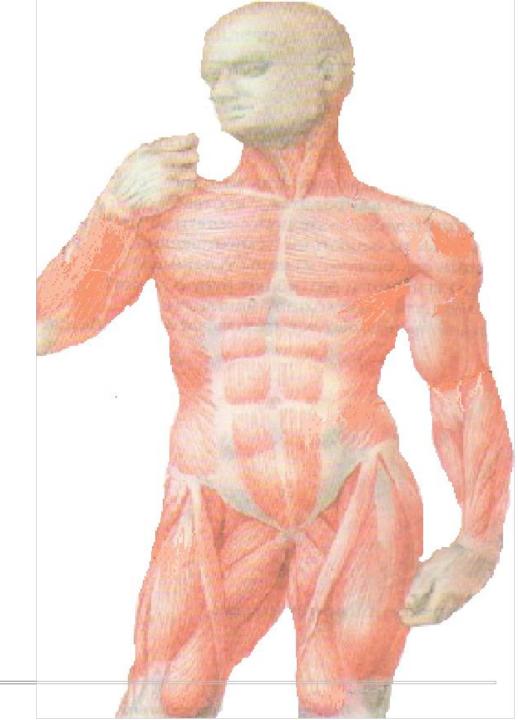
«Движение как таковое может по своему действию заменить любое лекарство, но все средства мира не в состоянии заменить действие движения.» (Тиссо)

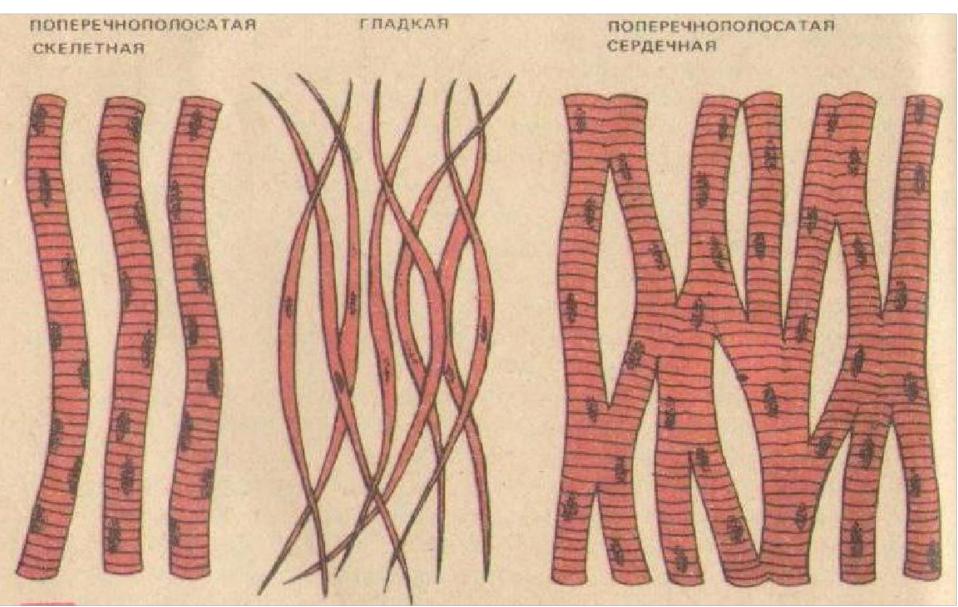
Мышцы, их строение и функциони рование

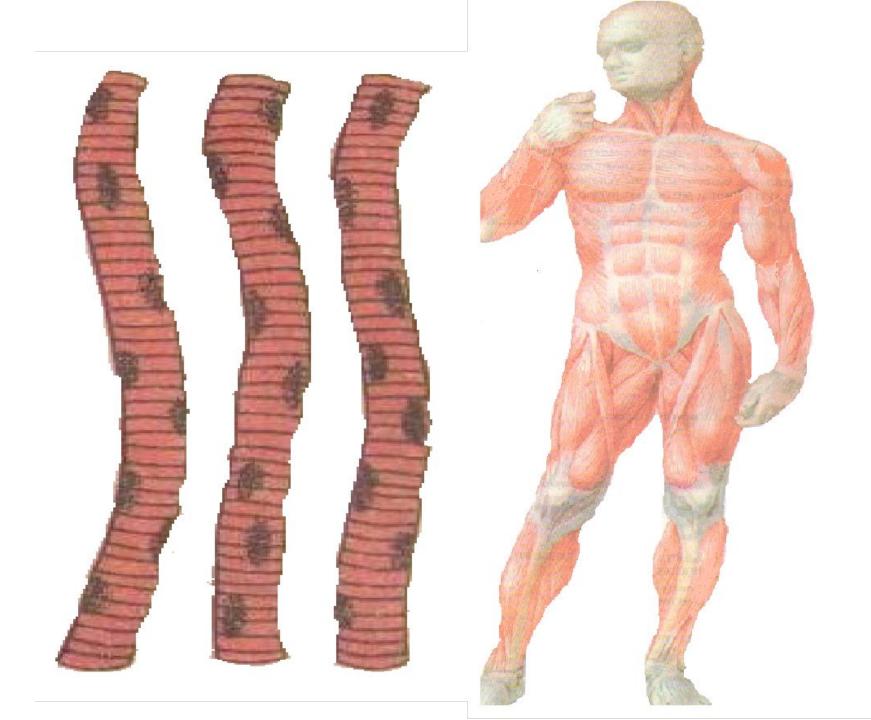


План урока

- 1.Строение мышц.
- 2. Функции мышц.
- 3. Основные группы мышц, значение физических упражнений.
- 4. Классификации мышц.

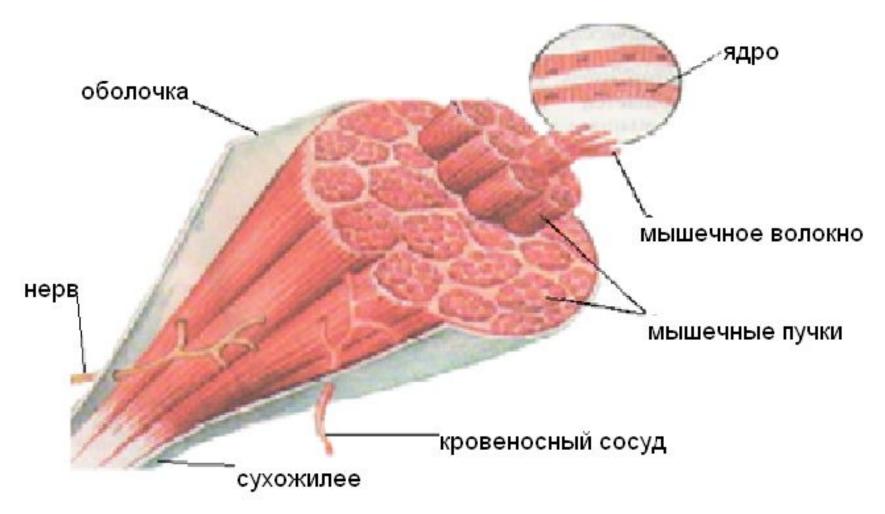
Виды мышечной ткани





Строение мышц:

Мышца⇔пучки мышечных волокон ↔нити миофибриллы ↔нити белков актина и миозина



Функции мышц:

- и опора
- Движение
 - **В** Защита

Основные группы мышц

мышцы головы и шеи

мимические жевательные мышцы шеи мышцы туловища

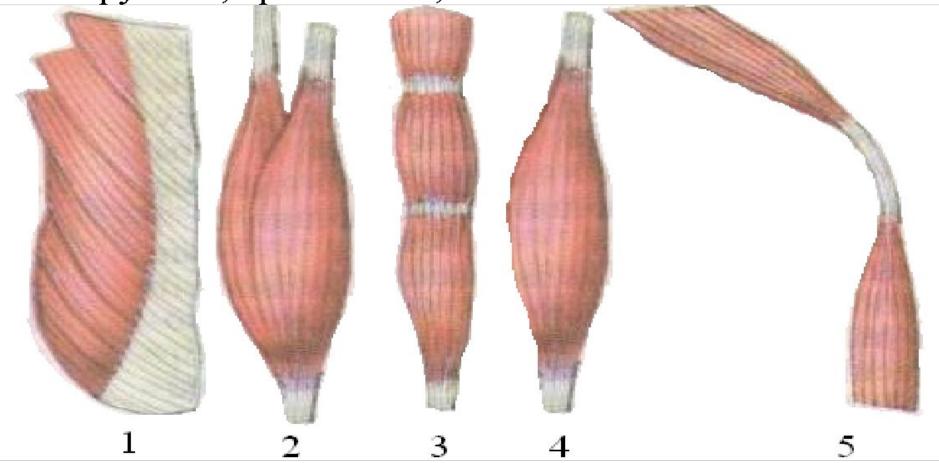
мышцы грудных стенок живота спины мышцы конечностей

мышцы верхних конечностей и нижних конечностей

Классификация мышц

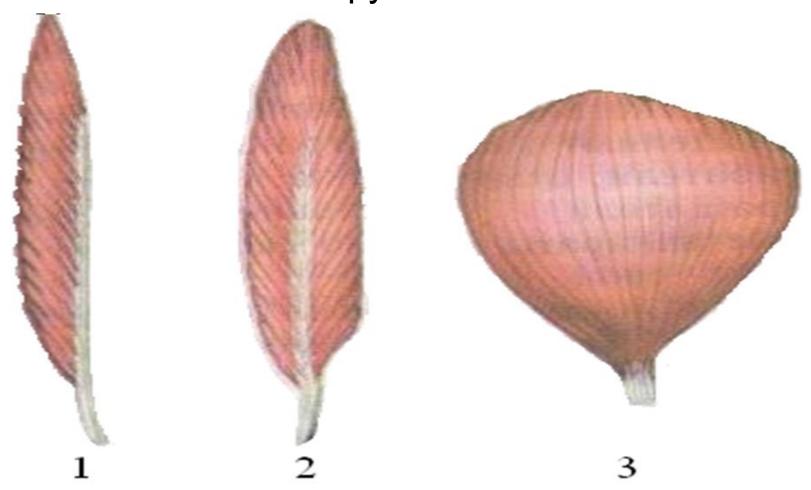
- 🛚 по форме
- по строению (по направлению мышечных волокон)
- по расположению
- по функциям

по форме: широкие(1), двуглавые(2), лентовидные(3), веретеновидные(4),двубрюшные(5), короткие, длинные, ромбовидные, зубчатые, круглые, трехглавые,



ПО СТРОЕНИЮ МЫШЦ:

одноперистые, двуперистые, многоперистые, круговые

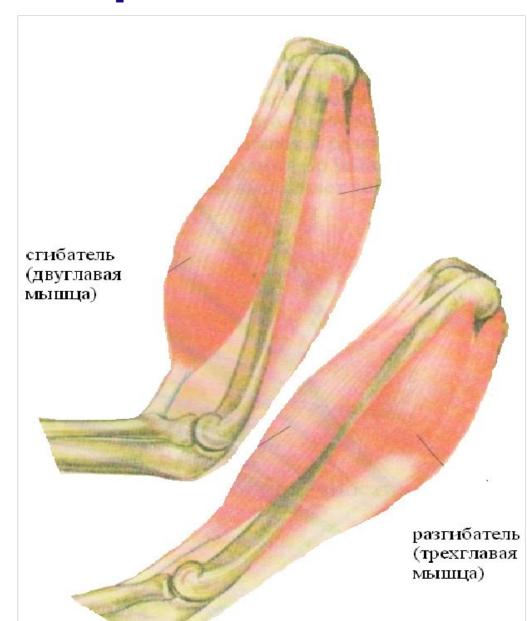


по расположению мышц:

- поверхностные
- плубокие
- прямые
- и косые

по функциям:

- сгибатели
- разгибатели
- приводящие
- отводящие
- сжиматели
- вращатели
- поднимающие
- и опускающие

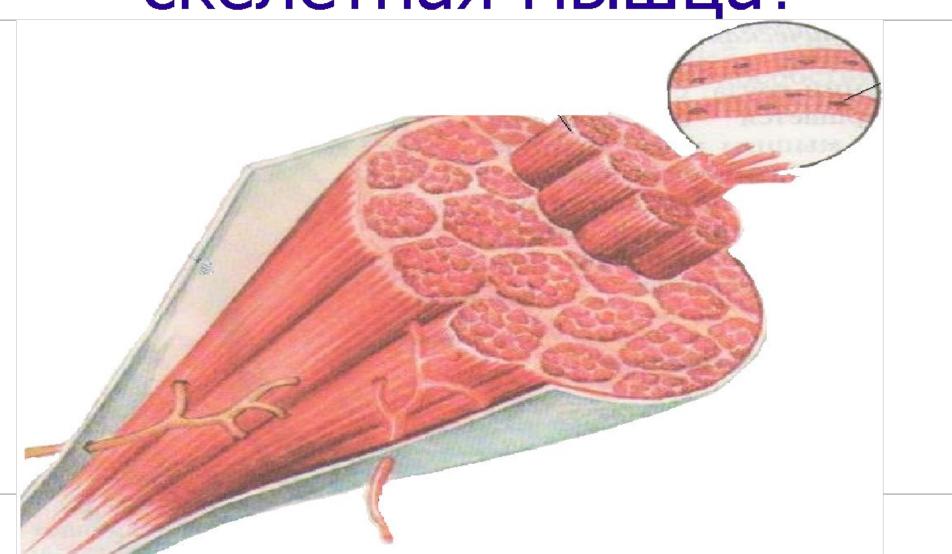


Вопросы для закрепления:

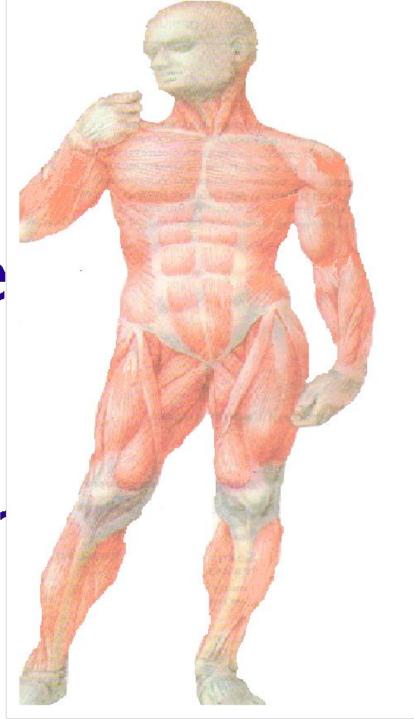
Какие основные функции выполняют мышцы?

По каким признакам можно классифицировать мышцы?

Как устроена скелетная мышца?



Какие основные группы МЫШЦ выделяют



Лабораторная работа

Определение местоположения отдельных мышц

Ответы к проверочной работе:

- поперечно − полосатая
- **в** скелетные
- и 600 или 656
- **миозина**
- **в** туловища
- конечностей
 конечностей

Домашнее задание:

изучить материал на с.106 – 109, задание из рубрики «Подумайте!» с. 111

*выясните откуда произошло слово «мышцы»;найдите примеры, людям каких профессий особенно важны знания о строении и расположении мышц