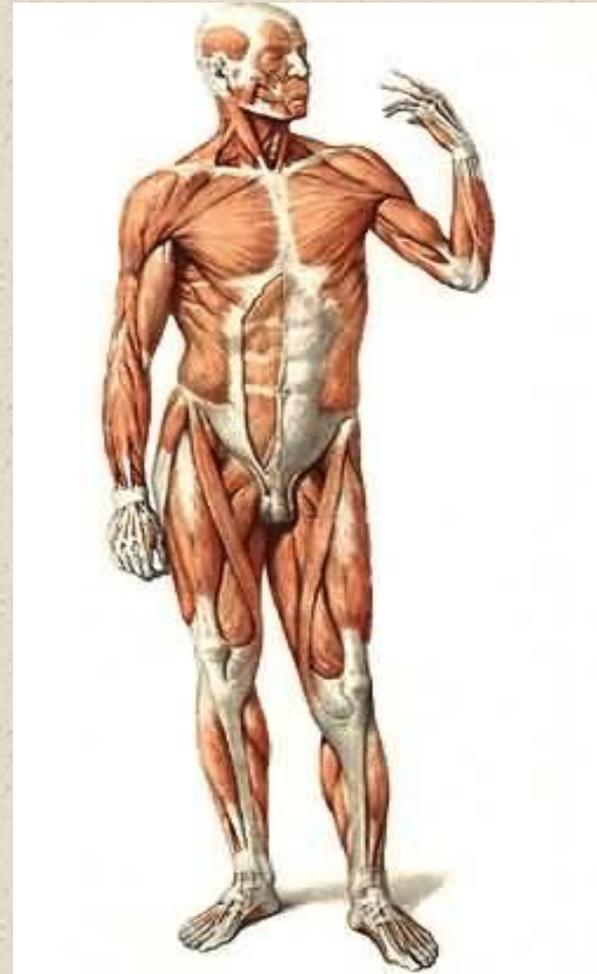
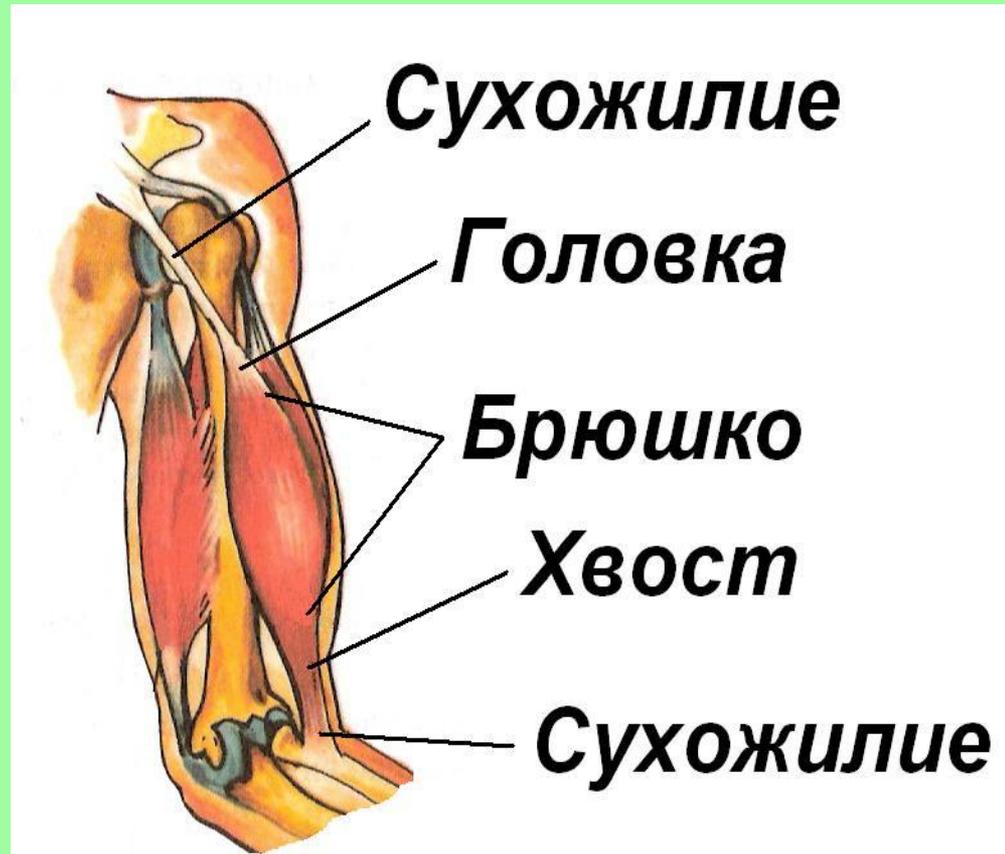
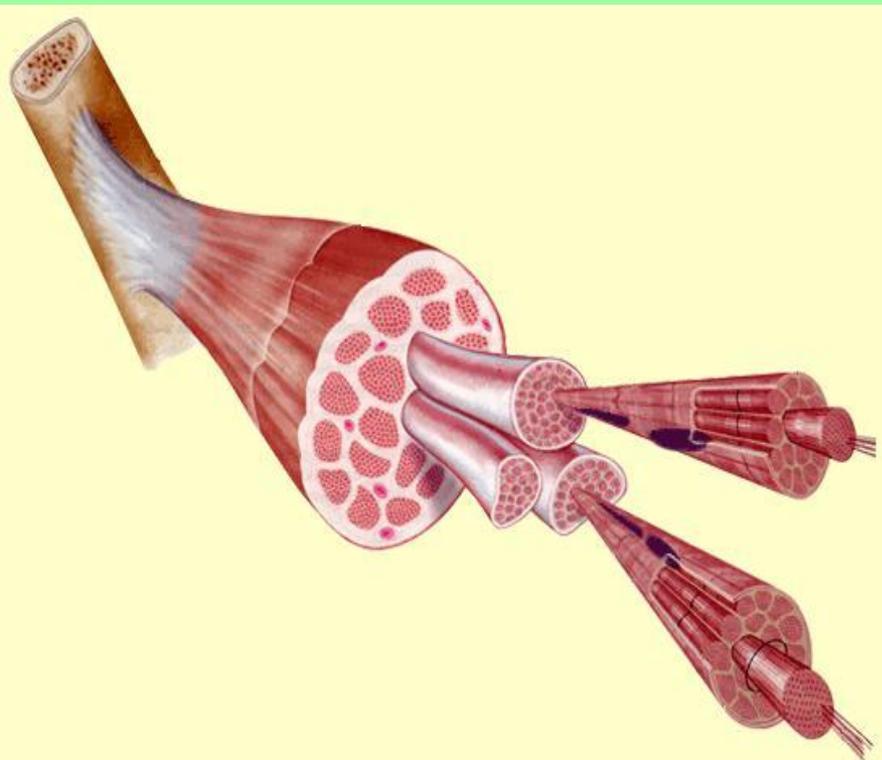


Строение и работа МЫШЦ



Строение мышц

Мышца – орган, состоящий из мышечной ткани, плотной соединительной ткани, кровеносных сосудов и нервов, и выполняющий функцию сокращения.

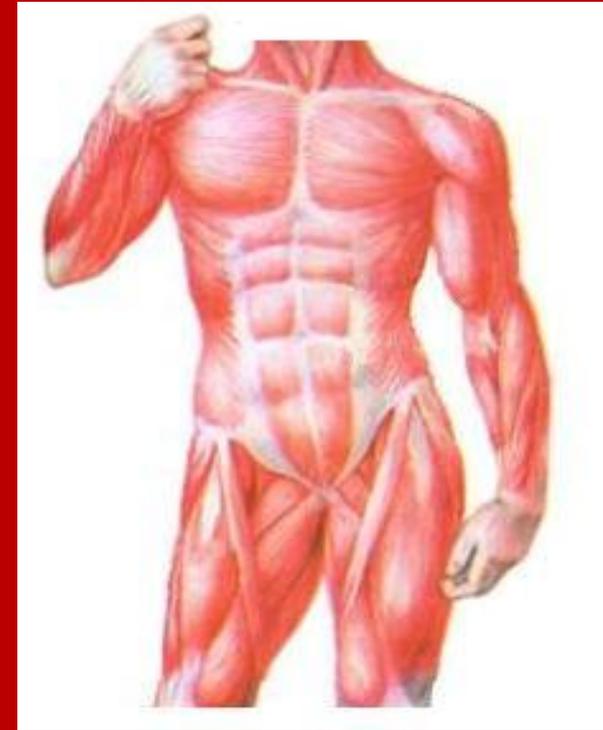


ФУНКЦИИ МЫШЦ

1) Движение



2) Защита



Классификация мышц

1. По функциям

- Сгибатели и разгибатели
- Приводящие и отводящие
- Супинаторы и пронаторы
- Вдоха и выдоха
- Жевательные и мимические



Мышцы, совершающие одинаковые движения – **синергисты**.

Мышцы, совершающие противоположные движения – **антагонисты**.

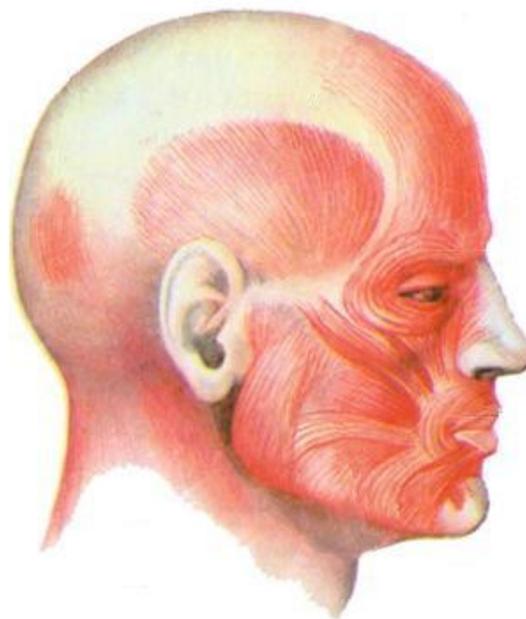


Классификация мышц

2. По

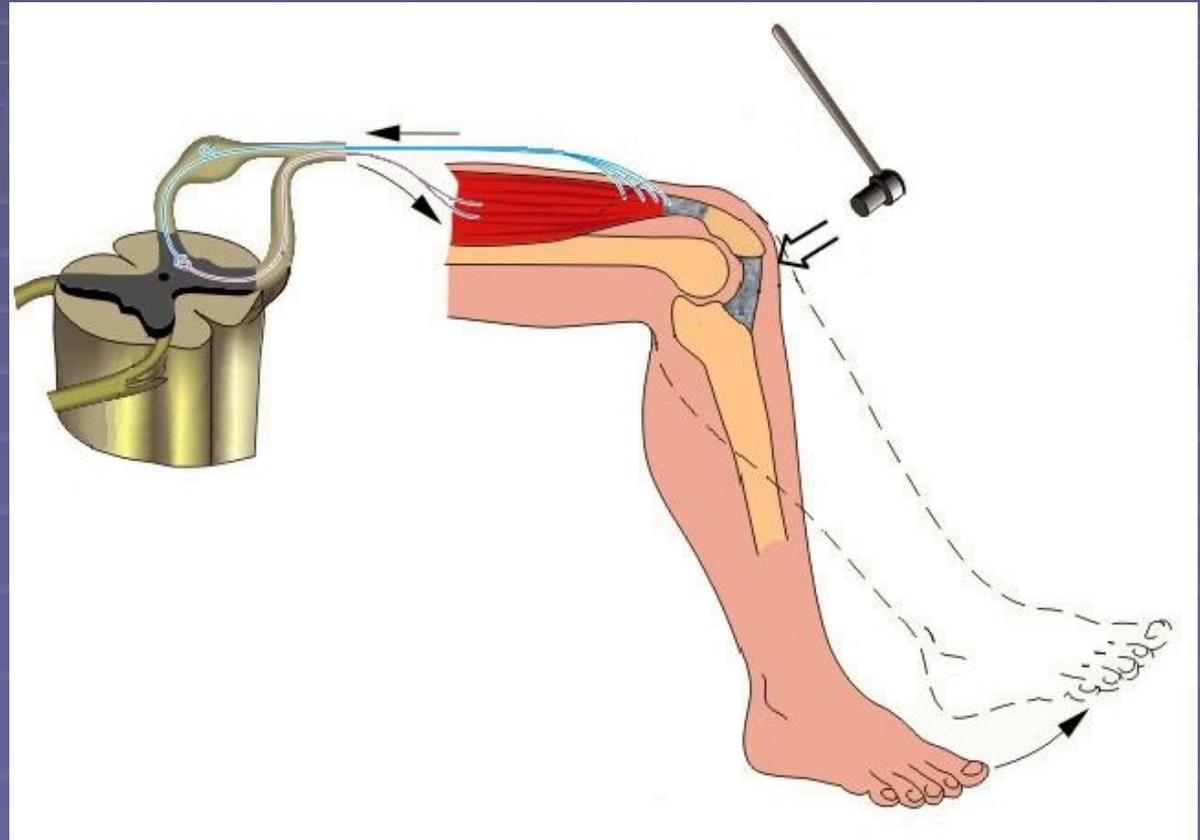
расположению

- **Мышцы головы**
- **Мышцы шеи**
- **Мышцы туловища**
- **Мышцы конечностей**



Работа мышц

Мышца – конечное звено рефлексорной дуги – рабочий орган.





Утомление

Утомление – временное снижение работоспособности организма. Вызвано торможением нервных центров.

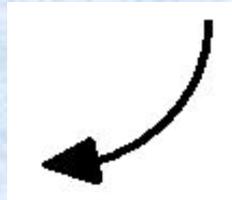
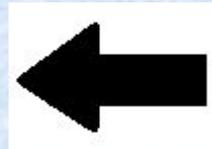
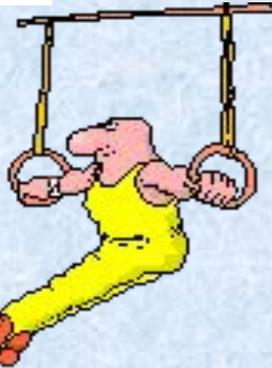


**Иван Михайлович
Сеченов (1829 – 1905).**

Русский физиолог.

*Заложил основы гигиены
труда.*

Гигиена физического и умственного труда



Чередование разных видов деятельности
– залог высокой работоспособности

Домашнее задание

§ 14

