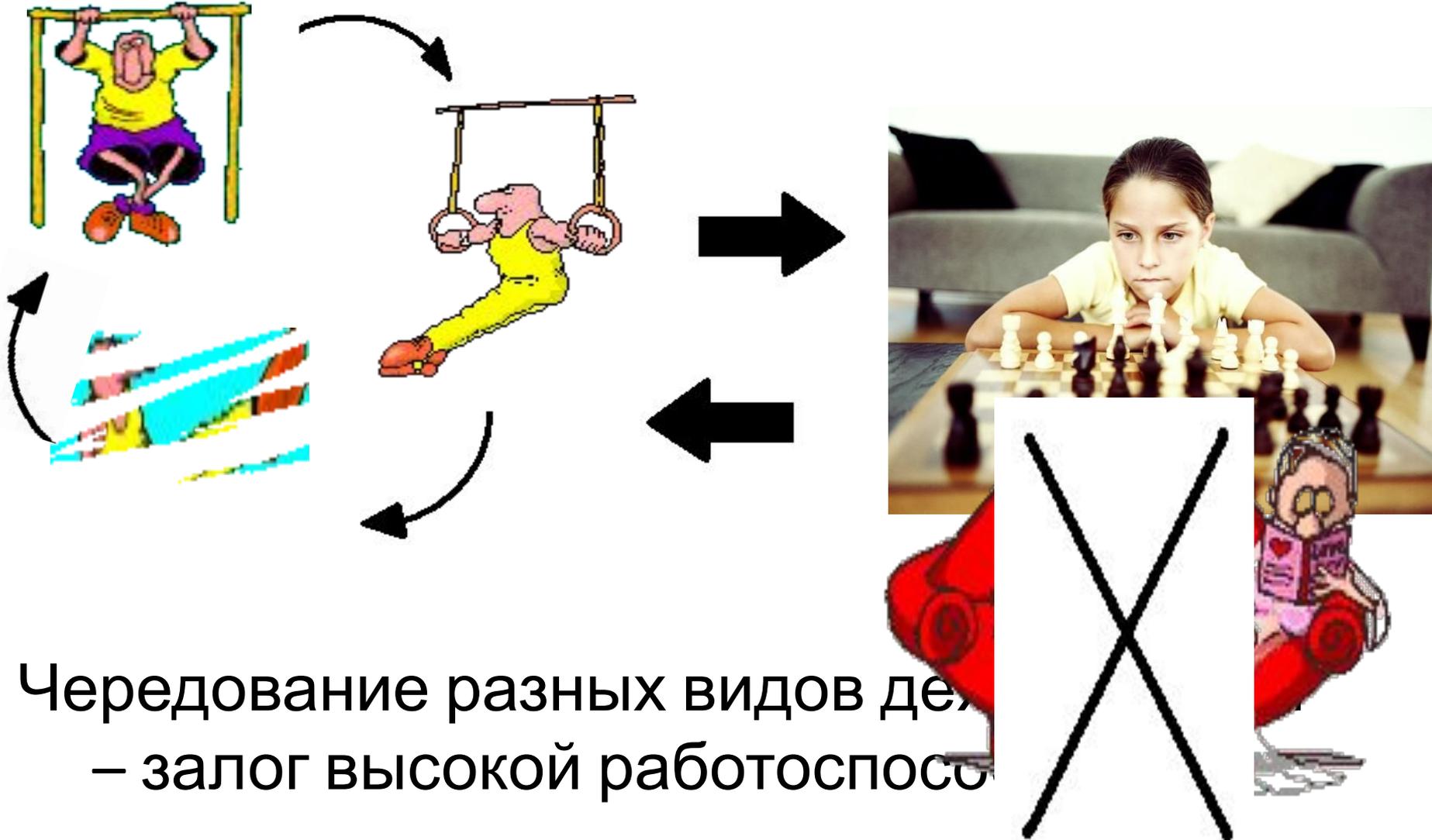
Ягодичные мышцы



Портняжная мышца



# ***Гигиена физического и умственного труда***



## Мышцы - антагонисты

ДВИГАТЕЛЬНАЯ КОРА  
ГОЛОВНОГО МОЗГА

СПИННОЙ МОЗГ

ДВУХГЛАВАЯ  
МЫШЦА ПЛЕЧА

ТРЕХГЛАВАЯ  
МЫШЦА ПЛЕЧА

