

Мышцы, строение и функции.

Движение как таковое может по своему действию заменить любое лекарство, но все средства мира не в состоянии заменить движение.

Философ Давид Тиссо



«Ящик повторения»

Совместить понятия	Возбудимось и сократимось	передвижение	Многоядерные клетки имеет?	Одноядерные клетки имеют?
Свойства мышц	душа	неподвижность	что	скелет
Отличие животных от растений	тело	движения	эти	кровь
Поперечно-полосатая	клетки	растяжимость	это	гормоны
Гладкая мышечная ткань	органы	сократимось	Потому-то	мышцы

Мышц в организме в организме 600, все разнообразны. Название “мышца” произошло от слова “мускулюс” – мышь, это связано с тем, что анатомы заметили, мышцы под кожей перемещаются, как мыши.

- <http://www.youtube.com/watch?v=fPuifvjTJQ0>. Ералаш «Кто там?». **В реальности может скелет перемещаться в пространстве? Какая особенность организации позволяет двигаться?**
- 1 группа. Строение мышц
- 2 группа. Функции мышц
- 3 группа. Классификация мышц





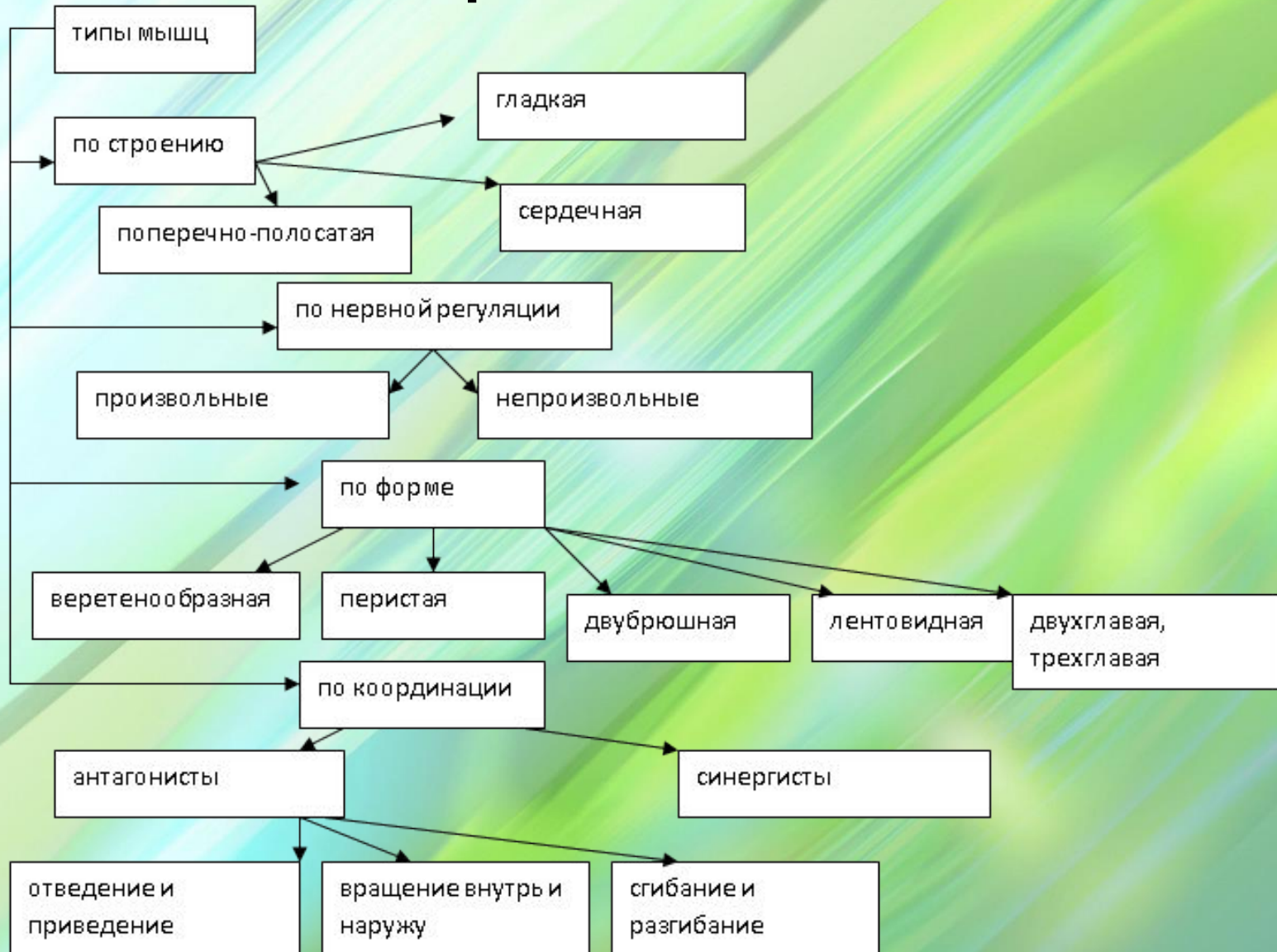
- **1. Поднимите ноги на носочки. Ощупав ногу, определите местоположение мышцы, которая выполняет данное действие.**
- **2. Вытяните губы в трубочку, улыбнитесь. Какие мышцы участвуют в этих действиях?**
- **3. Втяните живот, выдохните. Какие мышцы отвечают за это?**
- **4. Положите левую руку на правое плечо. Сгибайте и разгибайте правую руку. Какая мышца работает во время сгибания (разгибания)?**

Минутка здоровья.



- **Вольф Мессинг**, один из самых известных телепатов объяснял свои феноменальные способности не магией, а **доскональным знанием работы мышц человека**. Он говорил: "Это не чтение мыслей, а, если так можно выразиться, "чтение мускулов"... Когда человек напряжённо думает о чём-либо, клетки головного мозга передают импульсы всем мышцам организма".

Классификация мышц.



Мышечная система составляет до **45%** от общей массы тела человека. Так заявление В. Маяковского «**А я – весь из мяса!**» не соответствует действительности. Но как мы видим, мышцы играют огромную роль в организме человека.

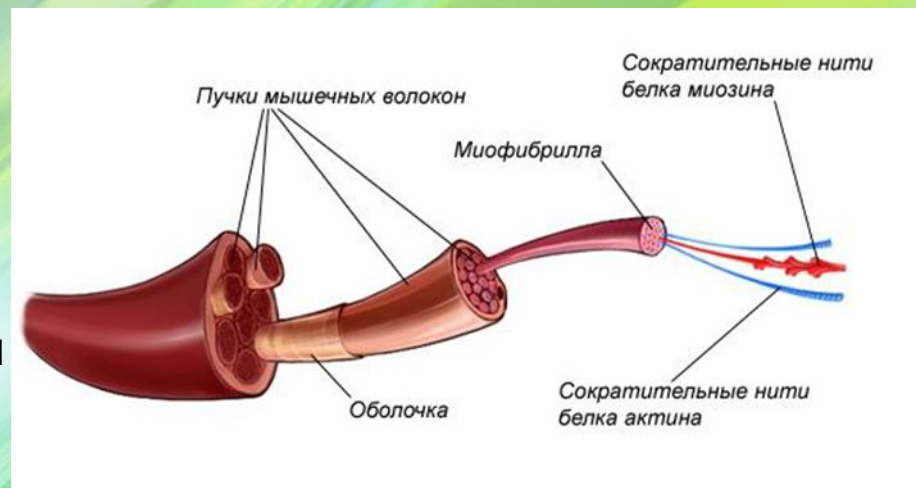
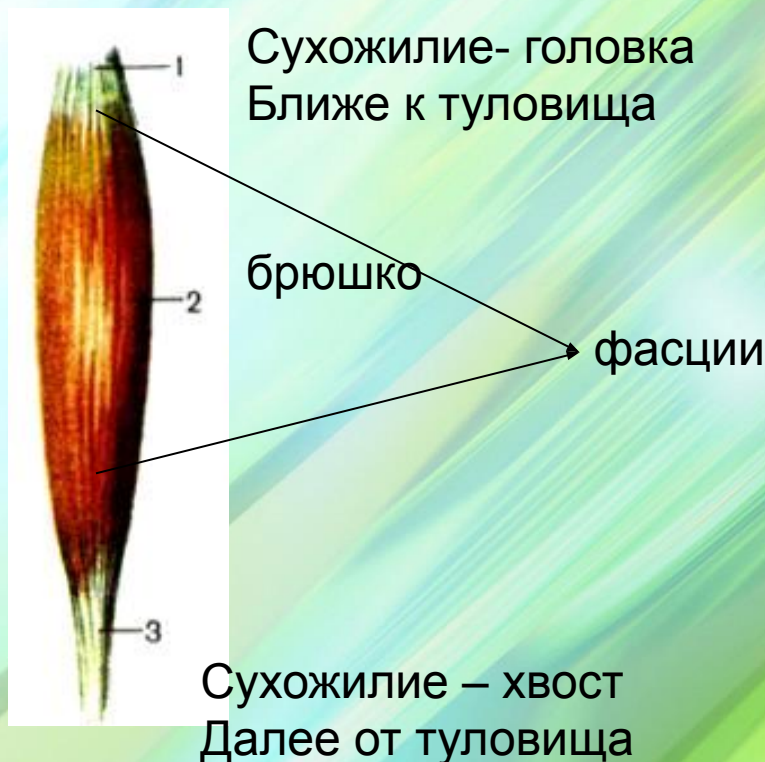
- **Функции мышц**

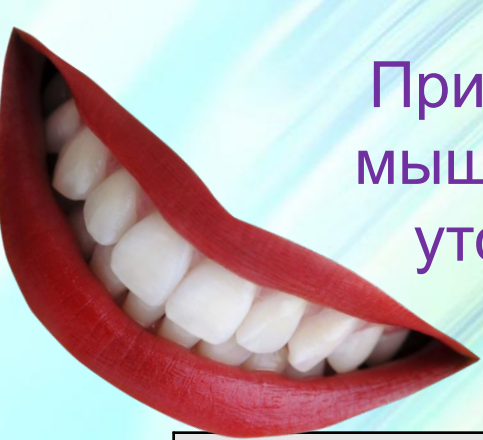
- 1) удерживают положение тела и его частей в пространстве;
- 2) обеспечивают передвижение тела (бег, ходьба и другие виды движений);
- 3) перемещают части тела друг относительно друга;
- 4) осуществляют дыхательные и глотательные движения;
- 5) участвуют в артикуляции речи и формировании мимики;
- 6) вырабатывают тепло;
- 7) преобразуют химическую энергию в механическую.



При суровом выражении лица напрягаются 17 мышц, а при улыбке 9. Поэтому, чтобы меньше утомляться, лучше больше улыбаться, чем хмуриться.

Внешнее и внутреннее строение.





При суровом выражении лица напрягаются 17 мышц, а при улыбке 9. Поэтому, чтобы меньше утомляться, лучше больше улыбаться, чем хмуриться.

Особенности строения	Свойства и функции
	Оболочка соединительнотканная, оберегает и служит чехлом для мышцы
	Подтягивает кость при сокращении мышц
	При сокращении тянет за собой сухожилие
	Чем их больше, тем сильнее мышца (более тренирована)
	Придают мышце красный цвет и питают ее
	Передают сигнал о начале сокращения и торможения работы мышц
	Придают мышце поперечную исчерченность, являются главными «работниками» мышечной «армии труда»
	Сокращают длину миофибриллы

Человек, находящийся в хорошей физической форме, всегда здоров и счастлив.

А чтобы находиться в хорошей физической форме, нужно тренироваться.



Итоги урока

«Чемодан, мясорубка, корзина»



Ссылки использованных ресурсов.

- http://blog.hmns.org/wp-content/uploads/2008/07/elegance_on_ice-converted.jpg
- https://basik.ru/images/full_hd_abstractions/020_full_hd_wallpaper.jpg
- <https://avatars.mds.yandex.net/get-pdb/936467/879ed715-5c76-4839-bfbf-952a4a009301/s1200>
- <https://avatars.mds.yandex.net/get-pdb/1781474/f0e3cee7-5ec5-4cfc-888c-e7808dac0758/s1200>
- <https://blog.reputationx.com/hubfs/anatomy-of-seo-article.jpg>
- <https://svit24.net/wp-content/uploads/2015/05/mjaso3.jpg>
- https://sportadvice.ru/sites/default/files/kak_nakachatsya_v_domashnih_usloviyah_1.jpg