

# Мікроскопічна й анатомічна будова скелетних м'язів



# Значення скелетних м'язів



600 скелетних м'язів людини дають їй змогу пересуватися, ...

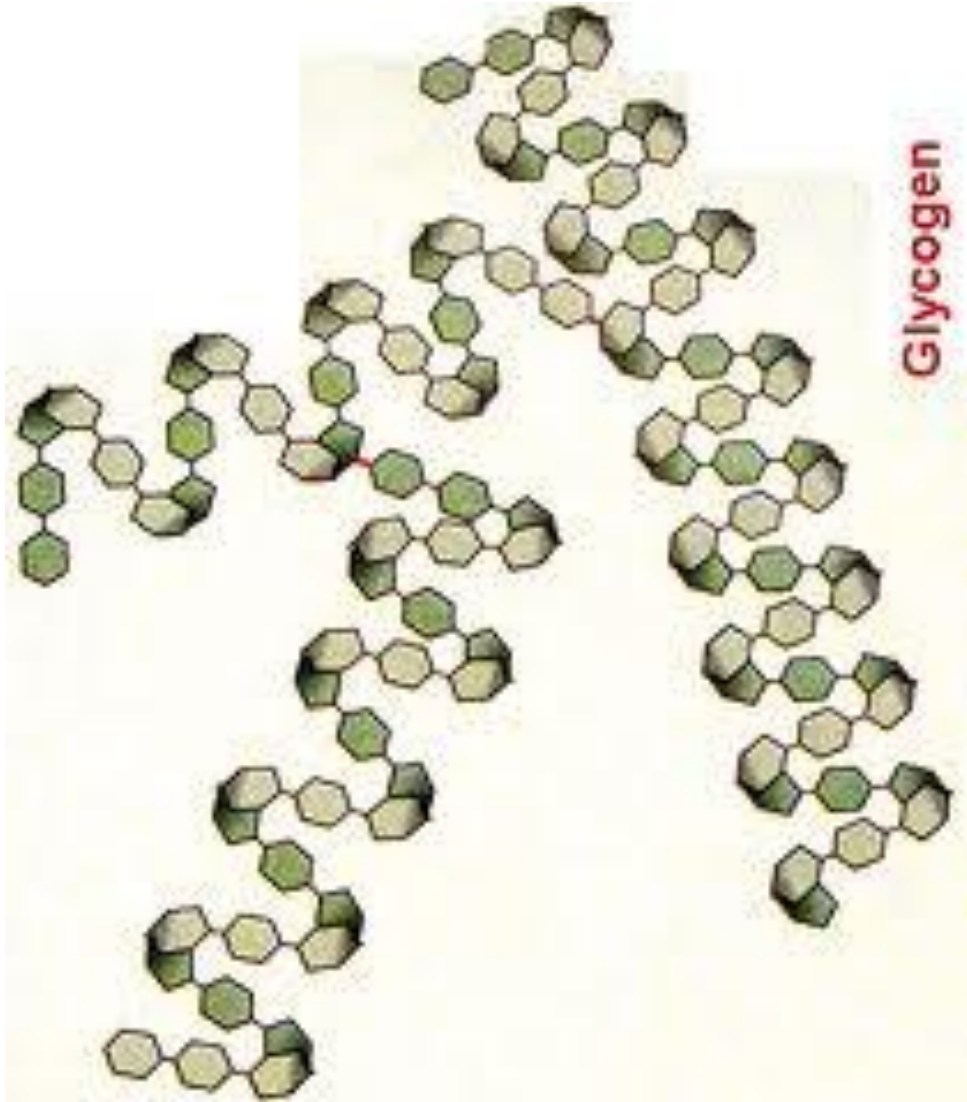
# Значення скелетних м'язів



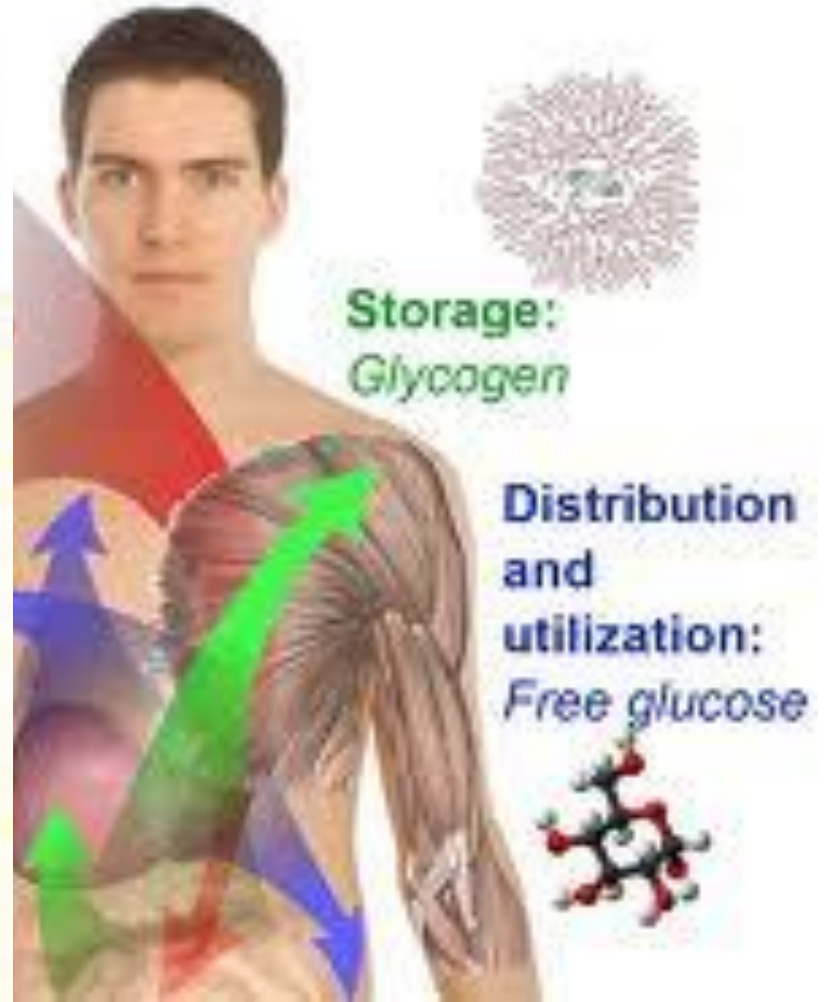
... підтримувати рівновагу чи певне  
поположення



# Значення скелетних м'язів



Glycogen



... нагромаджувати глікоген, ...

# Значення скелетних м'язів



... завдяки рецепторам м'язового чуття контролювати положення тіла, ...

# Значення скелетних м'язів



... виробляти тепло.



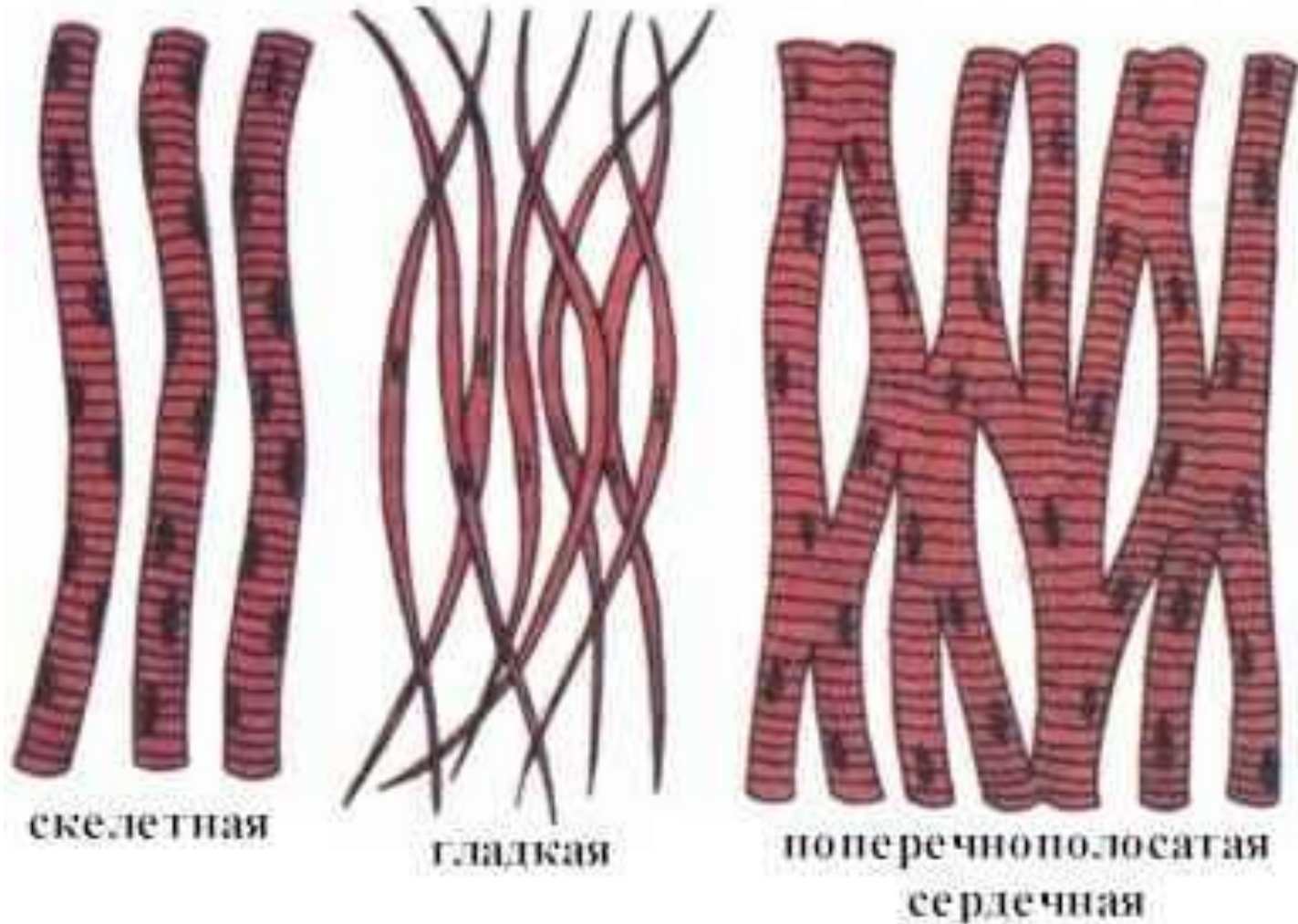
# Значення скелетних м'язів



Збудливість і скоротливість – основні фізіологічні властивості м'язів

# Мікроскопічна будова скелетних м'язів

ВИДЫ МЫШЕЧНОЙ ТКАНИ



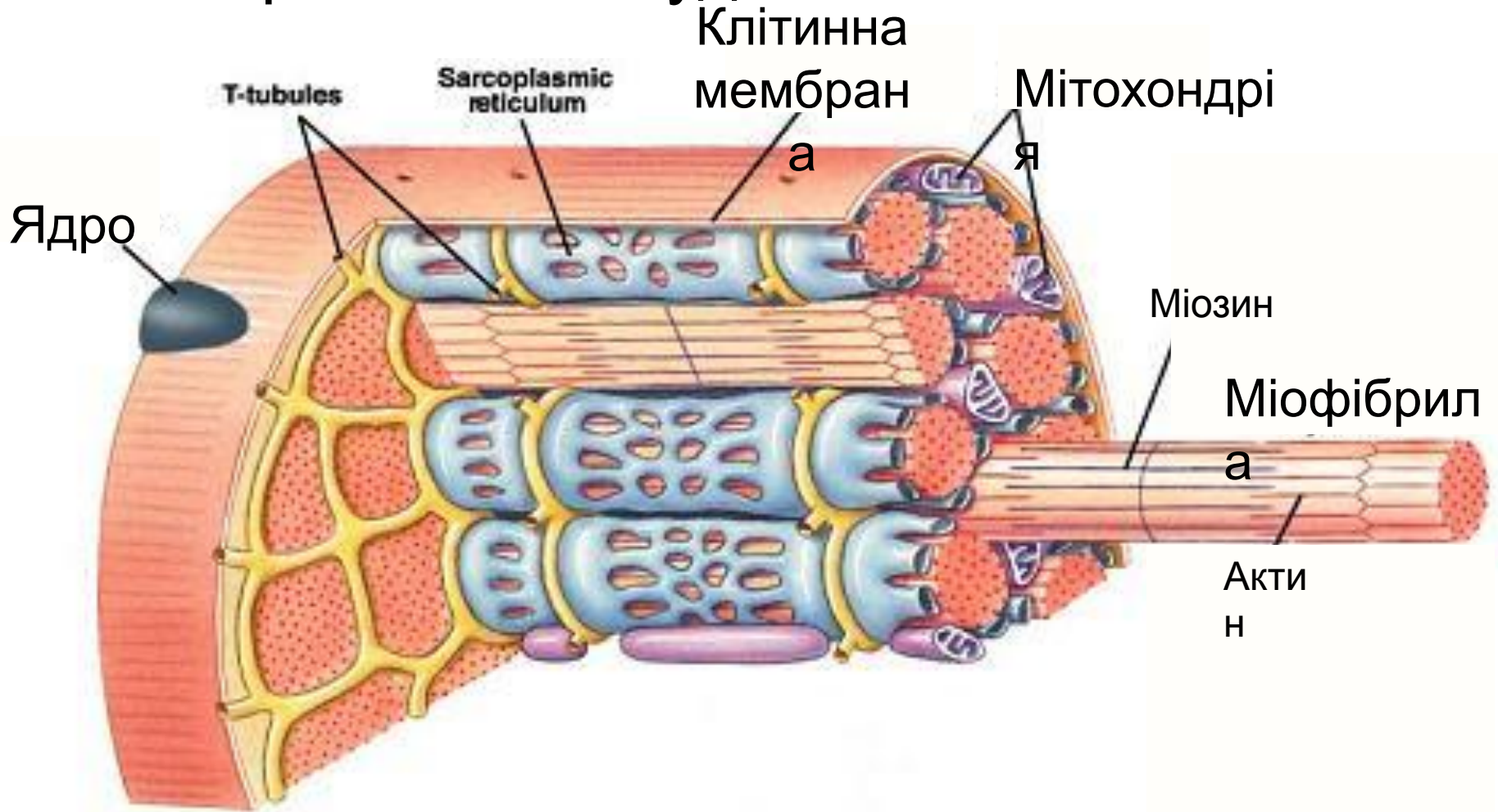
Три види м'язової тканини:  
посмугована, непосмугована і серцевий м'яз



# Мікроскопічна будова скелетних м'язів



# Мікроскопічна будова скелетних м'язів



Міоцит (частина) – багатоядерна клітина, що втратила здатність до поділу, з величезними запасами глікогену і великою кількістю мітохондрій

# Мікроскопічна будова скелетних м'язів



Кількість м'язових волокон у дорослих людей стала,  
а діаметр залежить від тренуваності м'язів



# Анатомічна будова скелетних м'язів

ектоморф



мезоморф

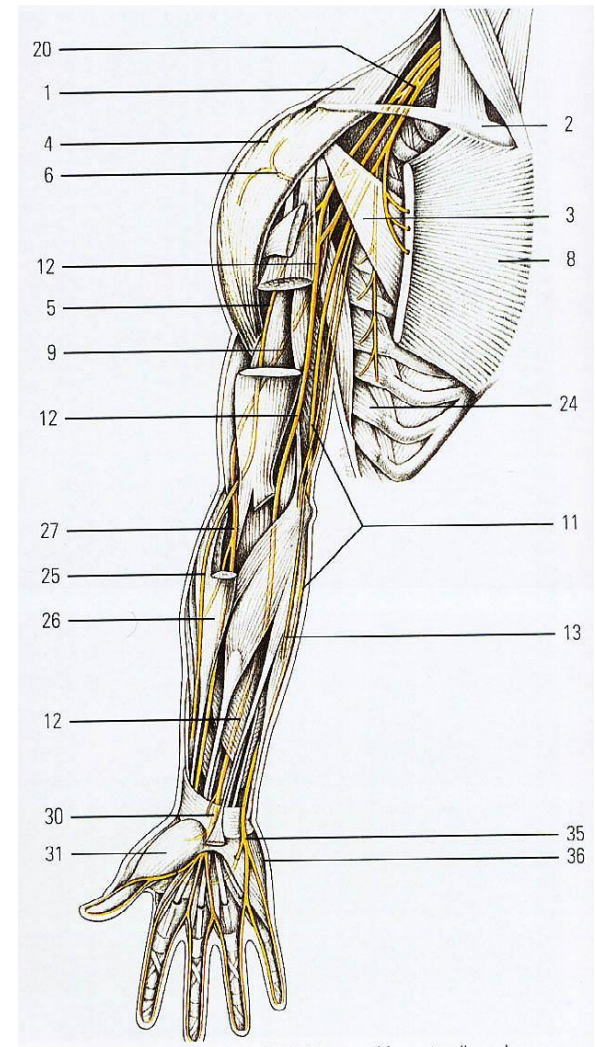
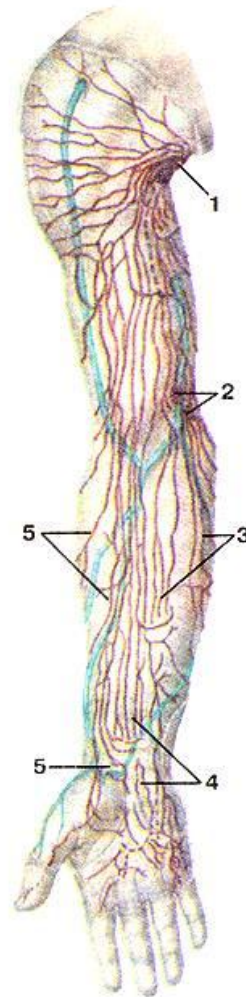


ендоморф



М'язи становлять 30-40% маси тіла (у спортсменів 50%),  
разом з кістками визначають фігуру людини

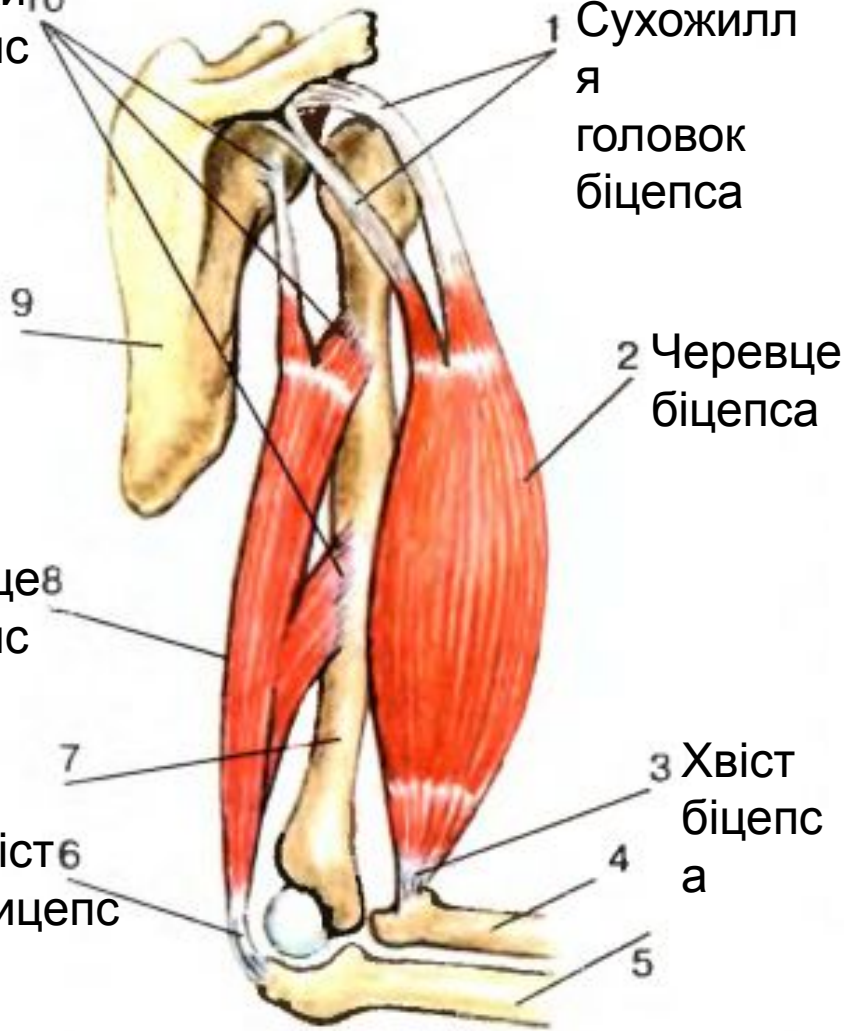
# Анатомічна будова скелетних м'язів



М'язи містять велику кількість кровоносних судин і нервів

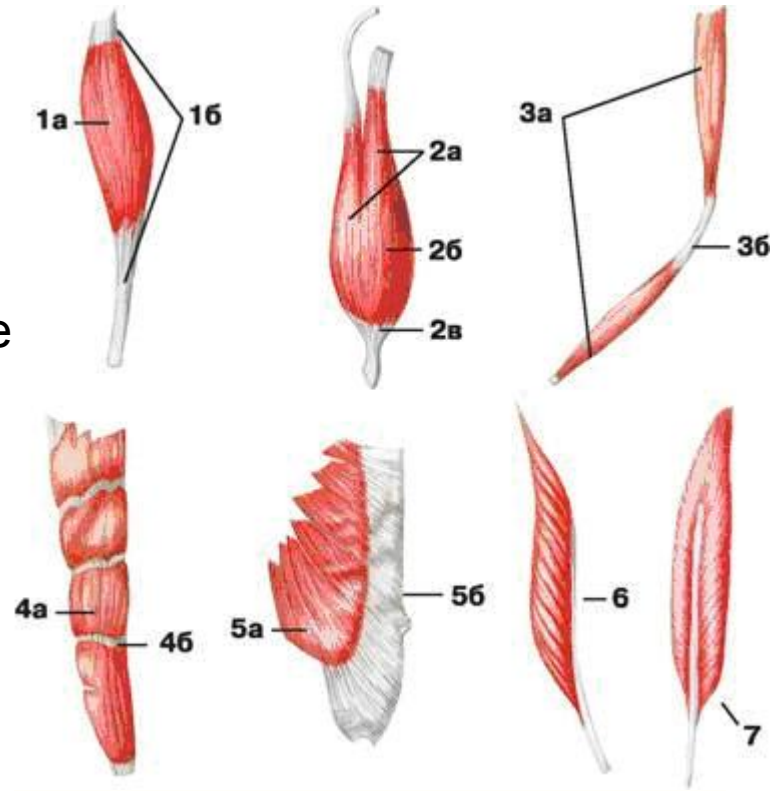
# Анатомічна будова скелетних м'язів

Головки  
трицепс  
а



Черевце  
трицепс  
а

Хвіст  
трицепс  
а

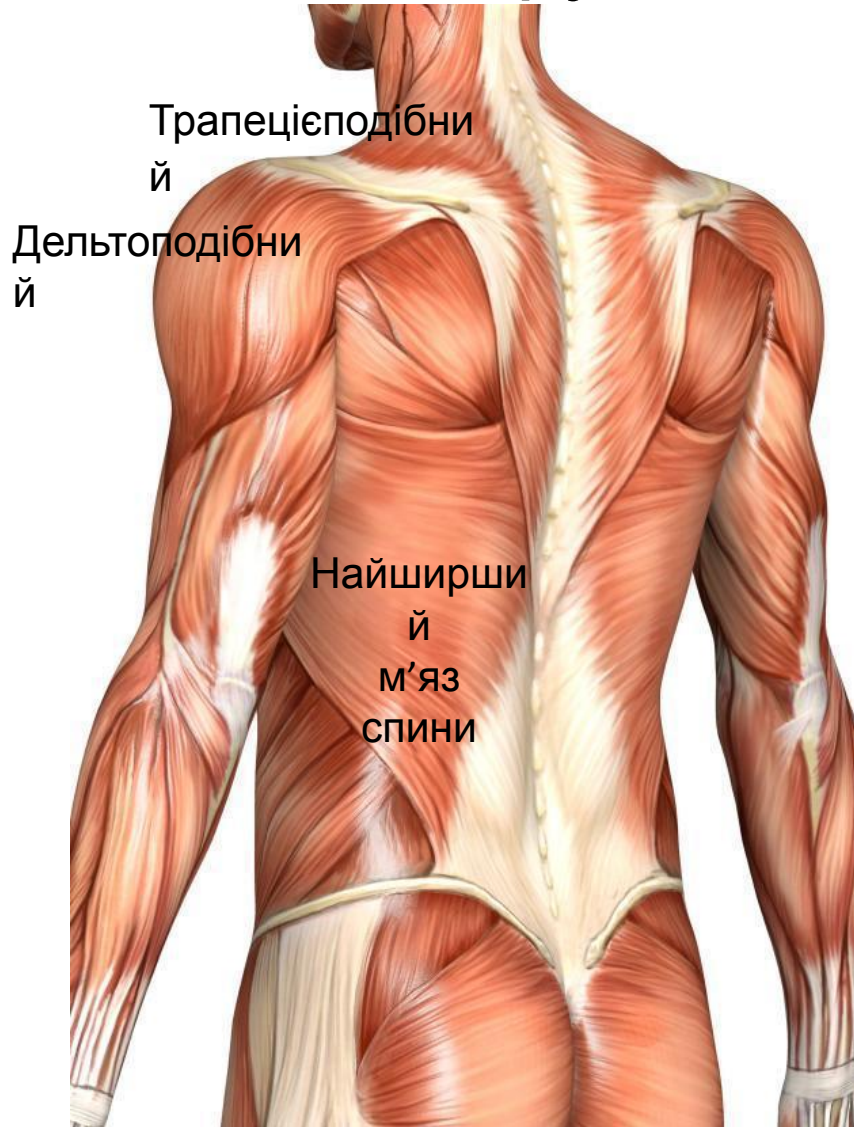


Види м'  
язів

Рухи скелетних м'язів довільні – керуються корою головного мозку

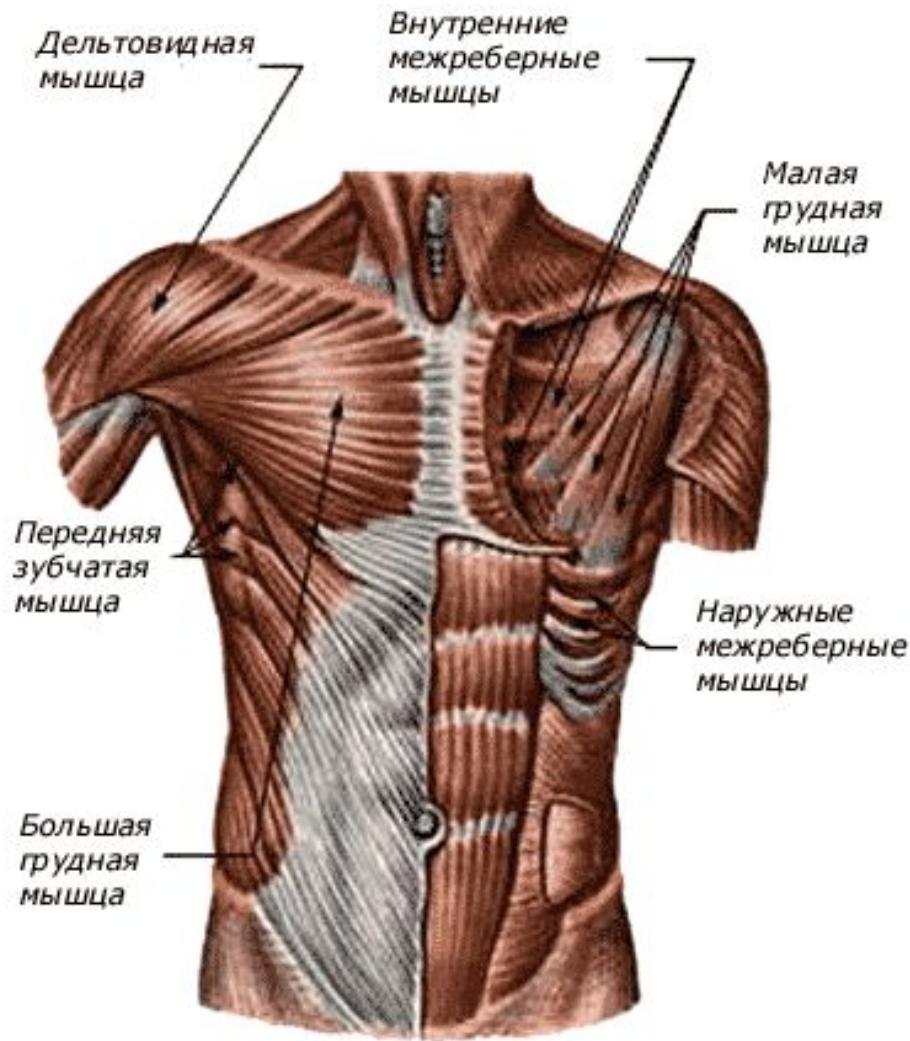


# Групи скелетних м'язів



М'язи спини допомагають утримувати вертикальне положення, беруть участь у диханні

# Групи скелетних м'язів



М'язи грудної клітки беруть участь у диханні



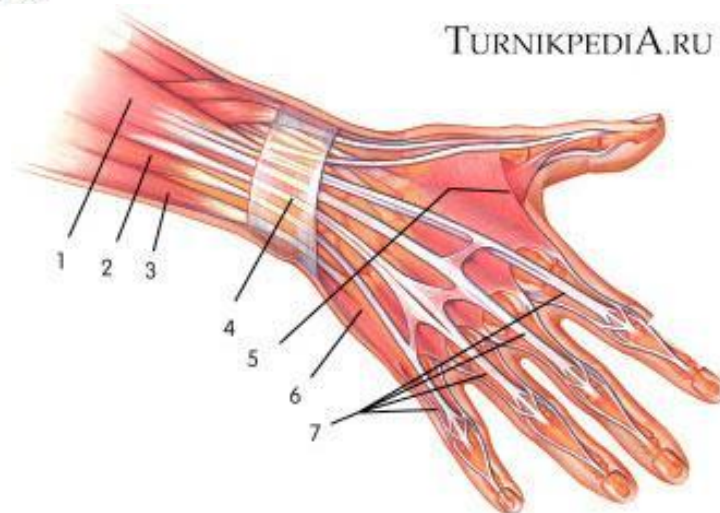
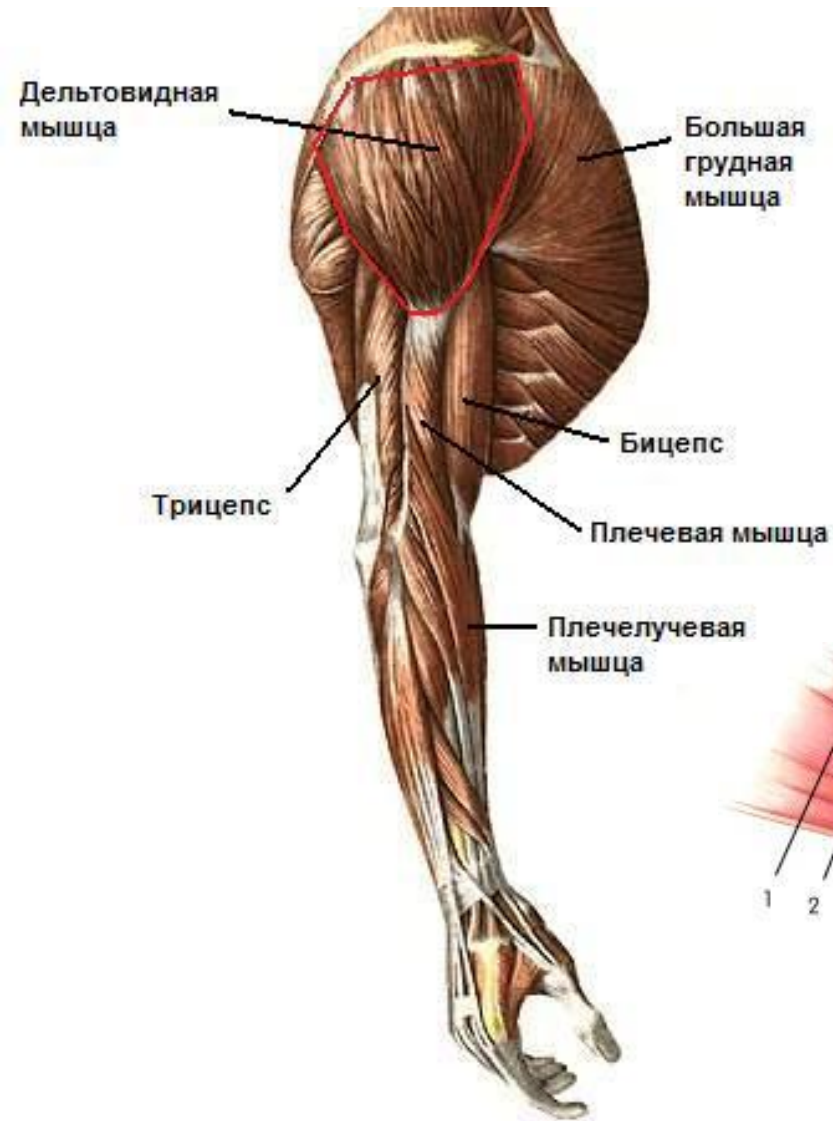
# Групи скелетних м'язів



М'язи живота (черевний прес) беруть участь у згинанні тулуба, диханні, сечовипусканні, пологах, утримують внутрішні органи у певному положенні

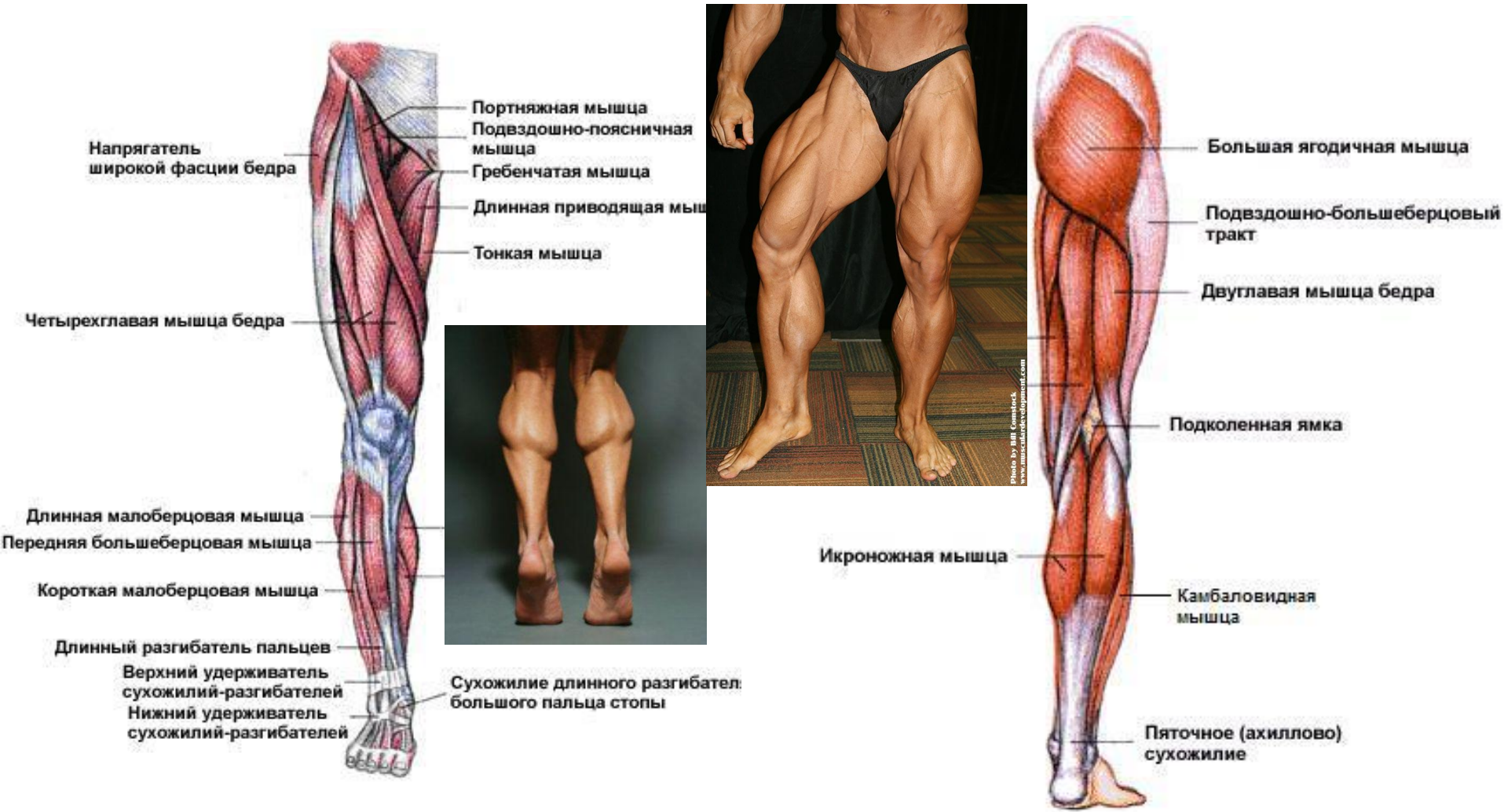


# Групи скелетних м'язів



М'язи верхніх кінцівок. М'язи кисті виконують точні рухи

# Групи скелетних м'язів



М'язи нижніх кінцівок. Опора та пересування



# Групи скелетних м'язів



5. **Дежурная улыбка:** уголки губ неестественно разъезжаются в разные стороны. Как спровоцировать: пригласите в гости своего начальника.



6. **Презрение:** губы сжаты, глаза сощурены. Как спровоцировать: откажитесь доплатить \$100 за вид на море из вашего номера.



7. **Просьба:** брови доником, подбородок дрожит. Как спровоцировать: пообещайте, а потом передумайте.



8. **Мольба:** лоб наморщен, рот приоткрыт, глаза накрыты. Как спровоцировать: снова пообещайте (см. предыдущий пункт), а потом снова передумайте.



9. **Недоуменный гнев:** один глаз прищурен, челюсть выдвинута вперед. Как спровоцировать: в честь победы ЦСКА ложитесь спать в ботсах.



10. **Оторопь:** глаза широко распахнуты, рот приоткрыт. Как спровоцировать: сделайте себе татуировку «Маша» (примечание: если ее зовут Маша, сделайте «Катя»).



11. **Глухая ненависть:** все мышцы лица каменеют. Как спровоцировать: скажите про новое платье: очень хорошее, точь-в-точь как у моей ассистентки.



12. **Робкая покорность:** рот закрыт, одна бровь чуть приподнята. Как спровоцировать: неизвестно.

М'язи обличчя: жувальні та мімичні





Найменший у світі качок  
важив 8 кг, піднімав гантель 3 кг, від грудей 6 кг. Помер у 23  
роки