

Скелет. М'язи.





череп

тулуб

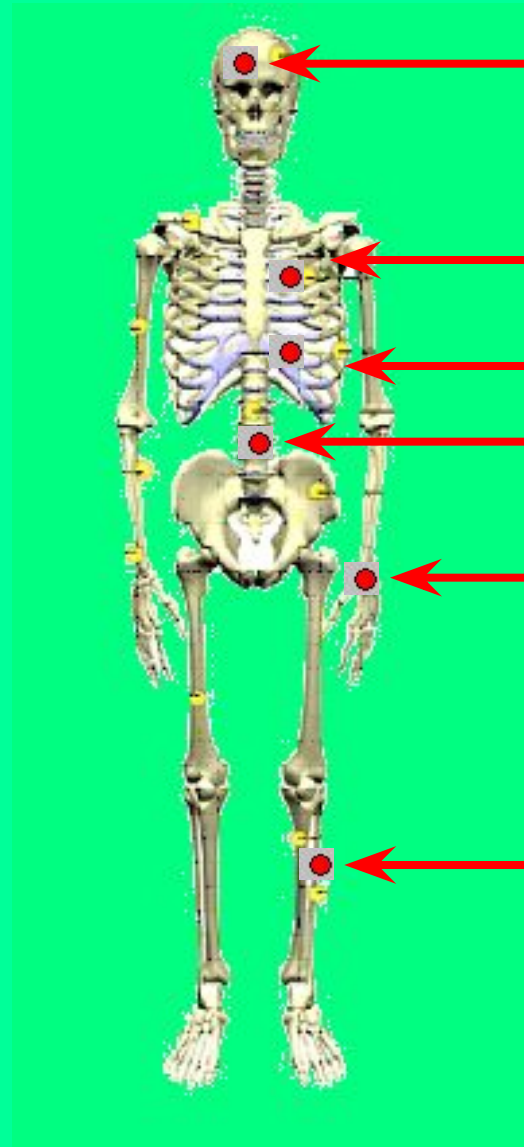
Скелет – опора тіла людини

кінцівки

Скелет – опора тіла людини

Практична робота

1. Розглянь схему.
Запам'ятай, з яких основних частин складається скелет людини.
2. Знайди їх у своєму тілі.



череп

ребра

грудина

хребет

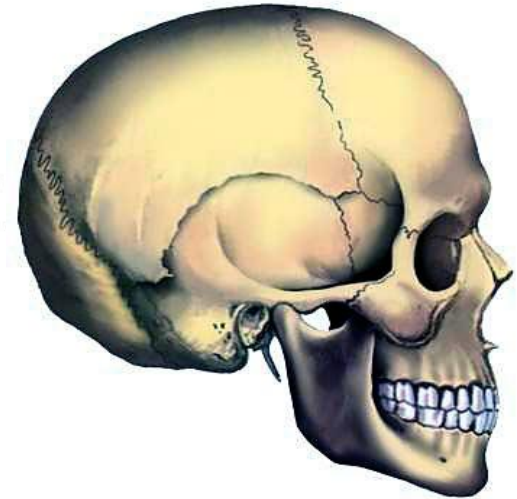
кістки
верхніх
кінцівок

кістки
нижніх
кінцівок

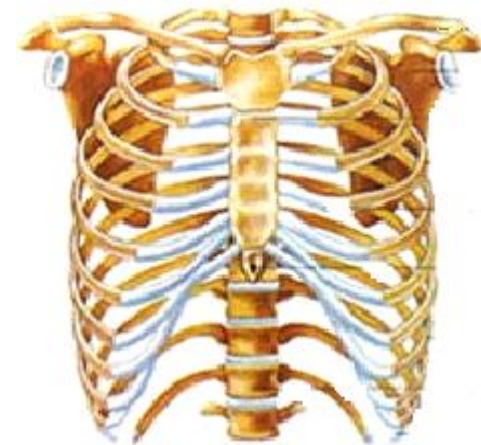
Скелет захищає внутрішні органи від пошкодження

Череп захищає
головний мозок

Хребет - спинний мозок

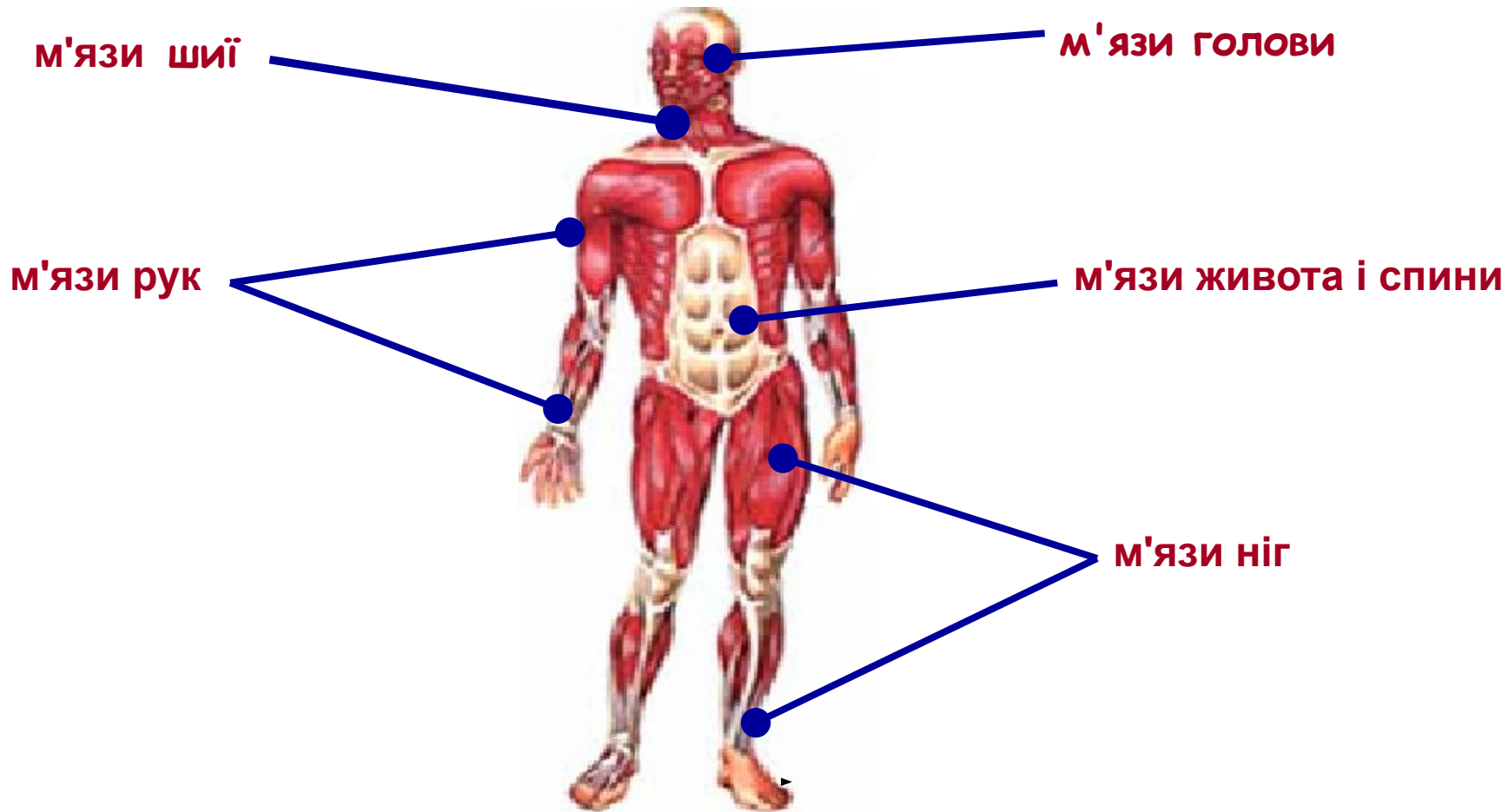


Грудна клітка -
серце, легені,
печінку



Кістки не можуть самі рухатися.

Їх рухають **м'язи**, які до них прикріплені.



**Усі рухи людини
відбуваються завдяки
роботі м'язів.**

Робота м'язів – це їх
скорочення і розслаблення.

Під час скорочення м'язи
коротшають і тягнуть кістки, до
яких вони прикріплені.

Коли м'язи розслаблені вони
довшають, кістки повертаються у
попереднє положення.



Цікаво знати:

У людському тілі більше **400 м'язів**, вони покривають скелет і разом з кістками та сухожиллями забезпечують рух.

М'язи обличчя – допомагають приймати різні вирази обличчю.

М'язи верхніх кінцівок - біцепс і тріцепс забезпечують згинання та розгинання передпліччя.

М'язи живота – допомагають виштовхувати повітря з легень.

Практична робота.

1. Зігни ліву руку.

Помацай м'яз. Який він на дотик? Який завдовжки? Чому рука зігнулась.

2. Розігни руку. Який м'яз став на дотик? Чому рука зігнулась?

