Рабочая карта

**Скелетные мышцы, их строение и функции**

1.  *Дайте определения:*

**Статическая работа- ...**

**Динамическая работа- ...**

**Антагонисты - …**

**Синергисты - …**

**Гипокинезия- ...**

**Гиподинамия- ...**

**Утомление- ...**

**Активный отдых - ...**

2. *Заполните таблицу, пользуясь материалом учебника и форзацем "Мышцы человека"*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Части тела | Группы мышц | Функции  |
| Голова | 1) Жевательные2) Мимические (особенности строения) | …………. |
| Шея |  |  |
| Туловище:А)грудиБ)спиныВ)живота |  |  |
|  |  |
|  |  |
| Верхние конечности |  |  |
| Нижние конечности |  |  |

*3. Ответьте на следующие вопросы:*

1) Аксоны, каких нейронов иннервируют мышечные волокна?

2) Всегда ли сокращение мышц рефлекторно?