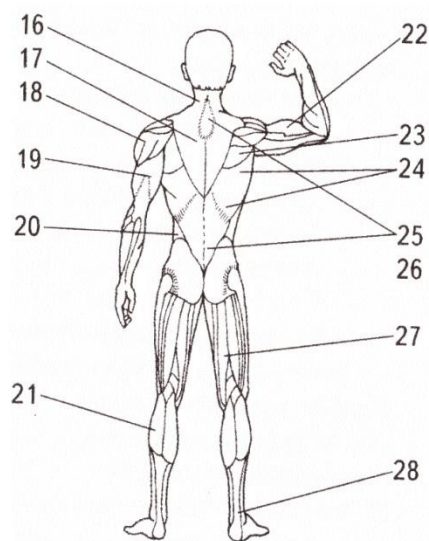
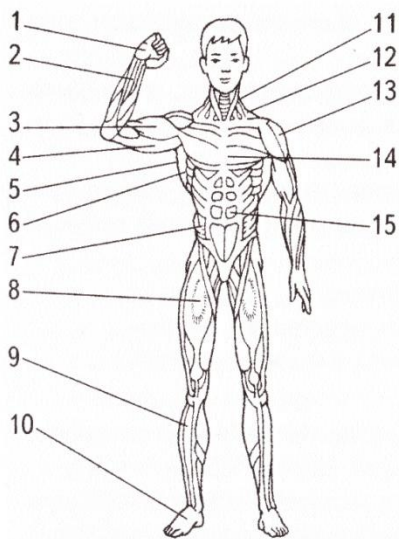


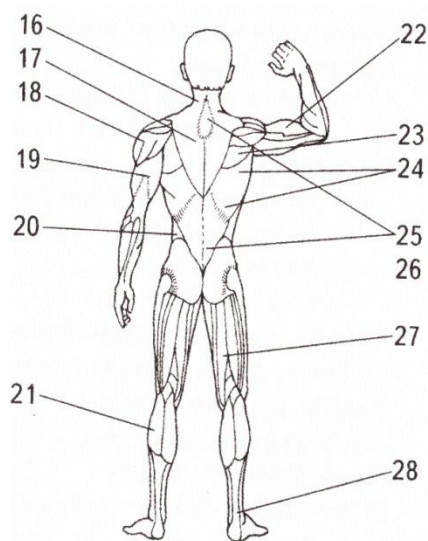
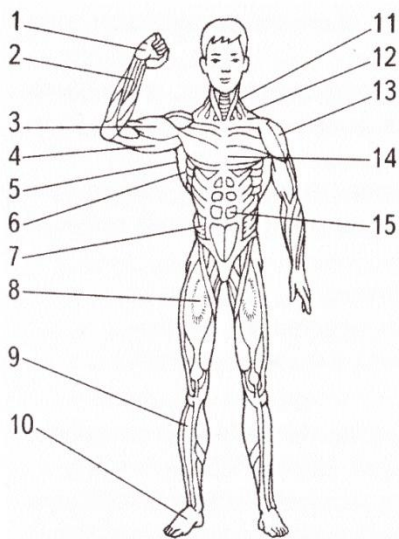
ОСНОВНЫ Е МЫШЦЫ ЧЕЛОВЕКА И ИХ ФУНКЦИИ.

2-Мышцы предплечья

находятся на внутренней стороне предплечья, сгибают пальцы и кисть, а находящиеся на наружной стороне- разгибают их.



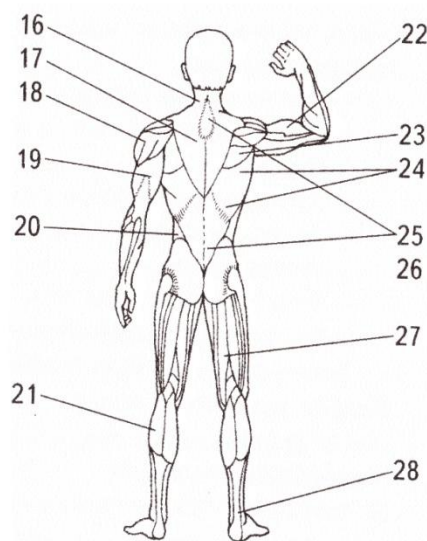
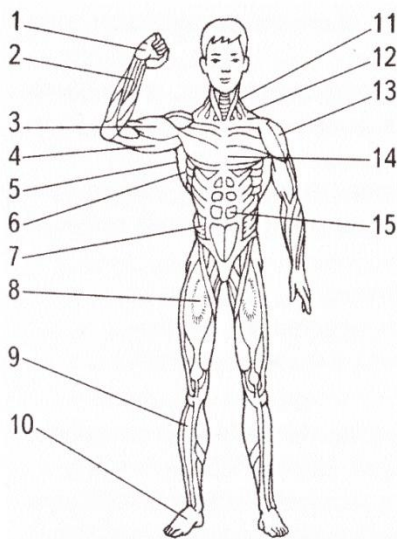
3 и 22 – Двуглавая мышца плеча(бицепс),
расположена на передней поверхности плеча. Сгибает руку в локтевом суставе, участвует в повороте плеча наружу.



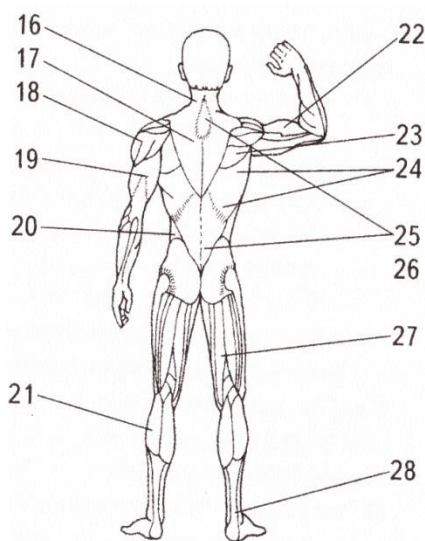
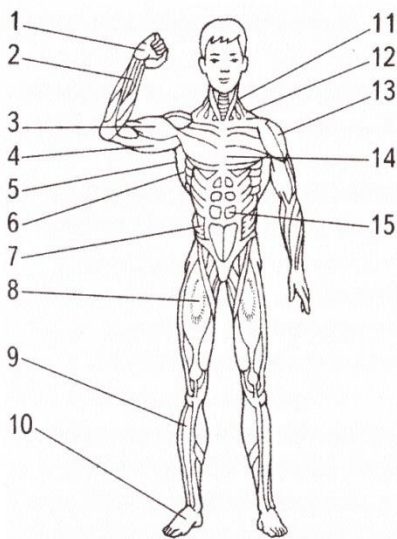
4 и 19-трехглавая мышца плеча(трицепс)

расположена на задней
поверхности плеча.

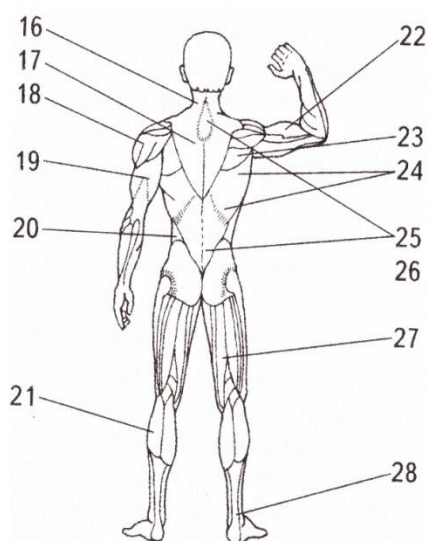
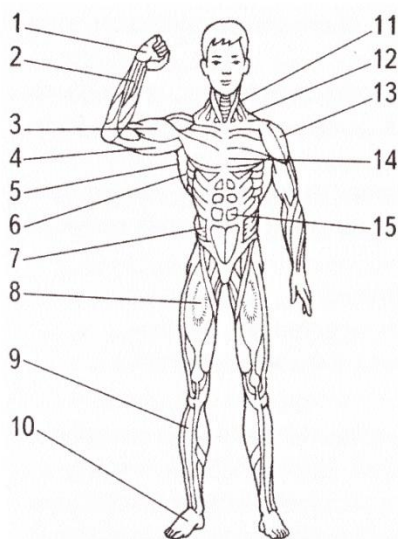
Разгибают руку в локтевом
суставе.



находится на
латеральном крае
лопатки, вращает плечо,
поднятую руку приводит
к туловищу.



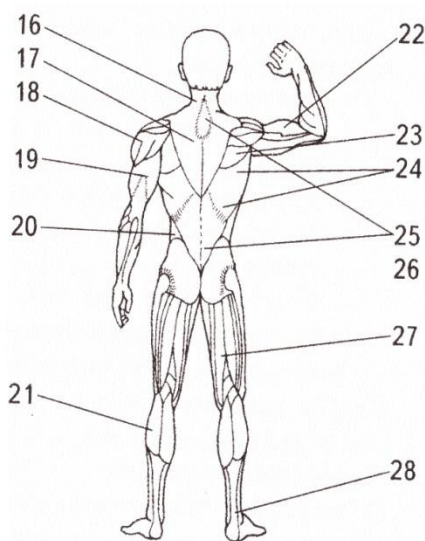
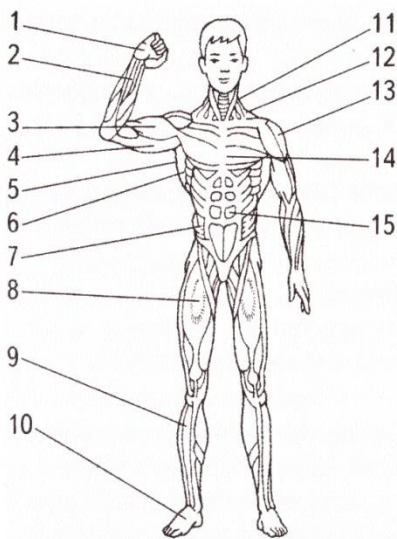
6 и 24-Широчайшая
мышца спины находится
на задней поверхности
грудной клетки. Приводит
плечо к туловищу. Вращает
руку внутрь, тянет ее назад.



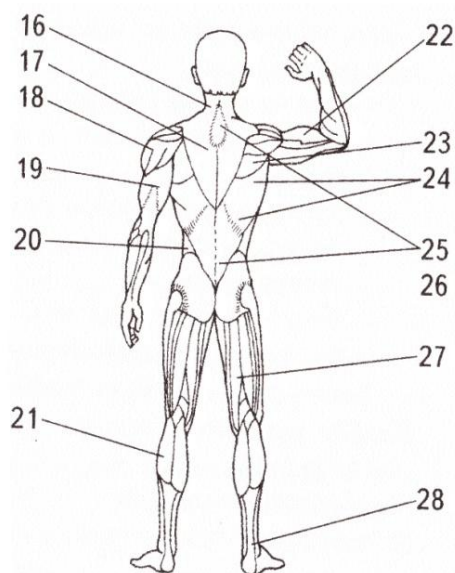
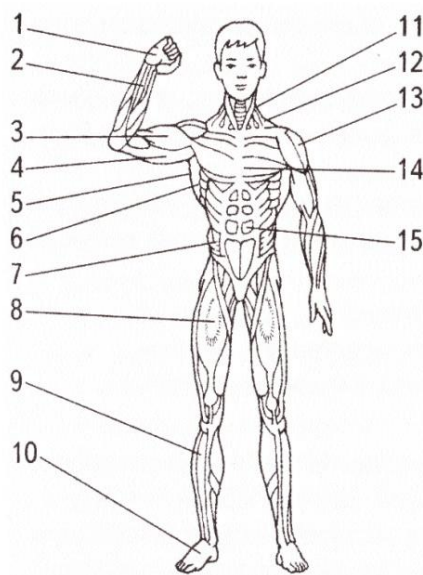
7и 20-Косая мышца

живота находится сбоку
брюшного пресса.

Участвует при вращении и
наклоне туловища.



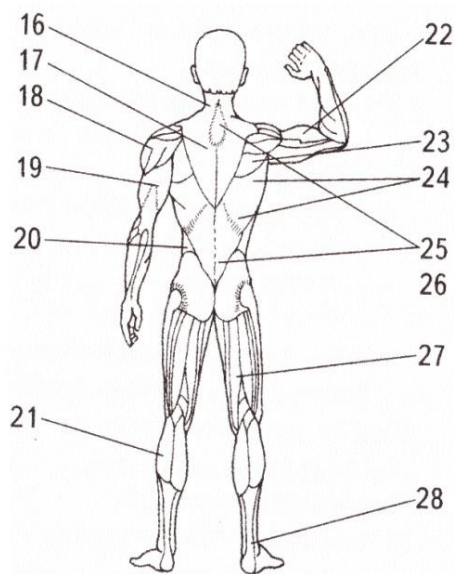
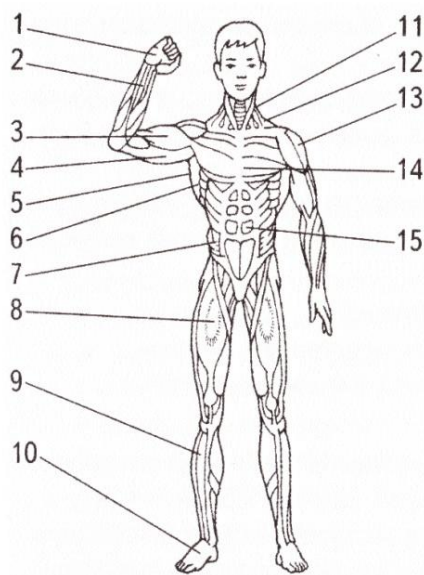
8- Четырехглавая мышца бедра. Расположена на передней поверхности бедра. Разгибает ногу в коленном суставе, участвует в сгибании бедра в тазобедренном суставе.



9-Передняя

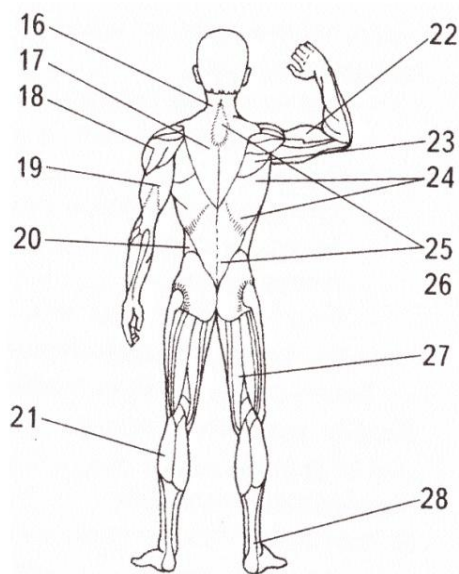
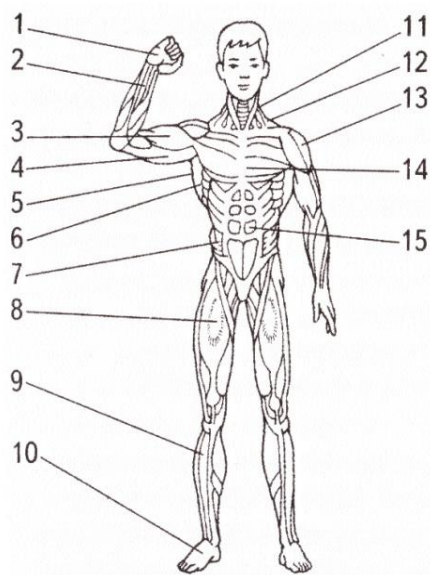
большеберцовая мышца

находится на передней
поверхности
большеберцовой кости,
разгибает стопу.



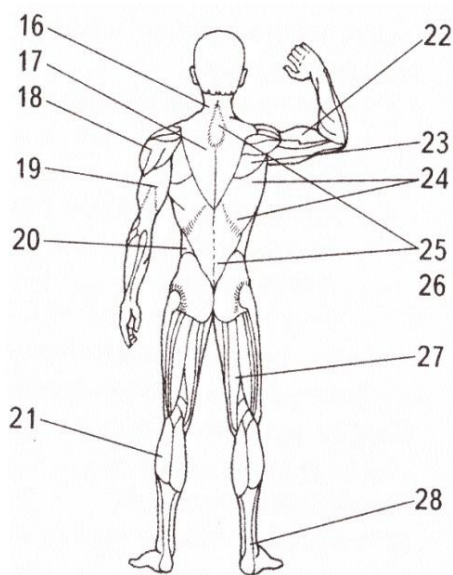
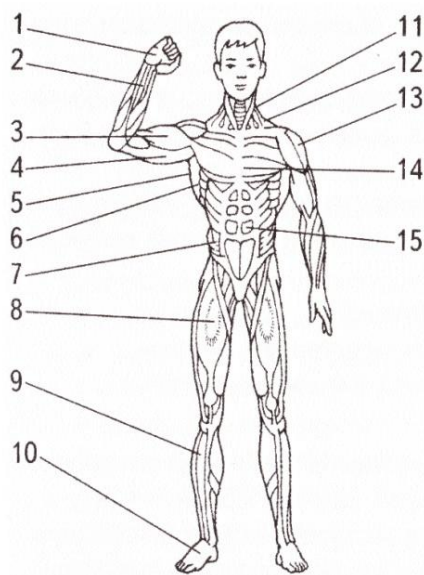
10-Мышцы стопы

сгибают и разгибают,
отводят и приводят
стопу.

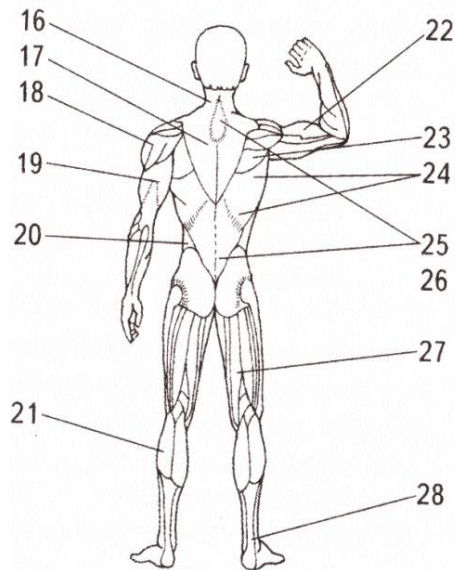
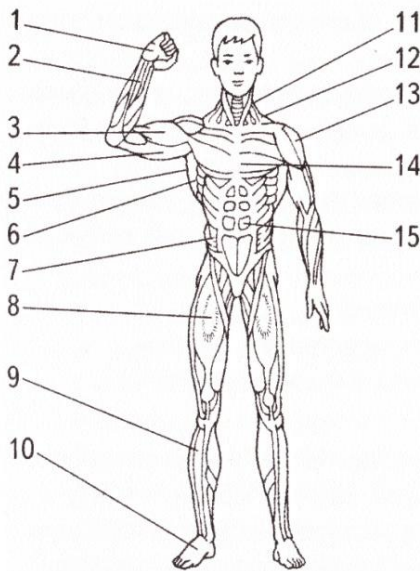


11 и 16-Мышцы шеи.

Наклоняют голову вперед, назад, в стороны, поворачивают влево и вправо.



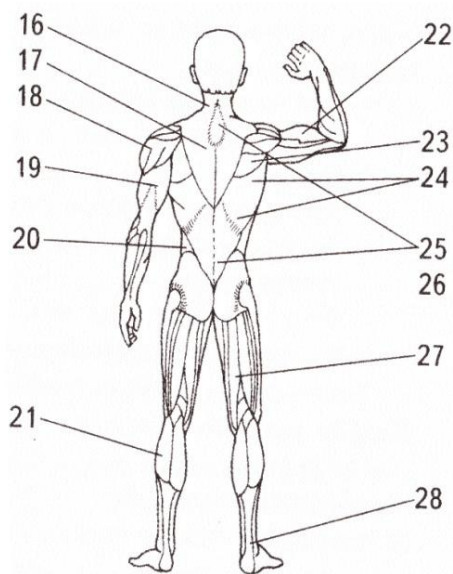
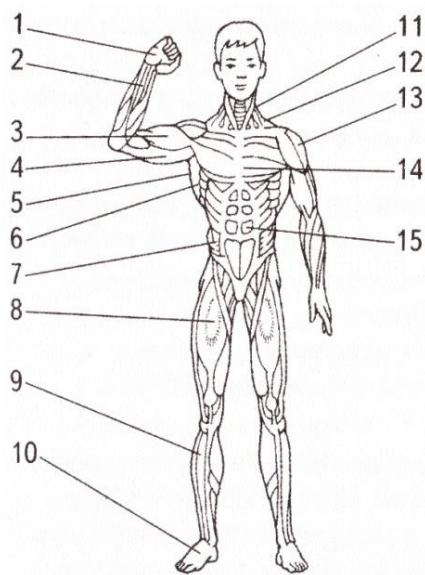
12 и 17-Трапециевидная мышца. Поднимает и опускает плечи, приближает лопатки позвоночнику, отклоняет голову назад.



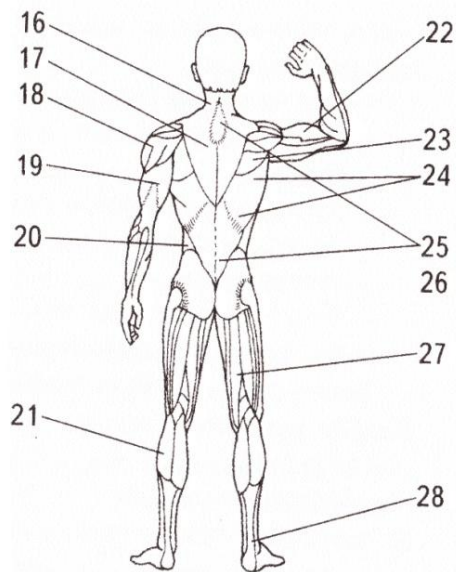
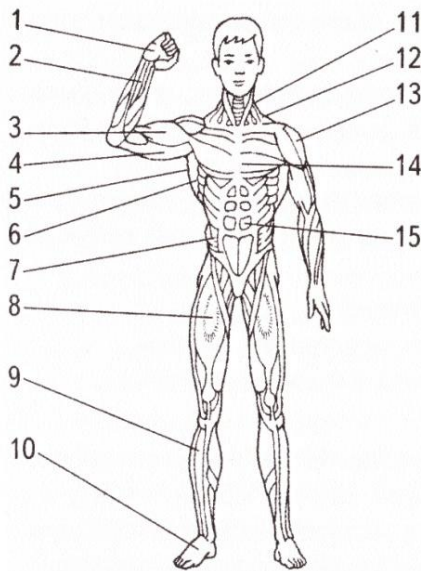
13 и 18-Дельтовидная

мышца. Принимает

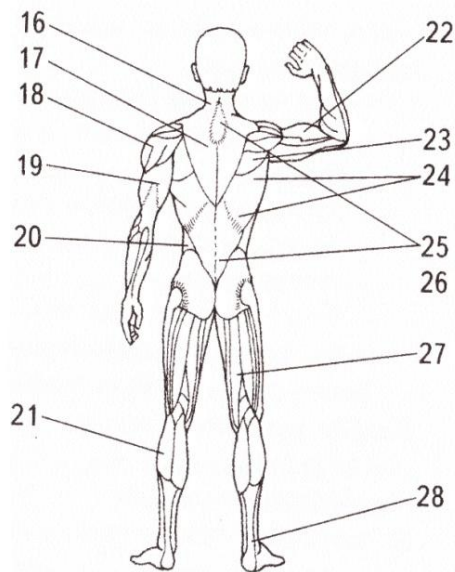
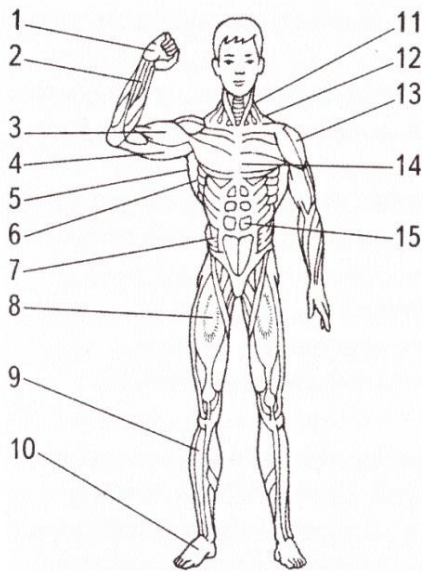
участие в поднимании руки
вперед, в сторону и в
отведении назад.



14-Большая грудная мышца. Приводит руку к туловищу.

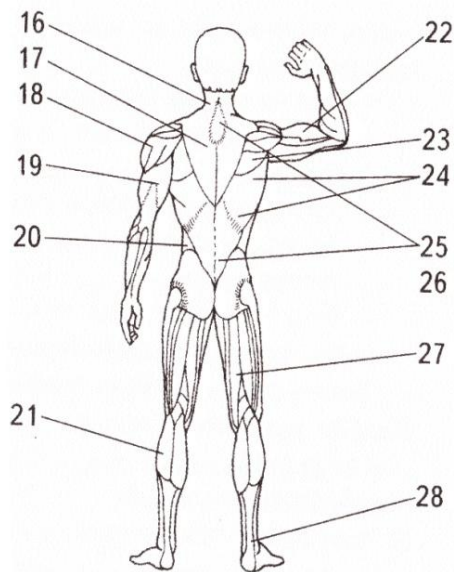
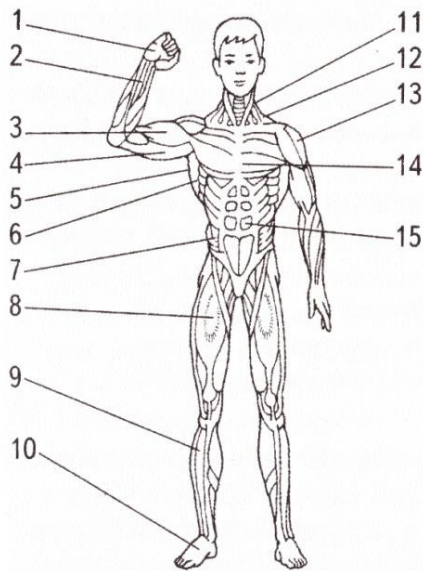


15-Прямая мышца живота. Расположена вдоль передней стенки брюшного пресса. Сгибает туловище вперед.

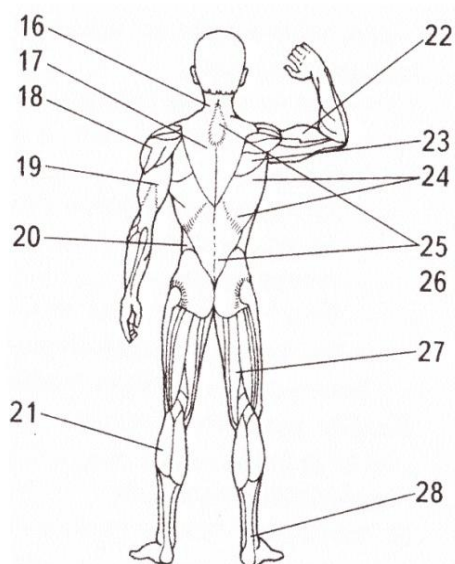
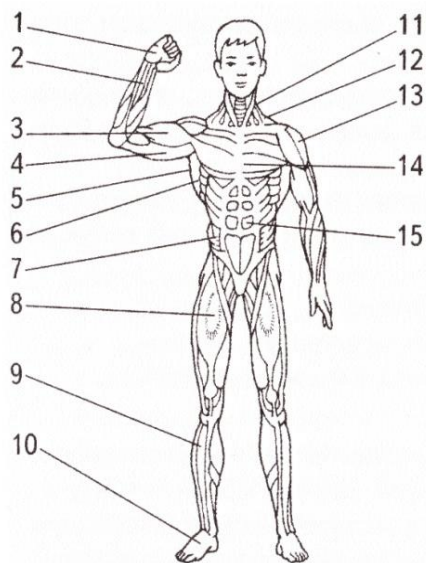


21-Икроножная мышца.

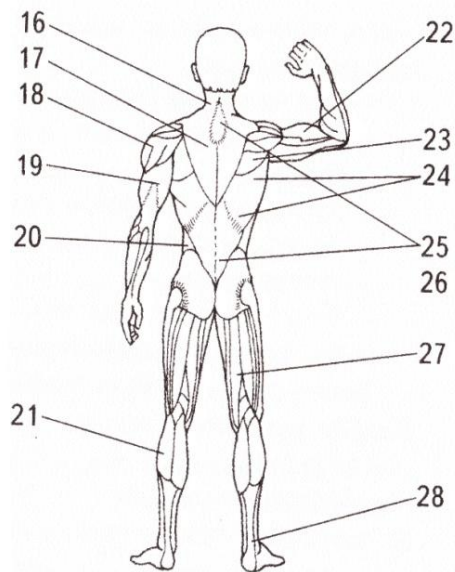
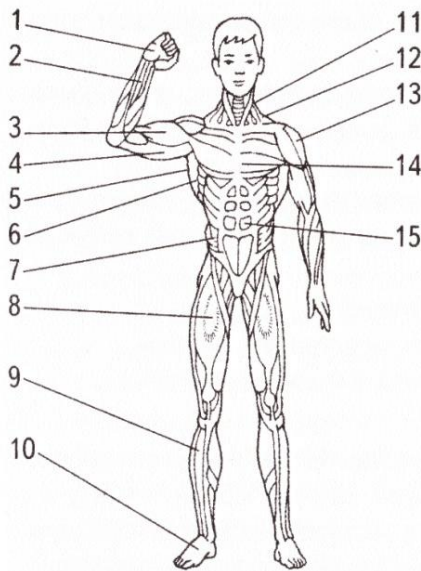
Расположена на задней поверхности голени. Эта мышца сгибает стопу.



25 и 26-Длинные спинные
мышцы расположены вдоль
всей спины, по обе стороны
позвоночника. Разгибают
туловище, участвуют в
наклонах туловища в стороны
и вращениях.



27-Мышцы задней поверхности бедра (двуглавая мышца бедра). Сгибает ногу в коленном суставе.



28-Ахилловое

сухожилие-сухожилие

трехглавой мышцы,
которое прикрепляется к
пяточному бугру, сгибает
стопу.

