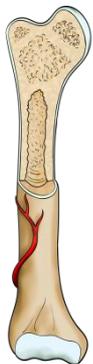
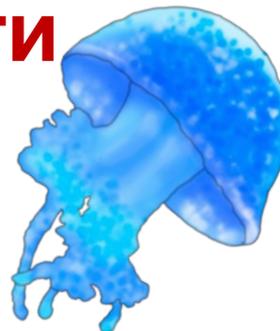


# Опорно- двигательная система

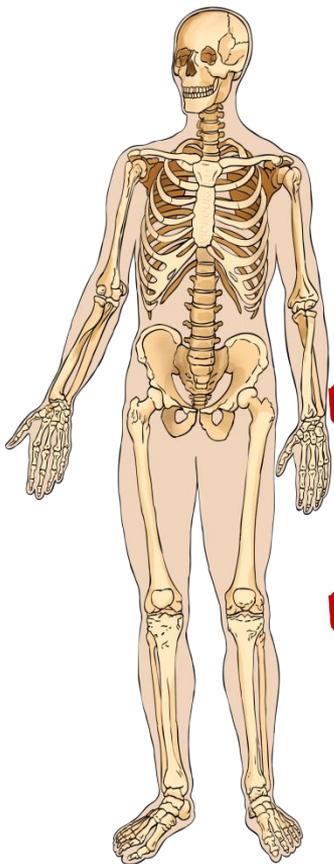




Под кожей человека  
находятся **КОСТИ**  
и **МЫШЦЫ**.

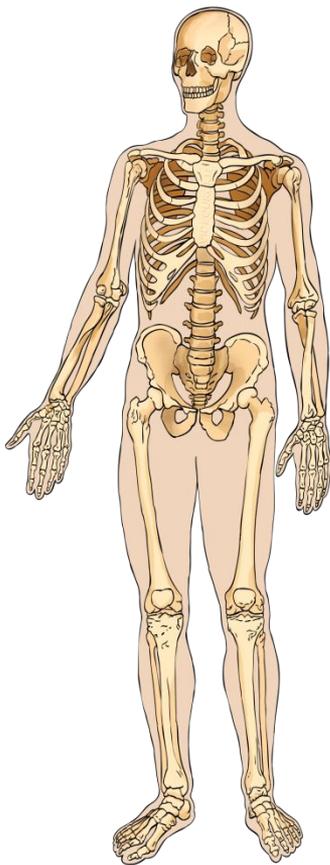


Кости придают телу  
**форму.**  
Они **твёрдые** и  
**прочные.**



Все кости в теле образуют **скелет**.

- ✓ является **опорой** тела;
- ✓ защищает внутренние органы от повреждений.

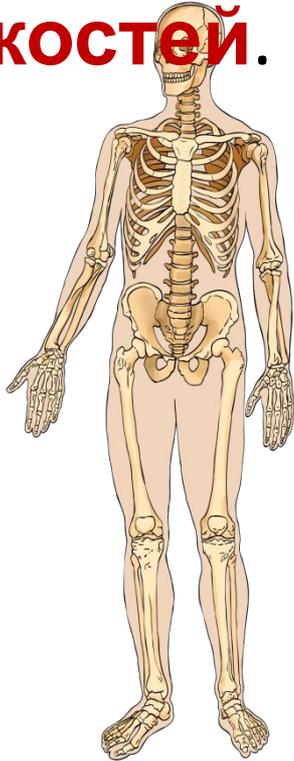


защищают  
Г  
ГОЛОВНОЙ  
МОЗГ



защищают  
Г  
СПИННОЙ  
МОЗГ

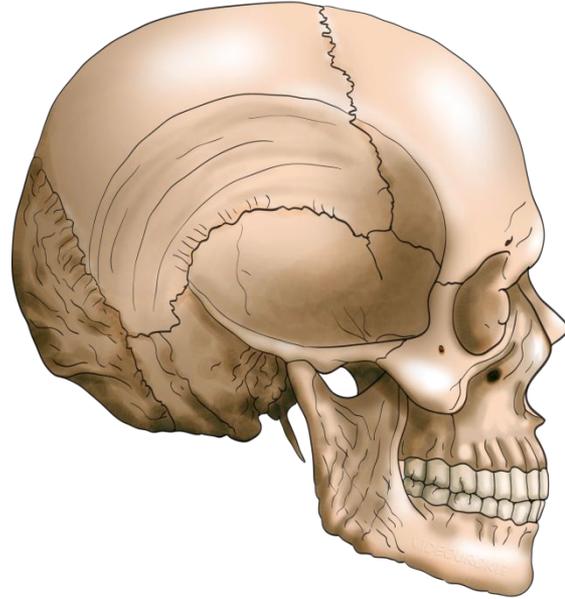
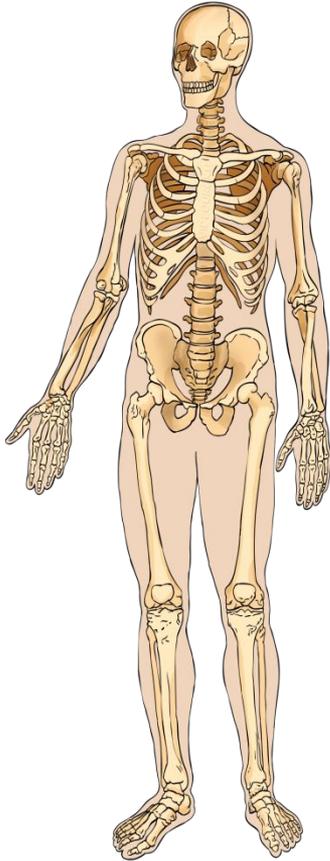
В скелете человека более **200**  
**костей**.

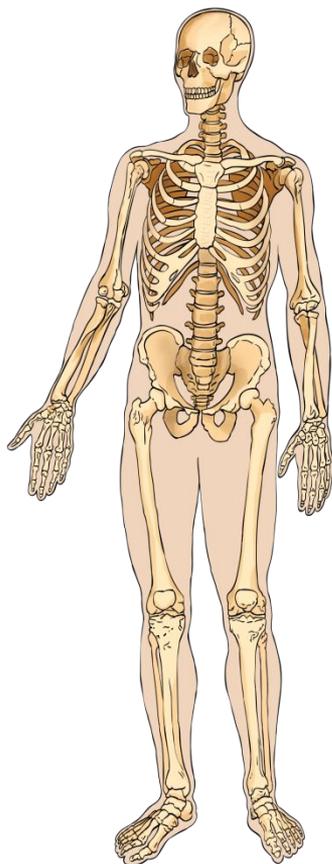


### Части скелета:

- ✓ скелет головы;
- ✓ скелет туловища;
- ✓ скелет конечностей.

# Скелет головы – череп.





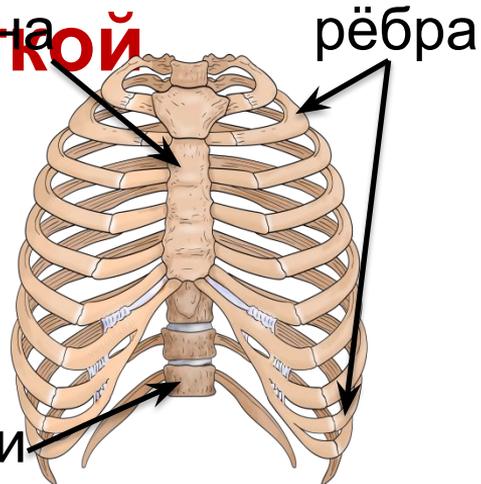
**Скелет туловища  
образован**

**ПОЗВОНОЧНИКОМ И  
грудной клеткой**



**ПОЗВОНОЧНИК**

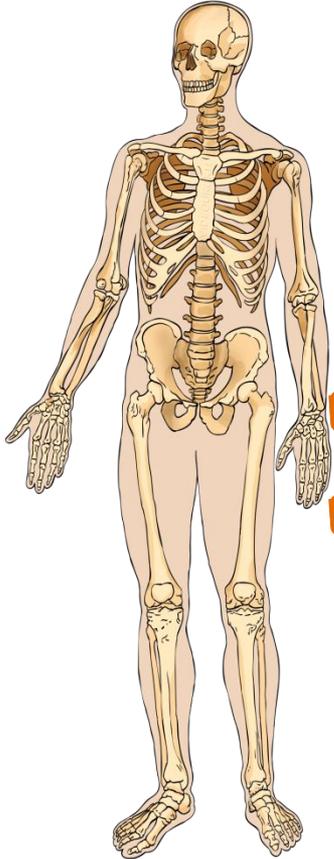
грудина



рёбра

ПОЗВОНКИ

**грудная  
клетка**

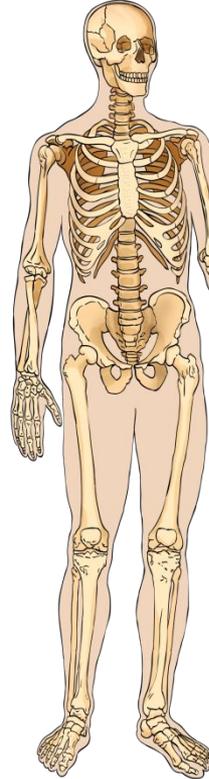
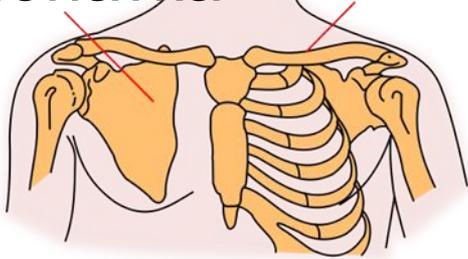


## **Скелет верхних и нижних конечностей:**

- ✓ служит опорой;
- ✓ участвует в перемещении тела.

# Скелет верхних конечностей

лопатка    ключица



плечевая

КОСТЬ  
локтевая кость

лучевая  
КОСТЬ

КОСТИ

КИСТИ

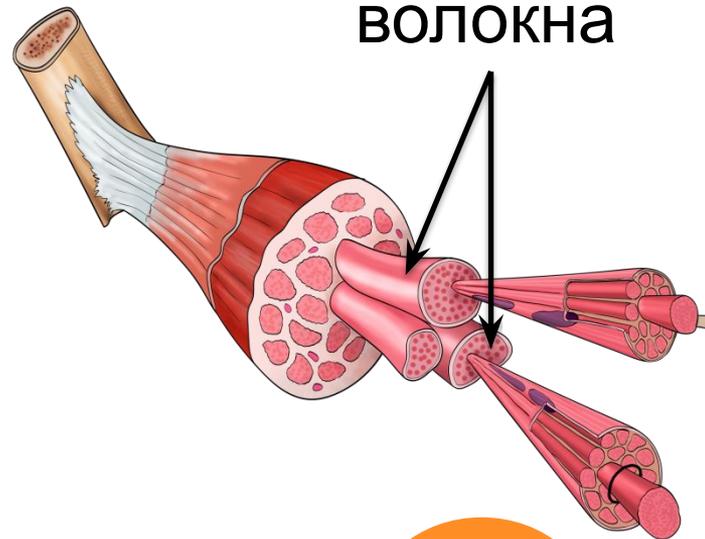




**Мышцы –**  
двигатель тела.  
**Мышцы**  
**ы**



# Мышцы человека





## Мышцы человека:

- ✓ МЫШЦЫ ГОЛОВЫ;
- ✓ МЫШЦЫ ШЕИ;
- ✓ МЫШЦЫ ТУЛОВИЩА;
- ✓ МЫШЦЫ КОНЕЧНОСТЕЙ.

Всего в теле  
насчитывается  
более **600 мышц.**

Скелет и мышцы образуют **опорно-двигательную систему** человека.

Её **главная роль** – обеспечение **опоры** и **движения** организма.

**Осанка** – привычное положение тела в покое и движении.

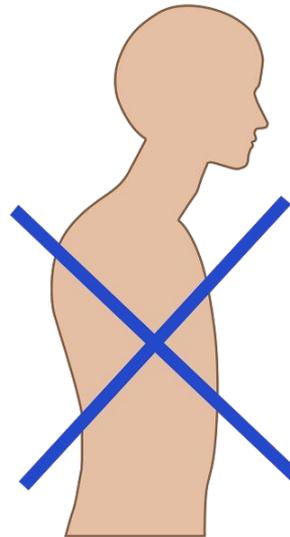
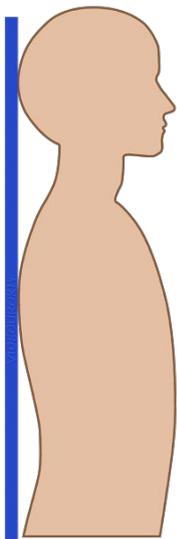


# осанка



хорошая, правильная

плохая



# Правила формирования правильной осанки

правильн

о



неправильн

о



правильно



неправильн

о



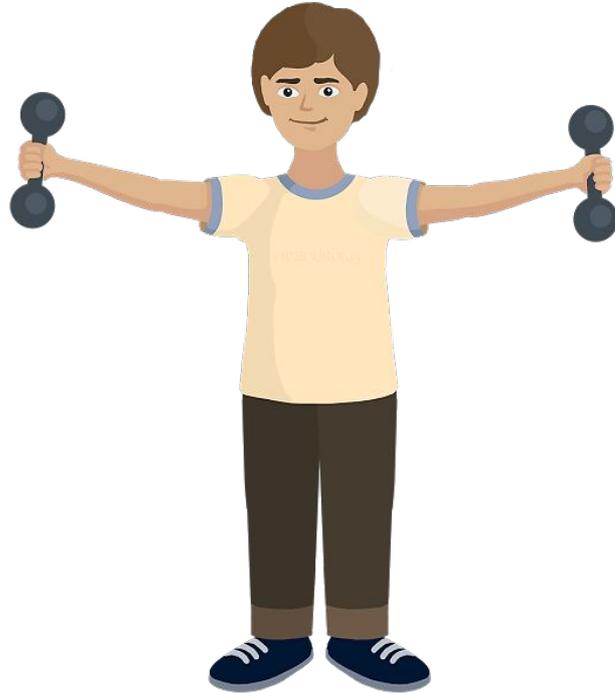
неправильн

о



Постель должна быть ровной  
и не очень мягкой.

Нужно заниматься физкультурой!



**Скелет и мышцы** образуют  
**опорно-двигательную**  
**систему** человека

От скелета и  
мышц зависит  
**осанка.**

