|  |
| --- |
| **Мышцы верхней конечности** |
| **Плечевого пояса** | **Свободной верхней конечности** |
| **Плеча** | **Предплечья** | **Кисти** |
| 1) дельтовидная | **1.Передняя группа – сгибатели**1) двуглавая2) плечевая3) клювовидно-плечевая | **1. передняя группа** | **1. Мышцы возвышения большого пальца:** |
| 2) надостная | 1) поверхностные –1) плечелучевая2) круглый пронатор3) лучевой сгибатель4) длинная ладонная мышца5) локтевой сгибательповерхностный сгибатель пальцев2) глубокие мышцы:1) глубокий сгибатель пальцев,2) длинный сгибатель большого пальца, 3) квадратный пронатор |
| 3) подостная | 1) короткая мышца, отводящая большой палец2) короткий сгибатель большого пальца3) мышца, противопоставляющая большой палец4) мышца, приводящая большой палец |
| 4) малая круглая |
| 5) большая круглая | **2. Задняя группа – разгибатели**1) трехглавая2) локтевая |
| 6) подлопаточная |
| **2. задняя группа**1) поверхностные: 1. длинный лучевой разгибатель запястья, 2. короткий лучевой разгибатель запястья, 3. разгибатель пальцев, 4. разгибатель мизинца, 5. локтевой разгибатель запястья |
| **2. Мышцы возвышения мизинца:**1) короткая ладонная мышца2) мышца, отводящая мизинец3) мышца-сгибатель мизинца |
| **2) глубокие:** 1. супинатор, 2. длинная мышца, отводящая большой палец; 3. длинный разгибатель большого пальца; 4. короткий разгибатель большого пальца кисти, 5. разгибатель указательного пальца | **3. Средняя группа:**1) червеобразные мышцы2) межкостные мышцы |

|  |
| --- |
| **Мышцы нижней конечности** |
| **таза** | **Свободной нижней конечности** |
| **бедра** | **голени** | **стопы** |
| **1. Внутренние:** 1) подвздошно-поясничная,2) малая поясничная, 3) грушевидная, 4) внутренняя запирательная | **1. передняя группа** (сгибатели): **а) Четырёхглавая**1) прямая2) латеральная широкая3) медиальная широкая4) промежуточная широкая**б) Портняжная мышца** | **1) передняя группа:** 1. передняя большеберцовая, 2. длинный разгибатель пальцев 3. длинный разгибатель большого пальца стопы | 1. **тыльные мышцы** стопы: 1. короткий разгибатель пальцев, 2. короткий разгибатель большого пальца |
| **2. Наружные:** 1. **Поверхностный слой:** 1) большая ягодичная, 2) напрягатель широкой фасции**2. Средний слой:** 1) средняя ягодичная, 2) квадратная мышца бедра,3) верхняя близнецовая,4) нижняя близнецовая;**3. Глубокий слой:** 1) малая ягодичная, 2) наружная запирательная мышца | **2. задняя группа:**1) Двуглавая (длинная, короткая)2) Полусухожильная3) Полуперепончатая | **2) задняя группа** **А) поверхностный слой:** 1) трёхглавая, 2) икроножная, 3) камбаловидная,4) подошвенная**Б) глубокий слой:** 1) подколенная,2) длинный сгибатель пальцев, 3) задняя большеберцовая,4) длинный сгибатель большого пальца | **2. подошвенные мышцы:****А) медиальная группа:** 1) мышца, отводящая большой палец, 2) короткий сгибатель большого пальца, 3) мышца, приводящая большой палец |
| **3. медиальная группа** 1) мышцы, приводящие бедро (длинная, короткая, большая)2) гребенчатая, 3) тонкая | **3) латеральная группа**1. длинная малоберцовая2. короткая малоберцовая | **Б) латеральная группа:** 1) мышца, отводящая мизинец стопы,2) короткий сгибатель мизинца |
| **В) средняя группа:** 1) короткий сгибатель пальцев, 2) квадратная мышца подошвы,3) червеобразные мышцы,4) межкостные подошвенные 5) тыльные мышцы |