

# МЫШЦЫ КОНЕЧНОСТЕЙ

---

ПОЯСА КОНЕЧНОСТЕЙ И СВОБОДНЫЕ КОНЕЧНОСТИ



# Пояс верхних конечностей





## Подлопаточная мышца

### Начинается от

реберной  
поверхности  
лопатки

латерального  
края лопатки

### Функция:

Поворачивает плечо  
внутрь (пронация)

Приведение плеча

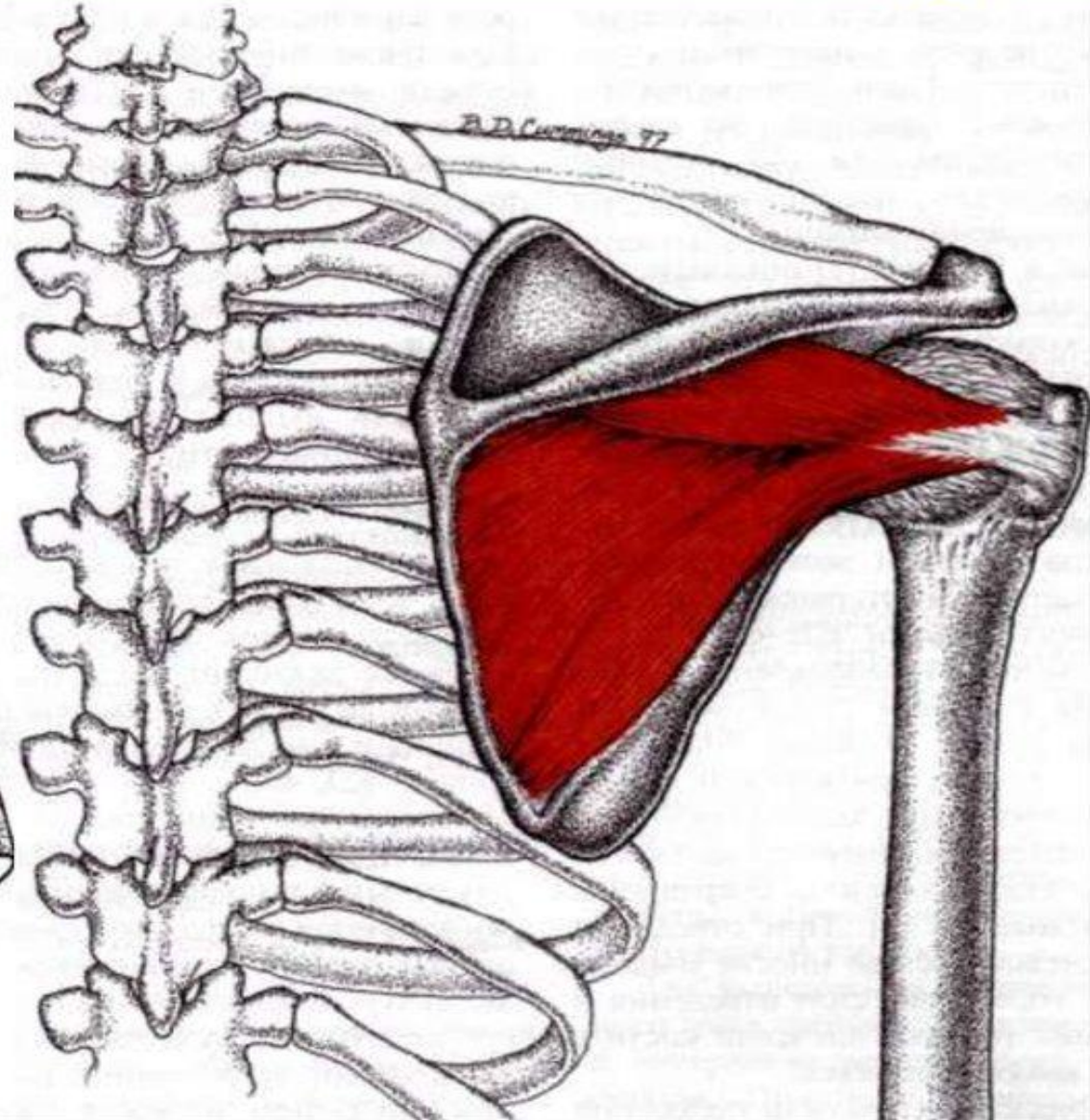
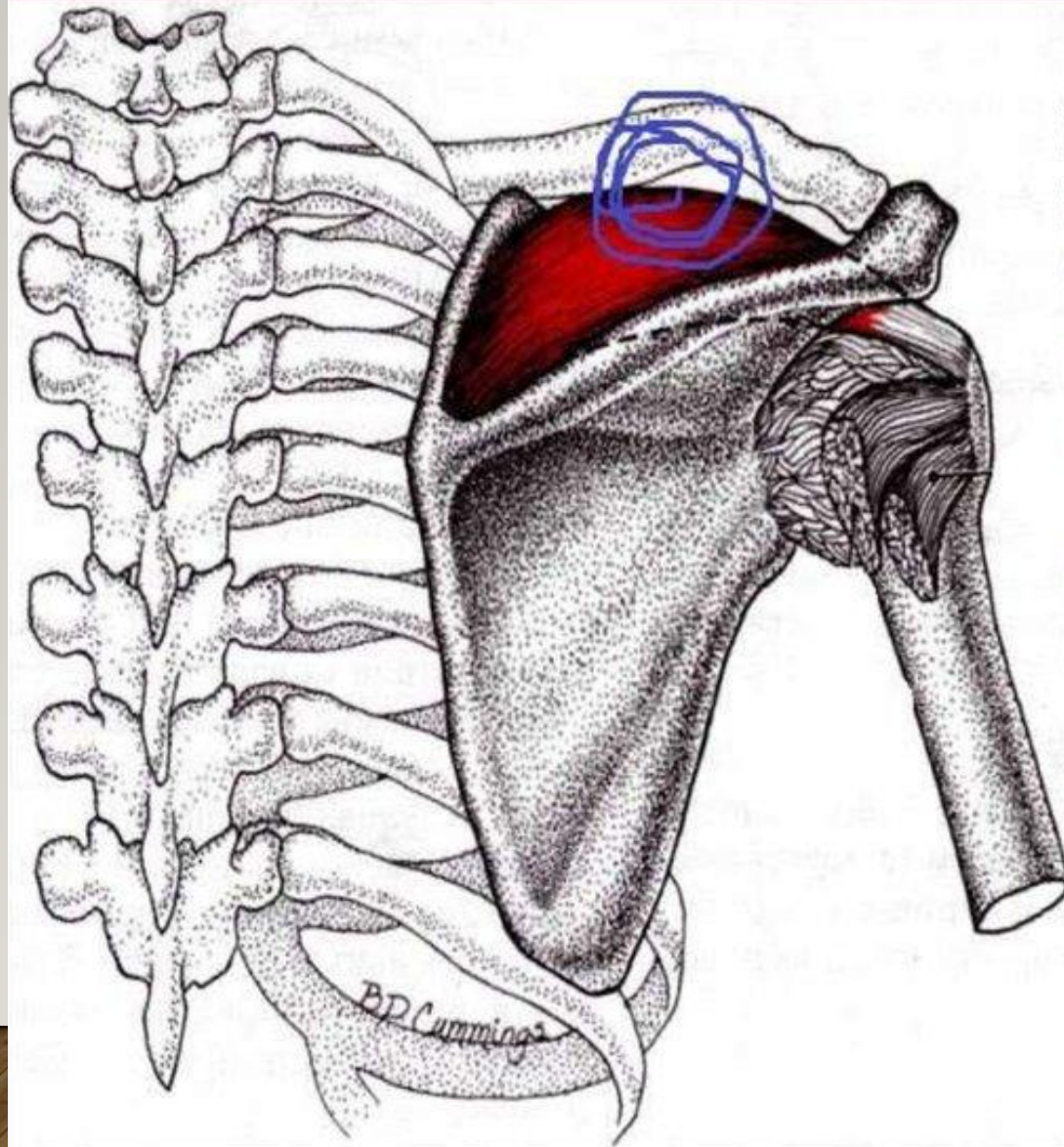
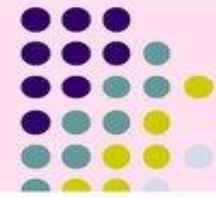
### Прикрепляется к

малому бугорку  
плечевой кости



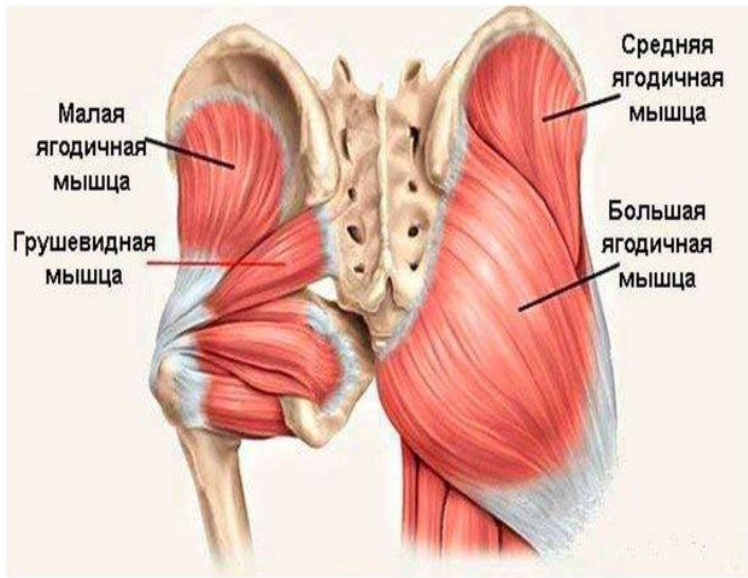


# Надостная и подостная мышцы

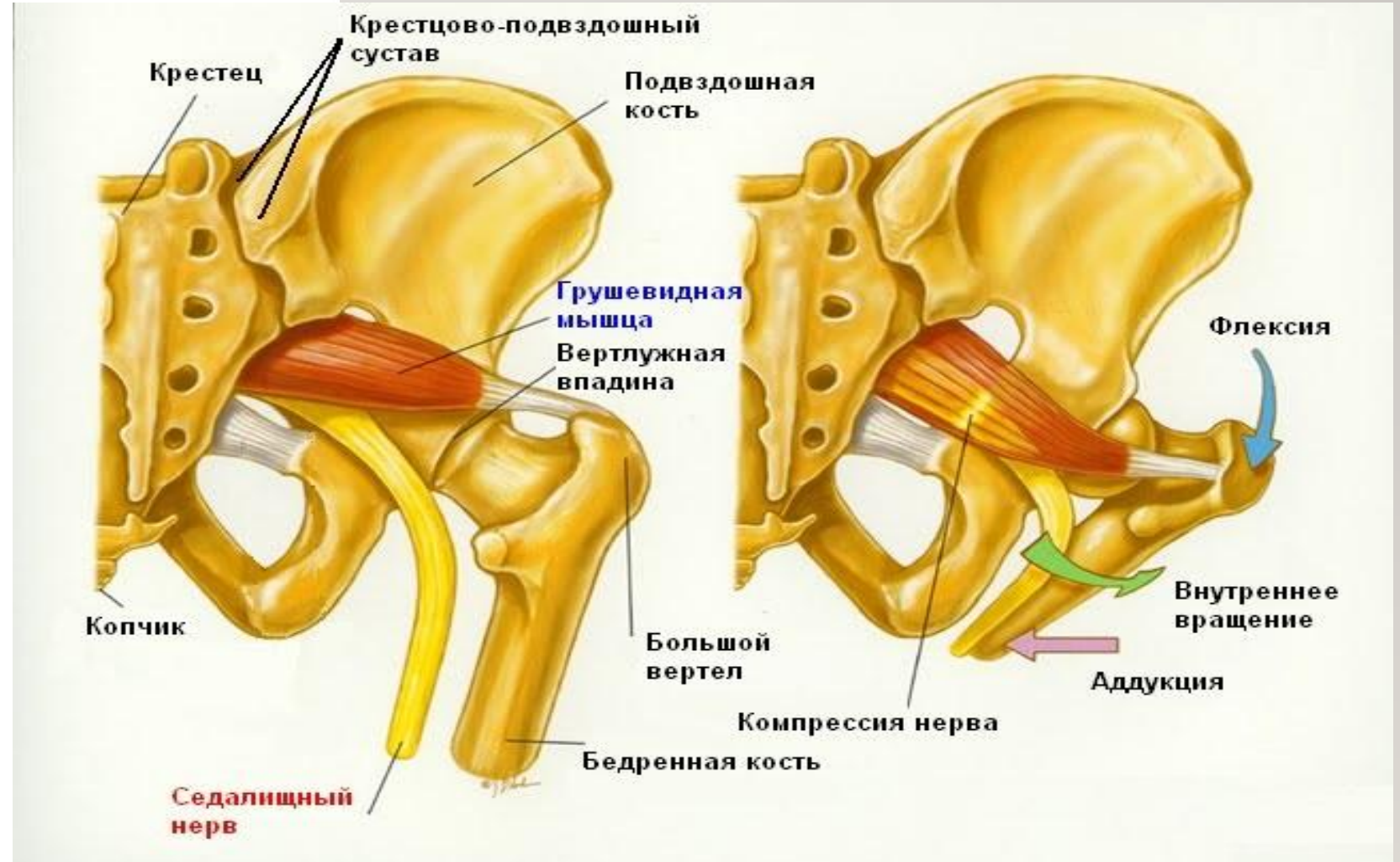




## Большая ягодичная мышца

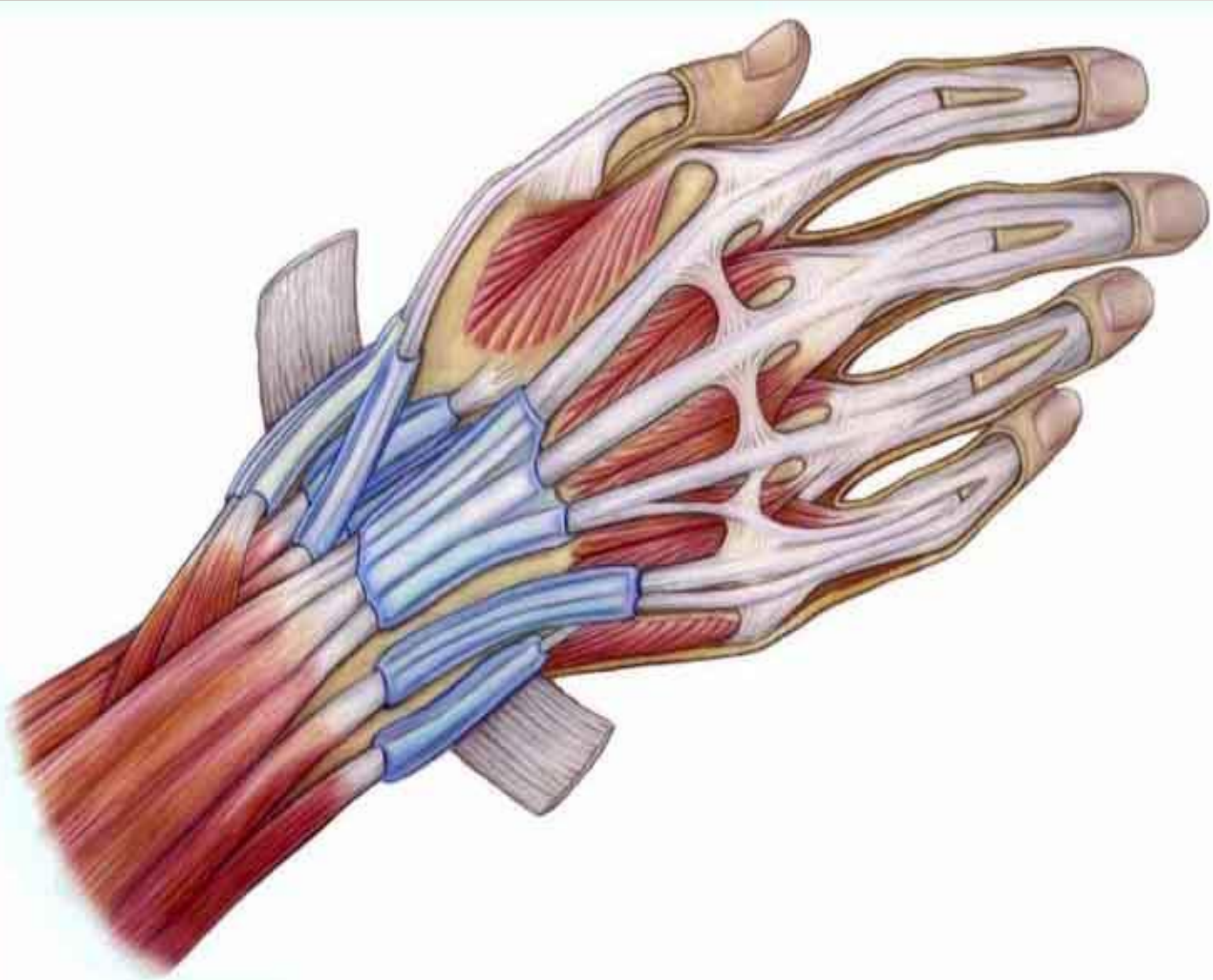


## Пояс нижних конечностей











ладьевидная

кость-трапеция

трапециевидная

полулунная

трехгранная

гороховидная

крючковидная

головчатая

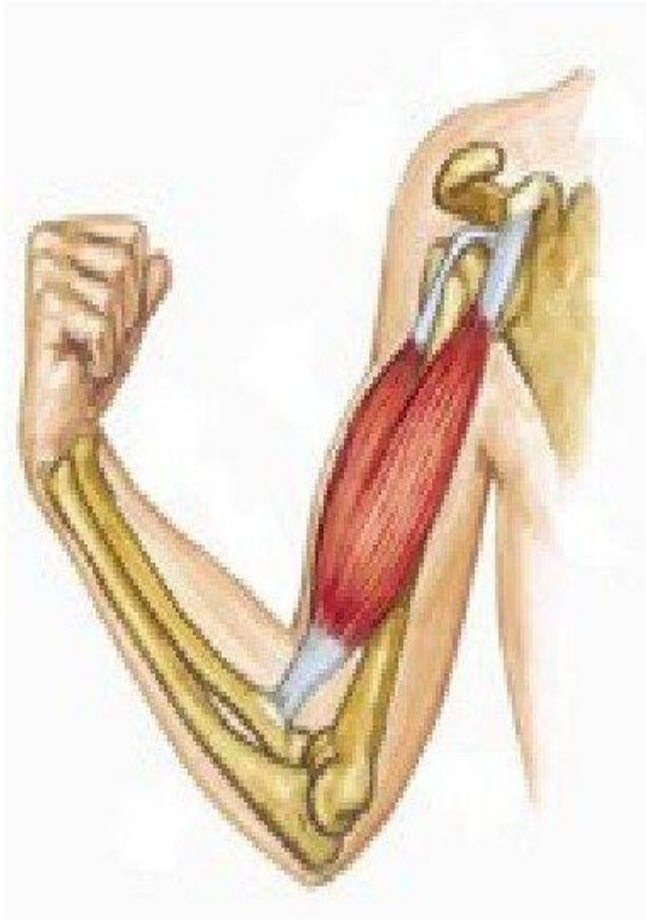


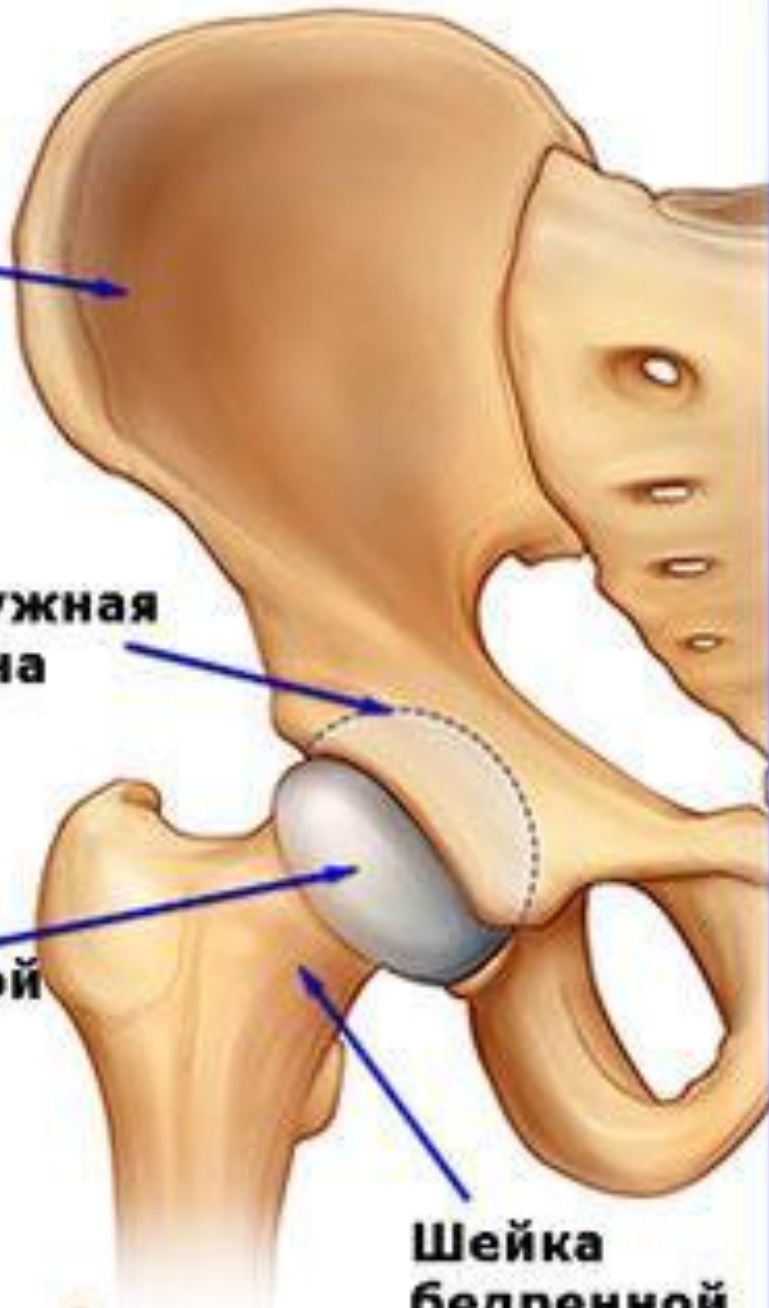


Двуглавая мышца  
плеча

локтевой сустав -  
сгибание  
предплечья,  
супинация  
предплечья

плечевой сустав -  
сгибание плеча

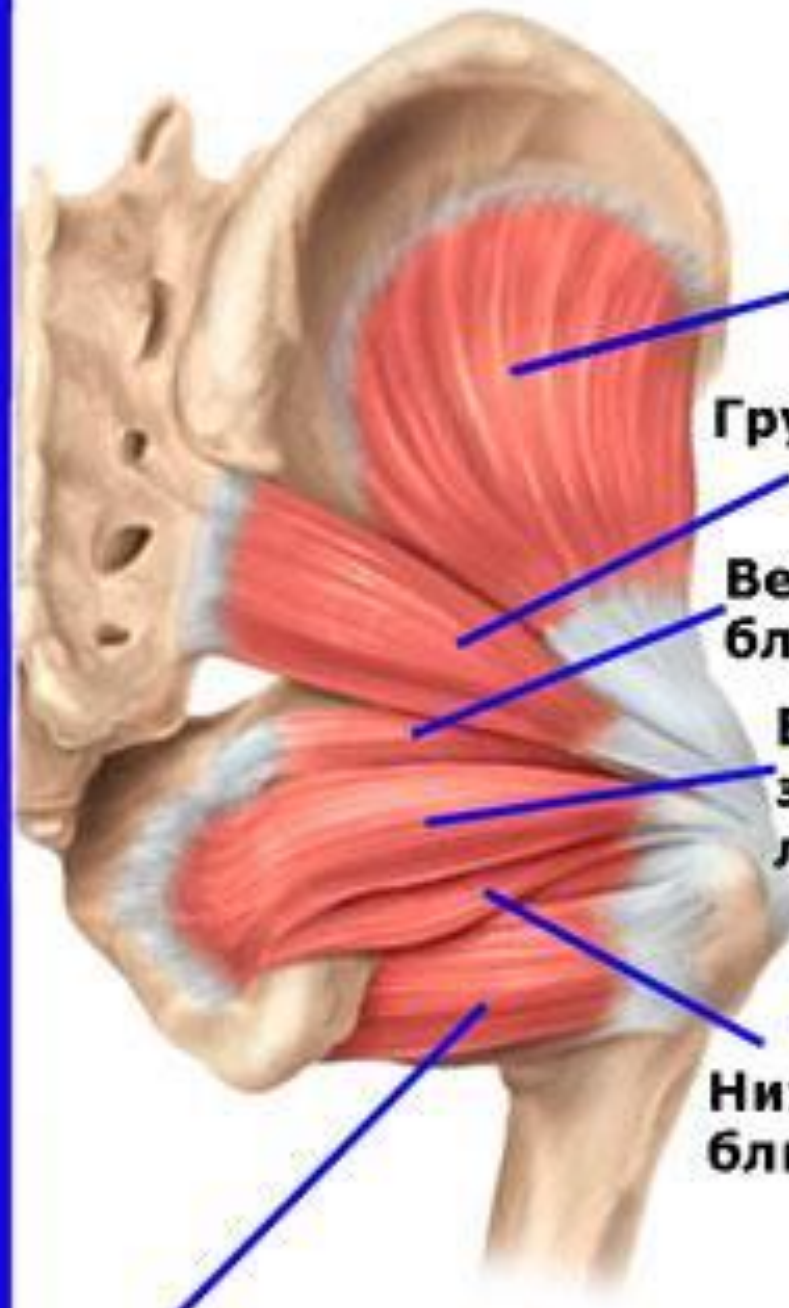


**А**Тазовая  
костьВертлужная  
впадинаГоловка  
бедренной  
костиШейка  
бедренной  
кости

(с) byumed.ru

**Б**Малая  
ягодичнаяГрушевидная  
мышцаВерхняя  
близнецоваяВнутренняя  
запирате-  
льнаяНижняя  
близнецовая

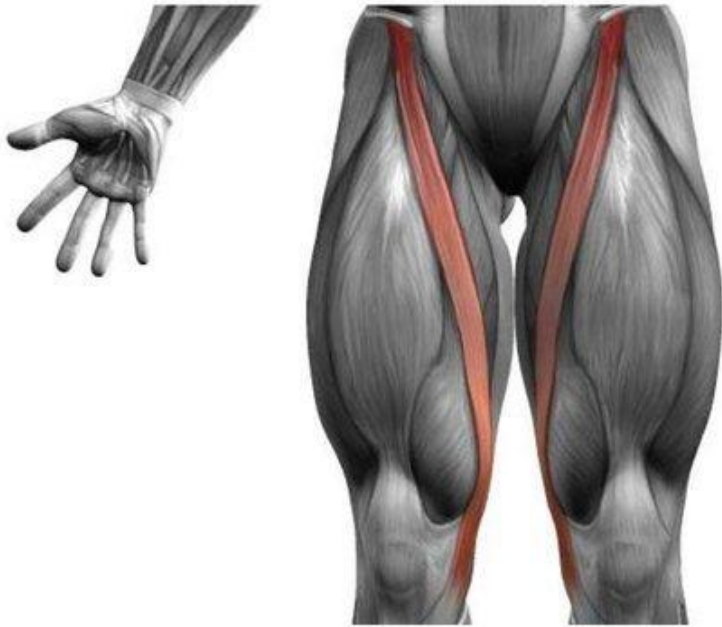
Квадратная мышцы бедра



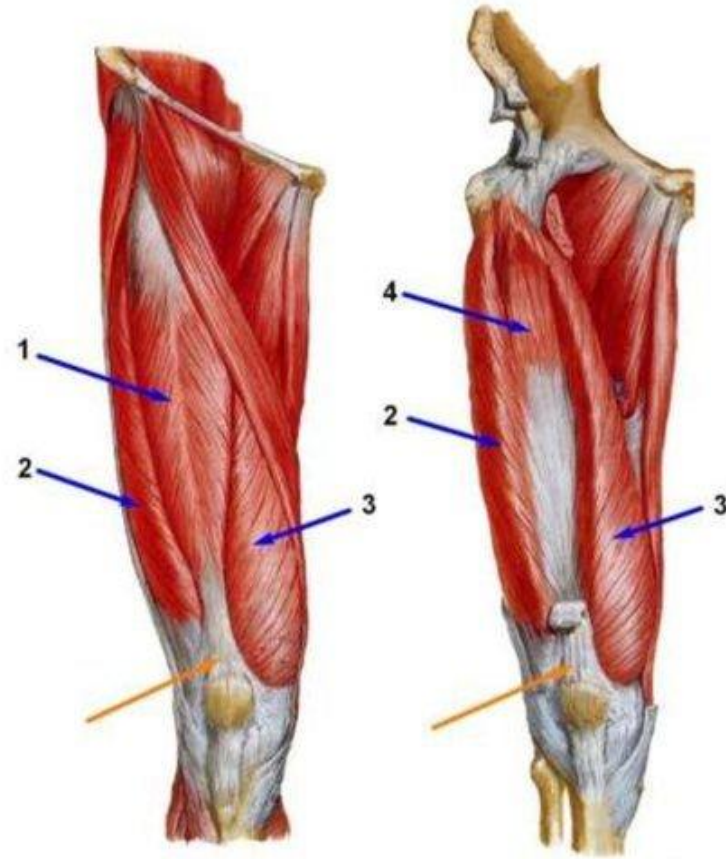


# Мышцы бедра

## Передняя группа

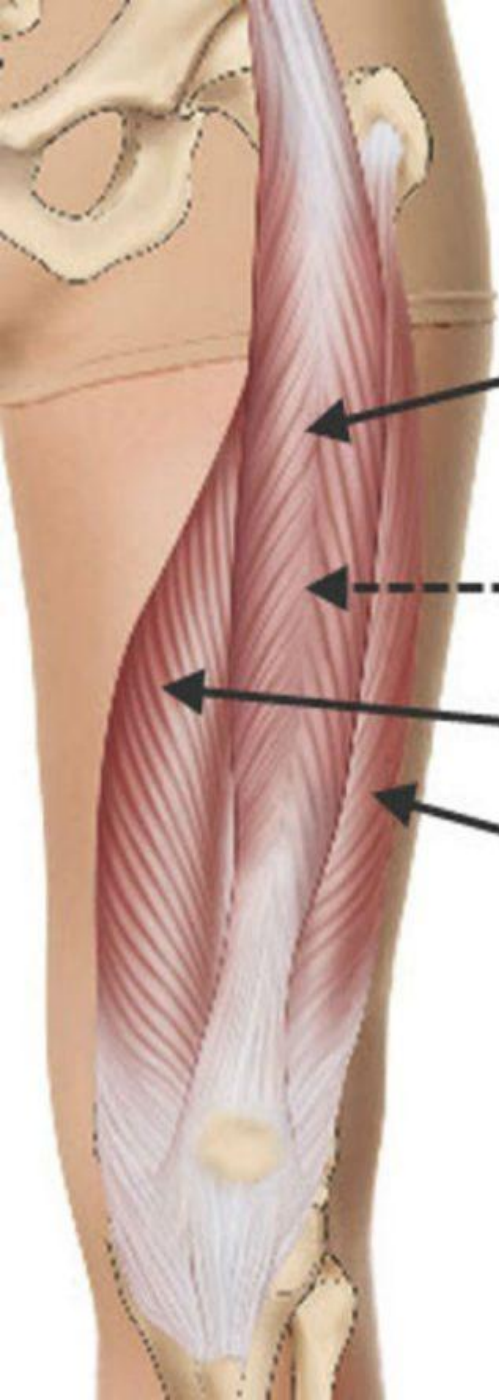


**Портняжная мышца** – сгибает бедро в тазобедренном суставе, а голень в коленном; отводит бедро наружу



**Четырехглавая мышца бедра** – сгибает бедро в тазобедренном суставе, и разгибает голень в колене

# Четырёхглавая мышца бедра



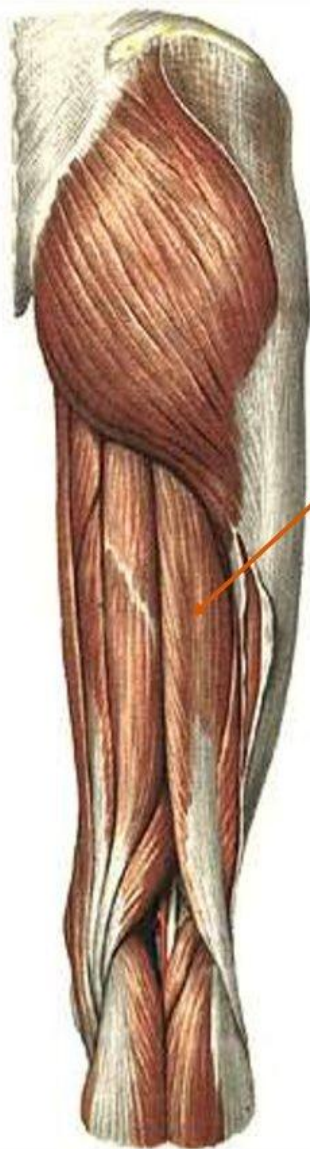
Прямая мышца бедра

Промежуточная широкая мышца бедра  
(расположена под прямой мышцей бедра)

Медиальная широкая мышца бедра

Латеральная широкая мышца бедра





## МЫШЦЫ БЕДРА задняя группа

### ДВУГЛАВАЯ МЫШЦА БЕДРА

лежит на  
заднелатеральной  
поверхности

**прикрепляется**

к головке малоберцовой  
кости

**Функции:** разгибает бедро,  
сгибает голень, вращает  
ее кнаружи

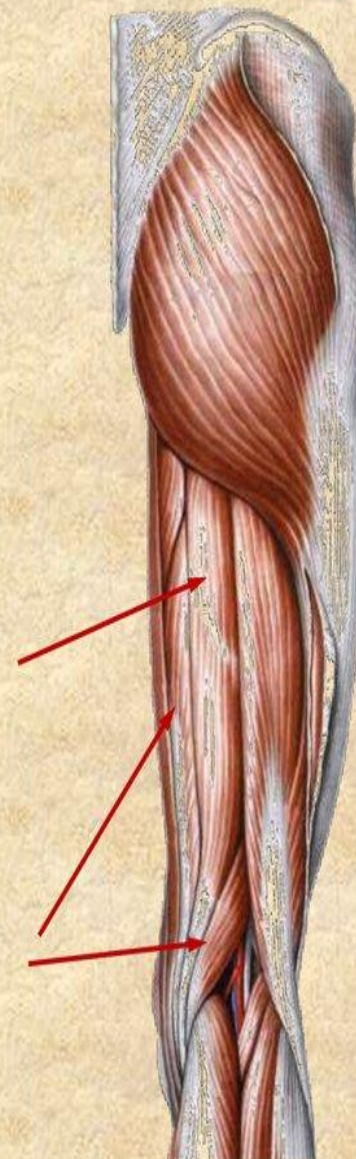
## Мышцы бедра. Задняя группа

1. Полусухожильная мышца
2. Полуперепончатая мышца

**Функция:** сгибают голень в  
коленном суставе, при  
согнутом колене вращают ее  
внутрь

Полусухожильн  
ая мышца

Полуперепончат  
ая мышца



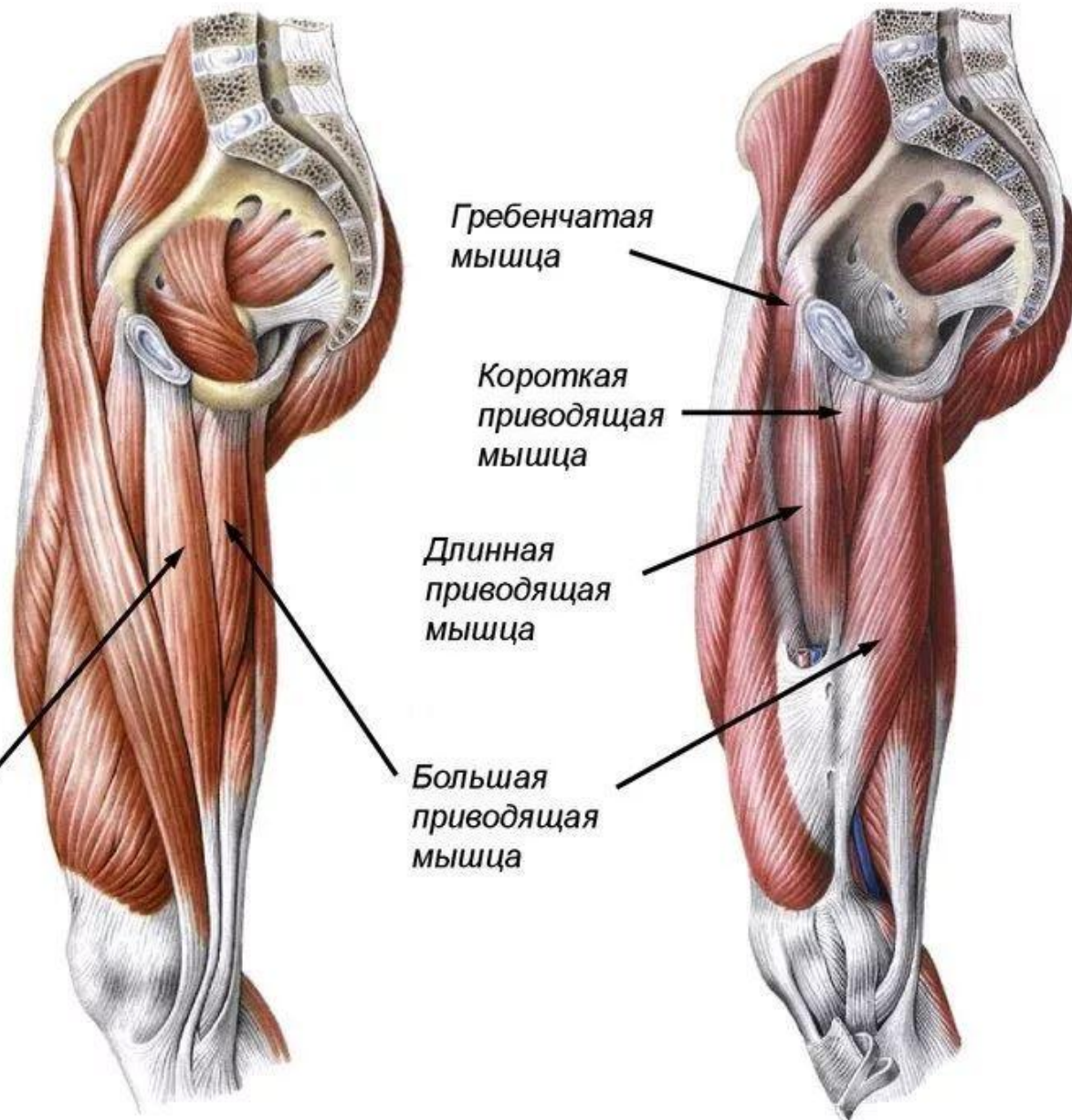


# Мышцы бедра. Медиальная группа

- Тонкая (стройная) мышца
- Гребенчатая мышца
- Длинная приводящая мышца
- Короткая приводящая мышца
- Большая приводящая мышца

**Функция:** приводят бедро

Тонкая мышца







Длинная  
малоберцовая  
мышца и ее  
сухожилие

Короткая  
малоберцовая  
мышца

Пятая плюсневая  
кость

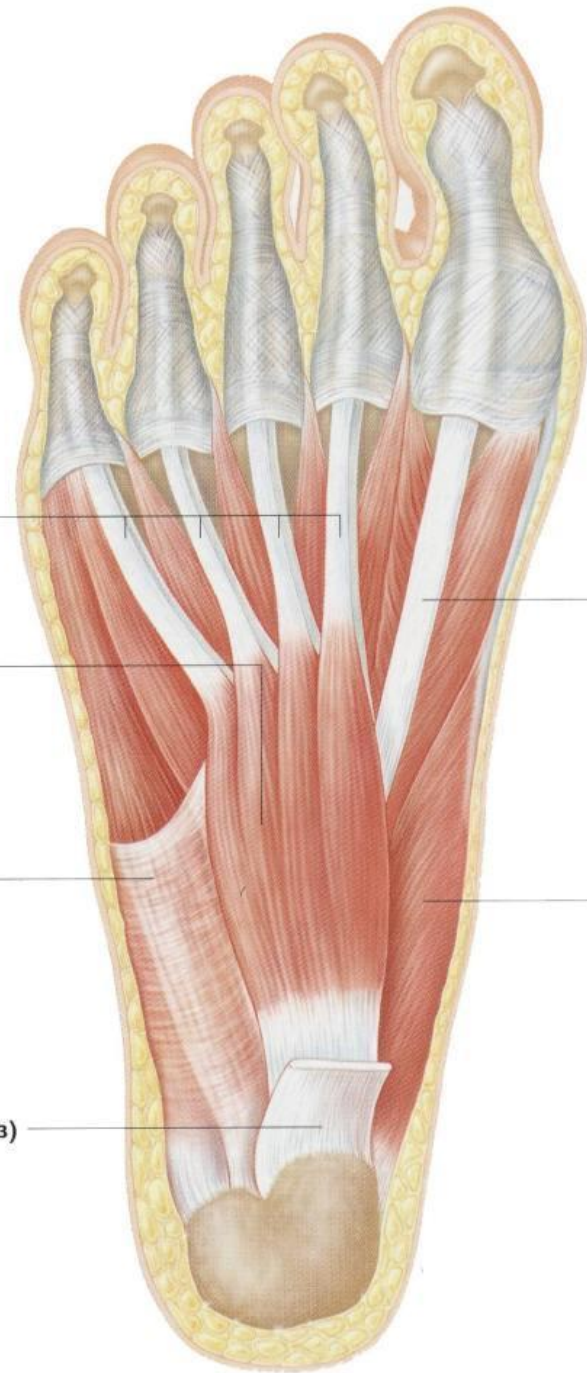


Головка  
малоберцовой  
кости

Длинный  
разгибатель пальцев  
стопы

Сухожилие длинного  
разгибателя пальцев  
стопы





**Сухожилия короткого сгибателя пальцев стопы**  
Крепятся к четырем наружным пальцам

**Короткий сгибатель пальцев стопы**  
Помогает сгибать четыре наружных пальца

**Мышца, отводящая мизинец стопы**  
Помогает отводить мизинец, самая латеральная из всех поверхностных мышц подошвы

**Подошвенный апоневроз (срез)**

**Сухожилие длинного сгибателя большого пальца стопы**

**Мышца, отводящая большой палец стопы**  
Помогает сгибать и отводить большой палец стопы и поддерживает медиальный костный свод

# ИКРОНОЖНАЯ МЫШЦА ГОЛЕНИ (musculus gastrocnemius)

## МЕСТО НАЧАЛА ИКРОНОЖНОЙ МЫШЦЫ:

- Мыщелки бедренной кости

## МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ ИКРОНОЖНОЙ МЫШЦЫ:

- Переходит в ахиллово сухожилие и крепится к пяточной кости

## ФУНКЦИЯ ИКРОНОЖНОЙ МЫШЦЫ:

- Сгибание голени
- Разгибание стопы

