

Мікроскопічна й анатомічна будова скелетних м'язів



Значення скелетних м'язів



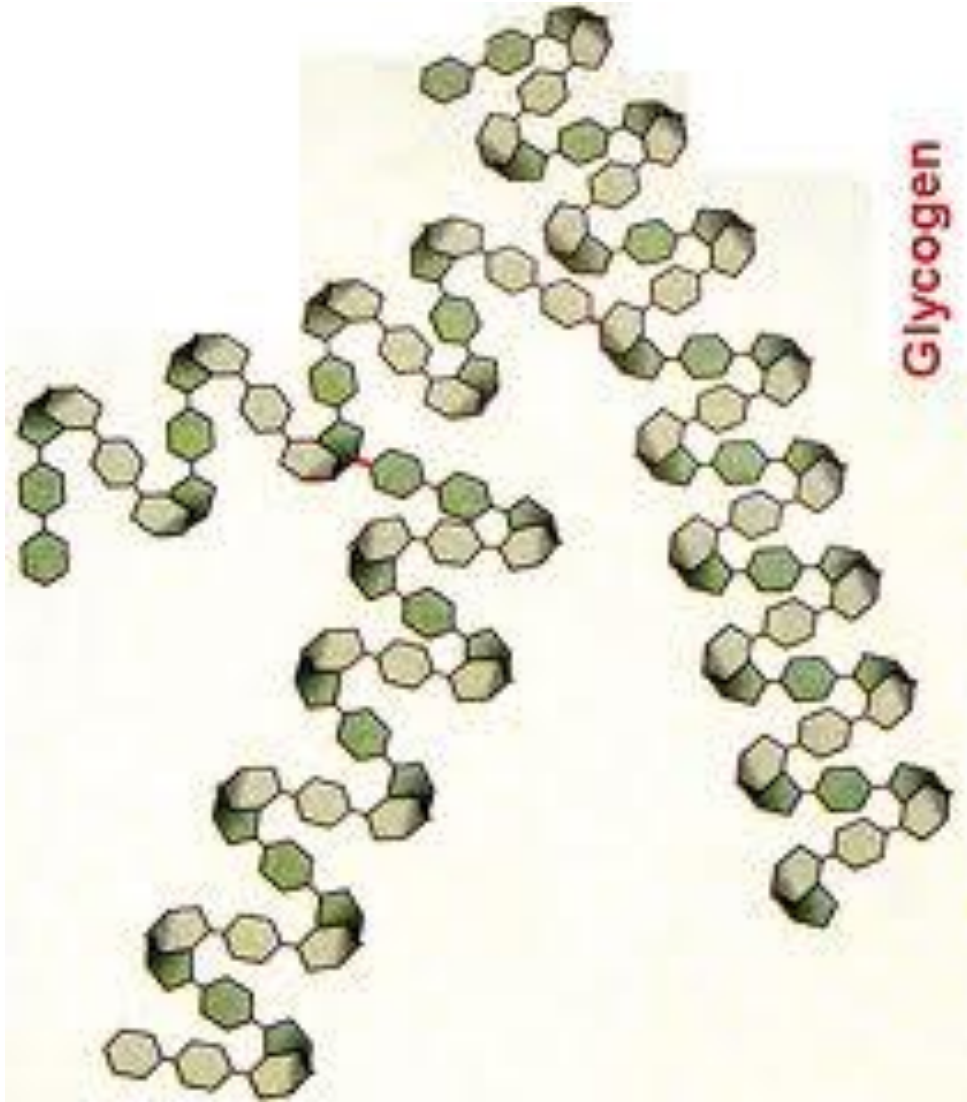
600 скелетних м'язів людини дають їй змогу пересуватися, ...

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.

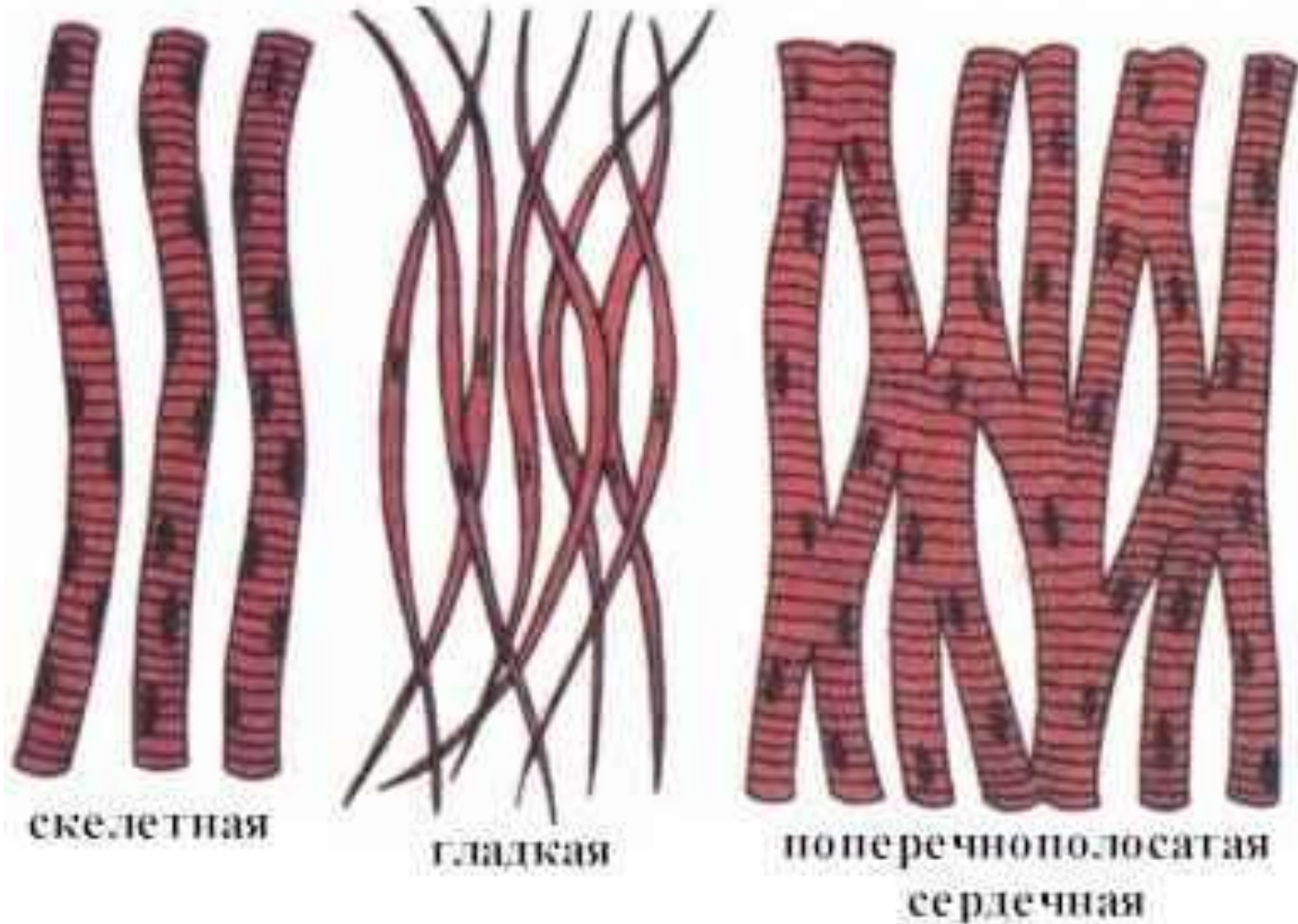
Значення скелетних м'язів



Збудливість і скоротливість – основні фізіологічні властивості м'язів

Мікроскопічна будова скелетних м'язів

ВИДЫ МЫШЕЧНОЙ ТКАНИ

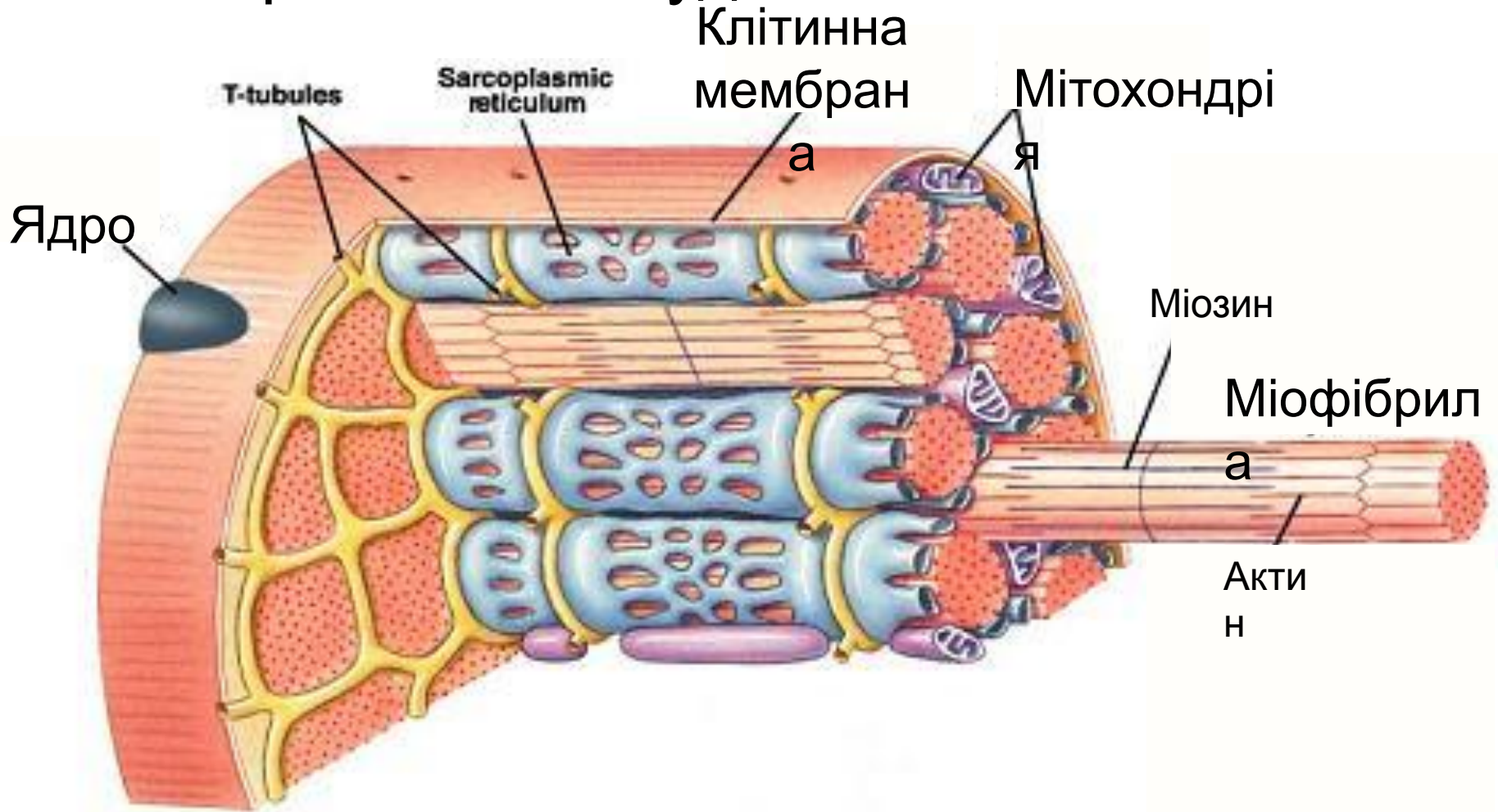


Три види м'язової тканини:
посмугована, непосмугована і серцевий м'яз

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

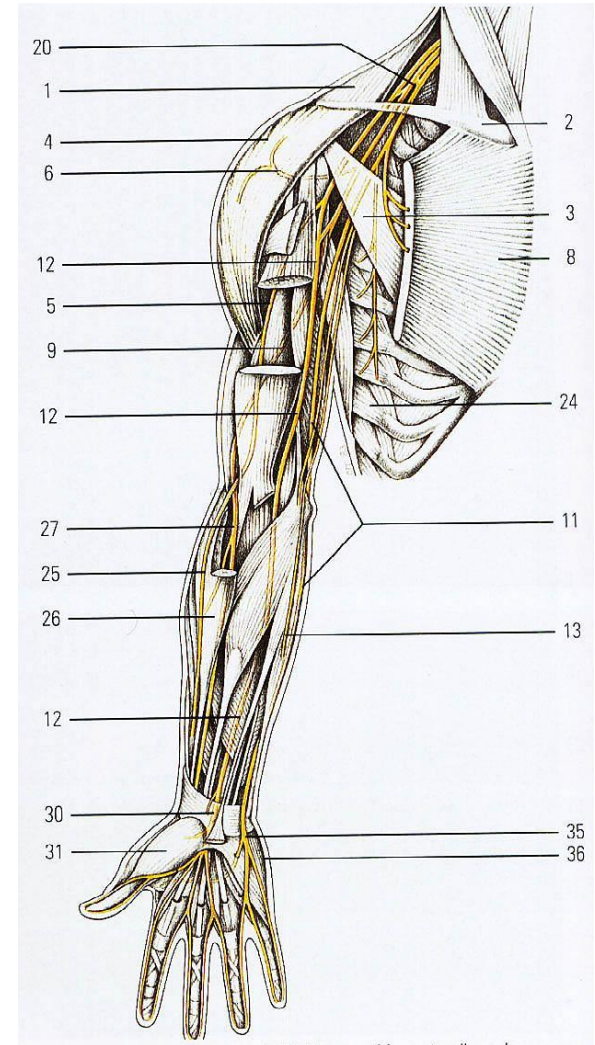
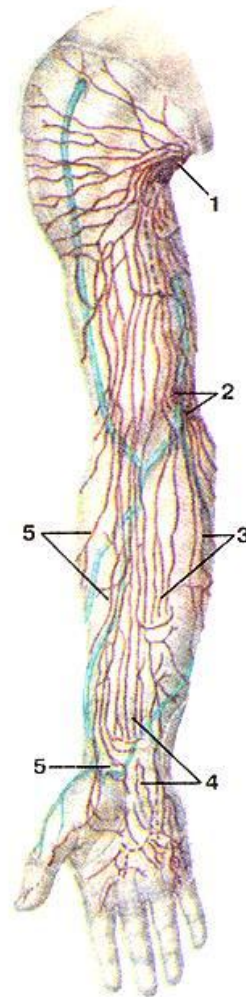


ендроморф



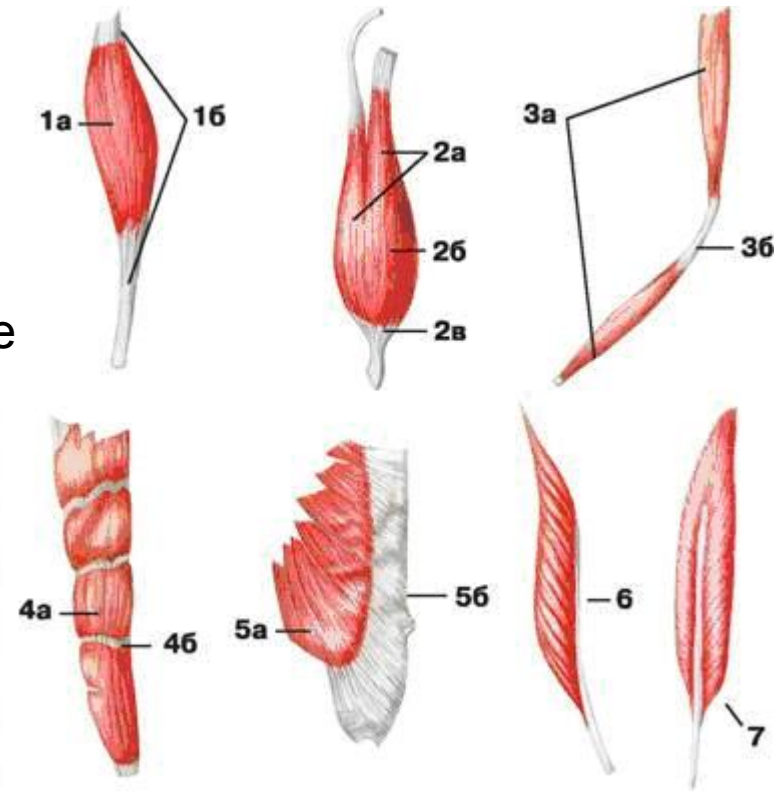
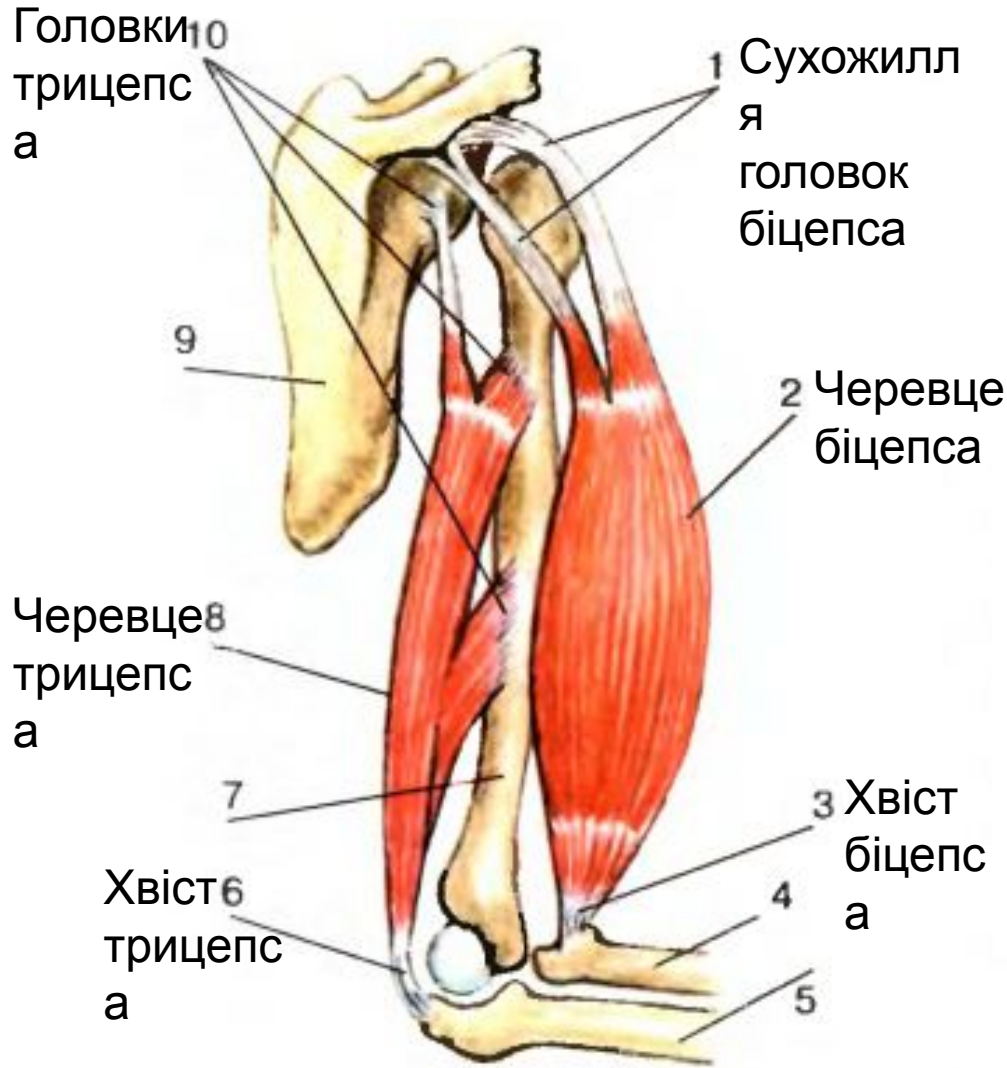
М'язи становлять 30-40% маси тіла (у спортсменів 50%),
разом з кістками визначають фігуру людини

Анатомічна будова скелетних м'язів



М'язи містять велику кількість кровоносних судин і нервів

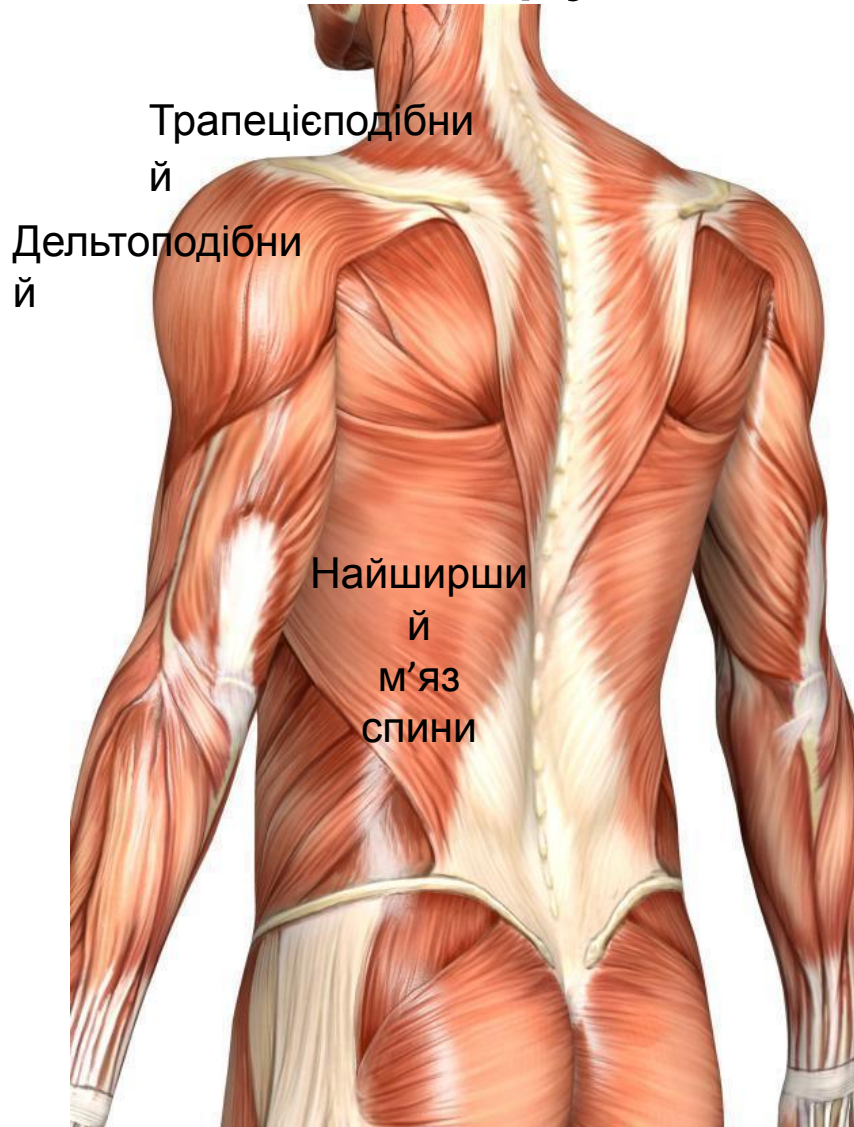
Анатомічна будова скелетних м'язів



Види м'язів

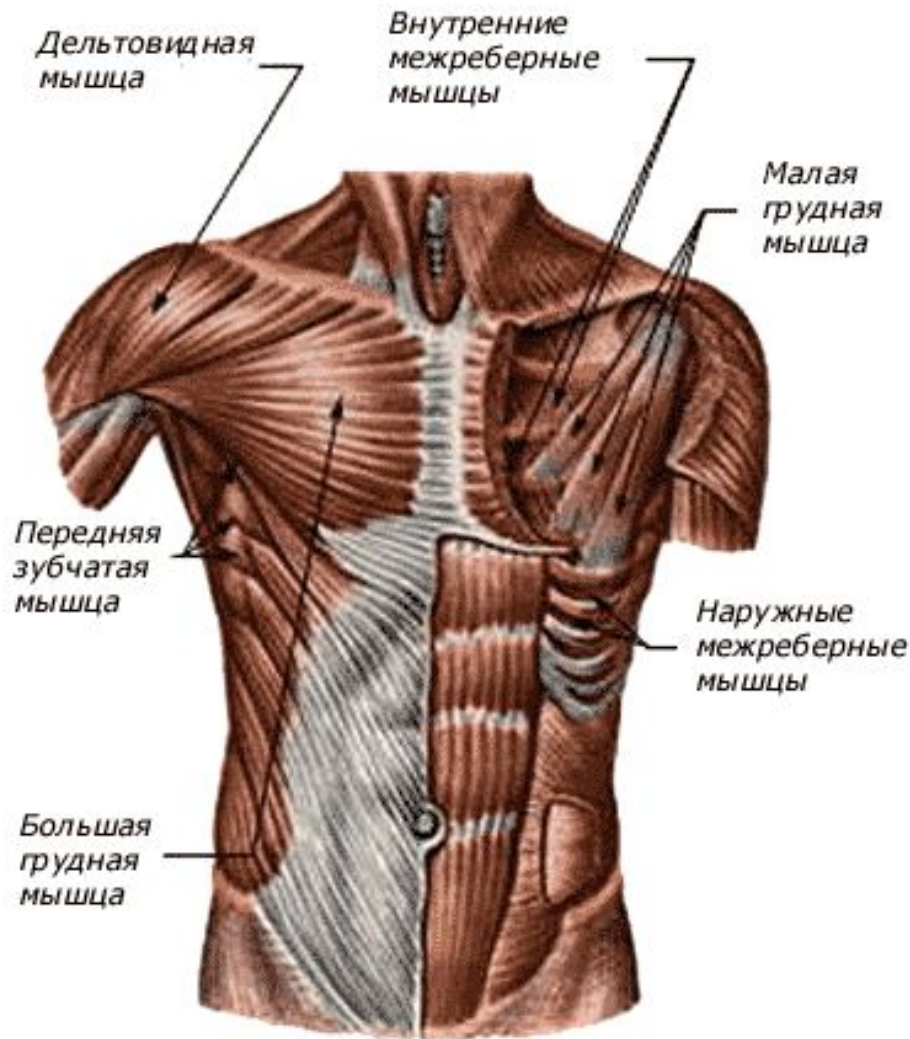
Рухи скелетних м'язів довільні – керуються корою головного мозку

Групи скелетних м'язів



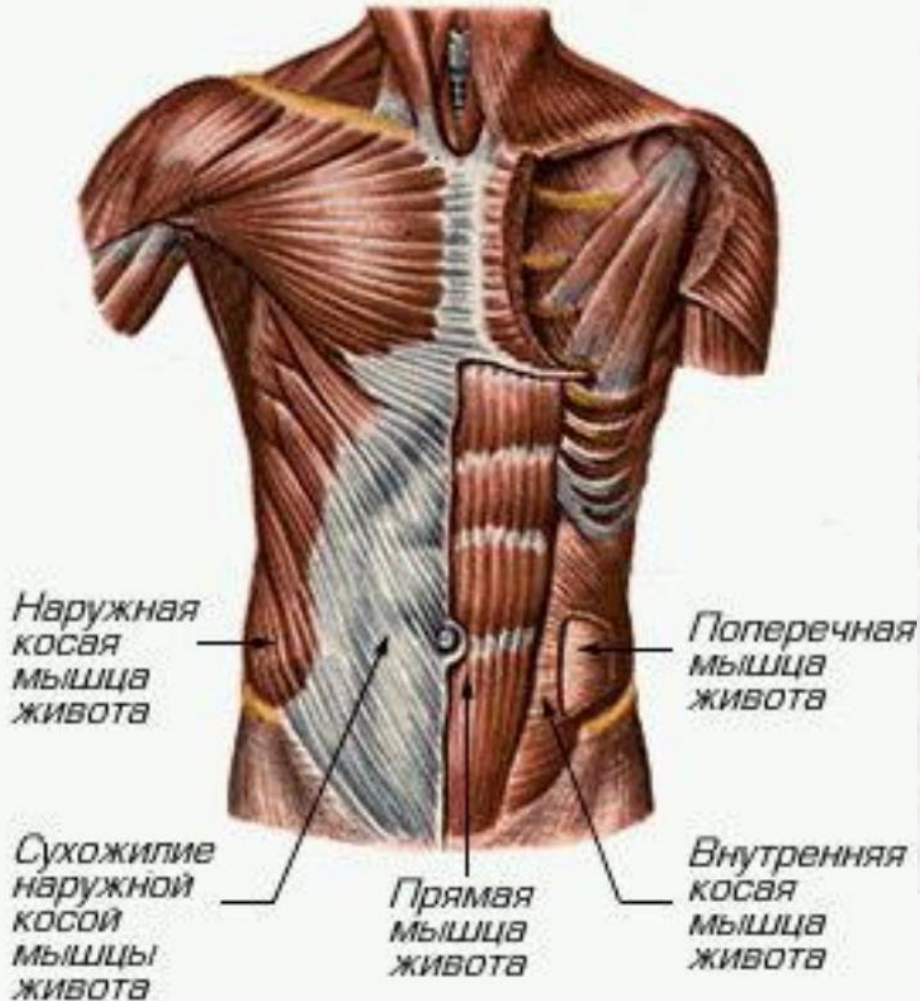
М'язи спини допомагають утримувати вертикальне положення, беруть участь у диханні

Групи скелетних м'язів



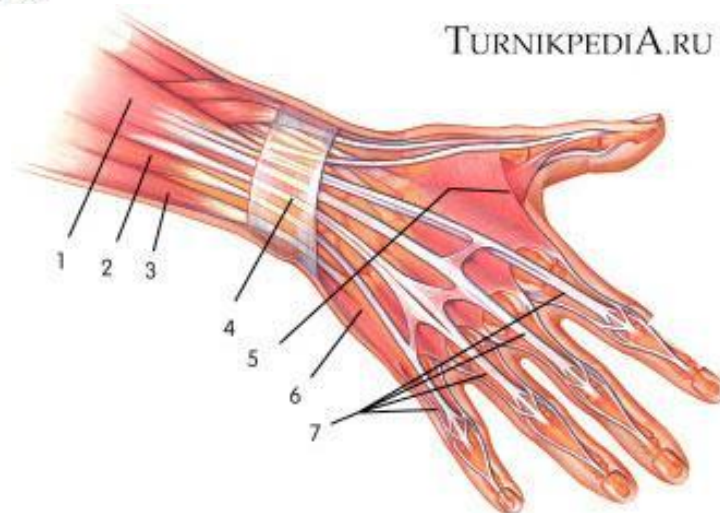
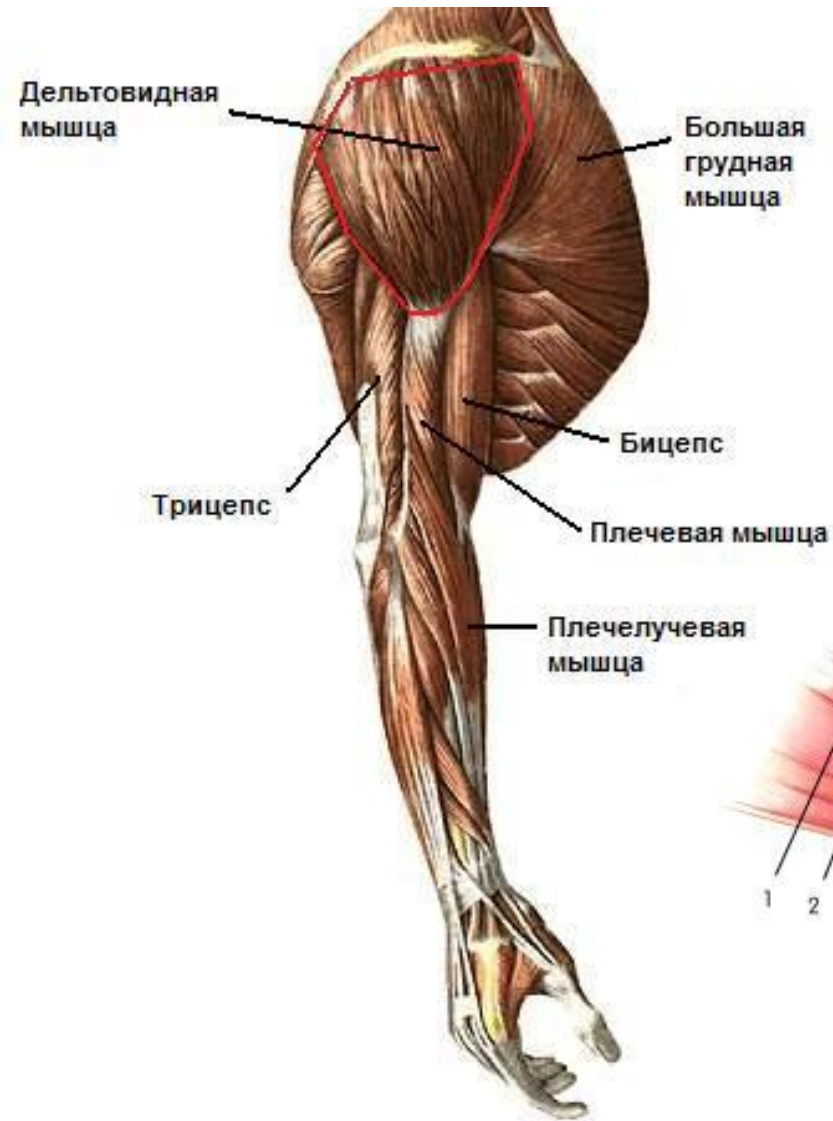
М'язи грудної клітки беруть участь у диханні

Групи скелетних м'язів



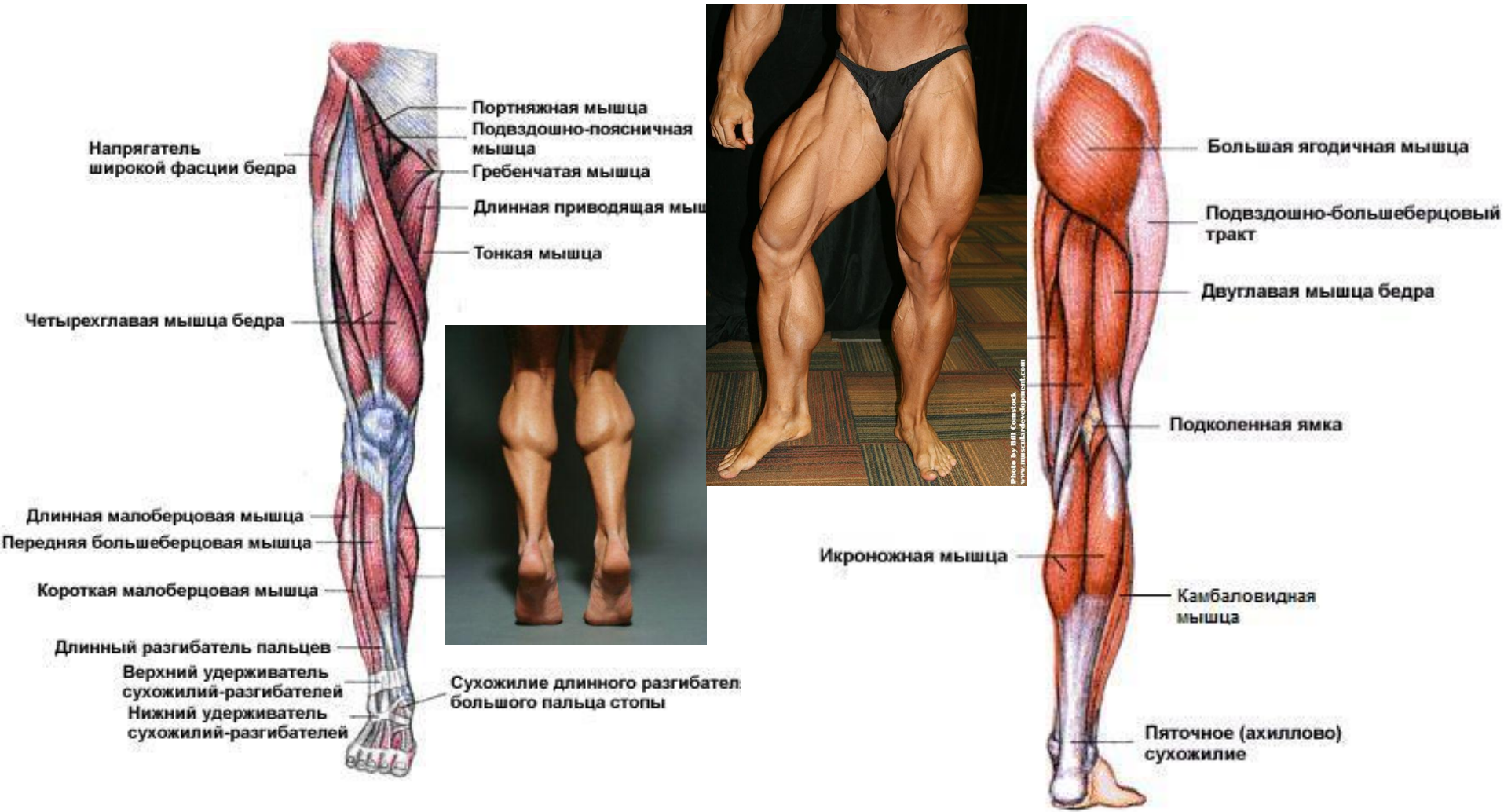
М'язи живота (черевний прес) беруть участь у згинанні тулуба, диханні, сечовипусканні, пологах, утримують внутрішні органи у певному положенні

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