|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| **МЫШЦЫ ГОЛОВЫ**Мимические мышцыНадчерепнаямышца (m. epicranius) | Единый мышечно-апонеррический пластПокрывает свод черепа | Кожа головы и череп | Сокращаясь, они вызываютсдвиг кожи, образованиескладок, морщин и определяют мимику лица |
| Затылочно-лобная мышца(m.occipifrontalis) | Имеет лобное и затылочнное брюшка, которые соединяясьмежду собойапоневрозом образуютсухожильный шлем | Кожа головы и череп | При сокращении затылочного брюшка, шлем натягивается назад, а лобного – образует поперечные складки на лбу, расширяет глазную щель |
| Височно-теменная мышца (m.temporoparietalis) | Находится на боковой поверхности черепа, слаборазвита, действует невыраженно | Височная область черепа | Образует поперечные складки на лбу, поднимает брови |
| Круговая мышца глаза(m. orbicularis okuli )Плоская , элипсовидная | Располагается в толще век и на костях глазницы | Кости глазницы | Смыкает веки, регулирует отток слёзной жидкости, смещаетбровь вниз, разглаживаетскладки на лбу |
| Круговая мышца рта(m.orbicularis oris)Образуется круговымимышечными пучками,расположенными втолще губ | Начинается с угла рта | Прикрепляется около серединной линии | Закрывает ротовую щель,вытягивает губу вперед |
| Мышца ,поднимающаяугол рта( m.levator anguli oris ) | Берет начало от верхнейчелюсти | Прикрепляется к коже угла рта | Поднимает верхнюю губу,тянет угол рта вверх |
| Мышца, опускающаяугол рта(m.depressor aunguli oris) | Начинается от верхней челюсти | Прикрепляется к коже угларта | Тянет угол рта вниз и в сторону |
| Мышца, опускающаянижнюю губу( m.depressor labil inferioris) | Берет начало отоснования нижнейчелюсти | Прикрепляется к коженижней губы | Тянет нижнюю губу вниз |
| Мышца, поднимающая верхнюю губу (m.levator labii superioris) | Начинается от верхней челюсти | Прикрепляется к коже носогубной складки | Поднимает верхнюю губу,углубляет носогубную складку |
| Большая и малая скуловыемышцы (mm.zigomaticusmajor et minor) | Начинается от верхней челюсти и скуловой кости | Прикрепляется к коже угла рта | Тянет угол рта вверх и кнаружи |
| Щечная мышца(m.buccinator) | Берет начало от задних отделов челюстей | Входит в кожу щеки и губ | Тянет угол рта назад, прижимает щеки к зубам и альвеолярным отросткам челюстей |

Жевательных мышц четыре пары.

1. **Жевательная мышца, m. masseter.**
2. **Височная мышца, m. temporalis.**
3. **Медиальная крыловидная мышца, m. pterygoideus medialis.**
4. **Латеральная крыловидная мышца, m. pterygoideus lateralis**.

**Мышцы головы** 1 Лобная 2 Глазничная часть круговой мышцы глаза 3 Крыльная часть носовой мышцы 4 Поперечная часть носовой мышцы 5 Малая скуловая 6 Жевательная 7 Поднимающая угол рта 8 Большая скуловая 9 Щечная 10 Опускающая угол рта 11 Опускающая нижнюю губу 12 Подбородочная 13 Подкожная мышца шеи 14 Мышца смеха 15 Круговая мышца рта 16 Расширяющая ноздри 17 Поднимающая верхнюю губу 18 Подниматель верхней губы носовой мышцы 19 Вековая часть круговой мышцы глаза 20 Височная 21 Сухожильный шлем

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| ЖЕВАТЕЛЬНЫЕ МЫШЦЫЖевательные мышцы(m.masseter)четырехугольная | Начинается от нижнего края скуловой дуги | Прикрепляется к наружнойповерхности угла нижнейчелюсти | Поднимает нижнюючелюсть |
| Височная мышца(m.temporalis) | Начинается веерообразноот теменной и височной костей | Прикрепляется к венечному отростку нижней челюсти | Сокращаясь, она поднимает нижнюючелюсть |
| Латеральная крыловидная мышца ( m.ptheryggoideus lateralis) толстая, короткая, имеет две головки | Начинается наверхнечелюстнойповерхности и гребнебольшого крыла клиновидной кости | Прикрепляется к передней поверхности шейки нижней челюсти и суставнойкапсуле височно-нижнечелюстного сустава | При двухстороннем сокращении нижняя челюсть выдвигается вперёд, при одностороннем – смещается в противоположную сторону |
| Медиальная крыловидная мышца ( m. ptheryggoideus medialis ) толстая мышца четырёхугольной формы | Берёт начало от крыловидной ямки одноимённого отростка клиновидной кости | Прикрепляется к углу нижней челюсти | Поднимает нижнюю челюсть, вытягивая её вперёд |
| **МЫШЦЫ ШЕИ**Поверхностные мышцы шеиПодкожная мышца( m. platisma )Тонкая пластинка,располагающаяся подкожей шеи | Начинается от фасции головы ниже ключицы | Прикрепляется к углу рта, телу нижней челюсти и жевательной фасции | Сокращаясь, поднимает кожу шеи, защищает от сдавления поверхностные вены, оттягивает угол рта вниз |
| Грудино-ключичная сосцевидная мышца(m. sternocleidomastoideus) | Начинается двумя частями от грудины и ключицы | Прикрепляется к сосцевидному отросткувисочной кости | Поворачивает голову в противоположнуюсторону, забрасывает голову назад, поворачивает лицо в противоположную сторону |
| Надподъязычные мышцыДвубрюшная мышца(m. digastricum) | Переднее брюшко начинается от нижней челюсти, заднее – от сосцевилной вырезки височной кости | Прикрепляется к подъязычной кости | Опускает нижнюю челюсть, тянет её назад, поднимает подъязычную кость |
| Шилоподъязычная мышца( m. stylohuodeus)тонкая веретенообразная мышца | Берёт начало от шиловидного отростка височной кости | Прикрепляется к телу подъязычной кости | Тянет подъязычную кость кверху, назад и в свою сторону |
| Подбородочно-подъзяычная кость (m. geniohyoideus) | Начинается от ости нижней челюсти | Прикрепляется к телу подъязычной кости | Тянет подъязычную кость вверх и вперёд, опускает нижнюю челюсть, поднимает подъязычную кость |

**Мышцы головы Вид сбоку** 1 Лобная 2 Глазничная часть круговой мышцы глаза 3 Вековая часть круговой мышцы глаза 4 Крыльная часть носовой мышцы 5 Подниматель верхней губы носовой мышцы 6 Поперечная часть носовой мышцы 7 Поднимающая верхнюю губу 8 Малая скуловая 9 Расширяющая ноздри 10 Поднимающая угол рта 11 Круговая мышца рта 12 Мышца смеха 13 Опускающая нижнюю губу 14 Подбородочная 15 Опускающая угол рта 16 Щечная 17 Подкожная мышца шеи 18 Большая скуловая 19 Ременная мышца головы 20 Жевательная 21 Трапецивидная 22 Полуостистая мышца головы 23 Грудинно-ключичнососцевидная 24 Задняя ушная 25 Затылочная 26 Височная 27 Сухожильный шлем

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Подподъязычные мышцыЛопаточно-подъязычная мышца (m. omohyoideus) | Берёт начало от лопатки | Прикрепляется к подъязычной кости | При сокращении тянет подъязычную кость вниз, натягиваетпредтрахиальнуюпластинку шейной фасции, расширяет просветглубоких вен шеи |
| Грудино-подъязычнаямышца (m. sternohyideus) | Начинается от задней поверхности грудины, рукоятки грудины, задней грудино-ключичнойсвязки | Прикрепляется к нижнему краю тела подъязычной кости | Тянет подъязычную кость к низу |
| Щитоподъязычная мышца(m. thyrohyoideus) | Начинается от щитовидного хряща | Прикрепляется к телу подъязычной кости | Поднимает гортань,подтягивает подъязычную кость к гортани |
| Глубокие мышцы шеиЛестничные мышцы( передняя, средняя изадняя) mm.Scalenus( anterior, medius et posterior) | Начинается от поперечных отростков 11-V11 шейных позвонков | Прикрепляется к 1-11рёбрам | Поднимает 1-11 рёбра, расширяют грудную клетку, наклоняют шейный отдел позвоночного столба вперёд и в стороны |
| Длинные мышцы шеи и головы (mm. longus colli et capitis) | Начинаются от тела нижних шейных и верхнихпозвонков | Прикрепляется к затылочной кости | Наклоняют шейную часть позвоночного столбавперёд, поворачивают голову |
| Прямые мышцы головы( передняя прямая мышца головы, латеральная прямая мышца головы) mm. Rectuscapitis ( anterior et lateralis ) | Берут начало от первого шейного позвонка | Прикрепляются к затылочной кости | Наклоняют голову вперёд и в свою сторону |
| МЫШЦЫ СПИНЫ( mm.Dorsi )трапециевидная мышца(m. trapezius ) плоская,треугольной формы, расположенна на верхней части спины и задней области шеи | Берёт начало от затылочной кости, выйной связки, надостистойсвязки и остистыхотростков 7 шейного и всех грудных позвонков | Прикрепляется к акромеальной части ключицы,плечевому отростку и ости лопатки | При сокращении верхняя часть мышцы поднимает лопатку, нижняя –опускает её, а средняя приближаетеё к позвоночнику |
| Широчайшая мышца спины( m. latissimus dorsi ) плоская,широкая, треугольнойформы | Начинается от остистых отростков шести нижних грудных и всехпоясничных позвонков, пояснично-грудинойфасции, крестца, подвздошной кости и 3-4нижних рёбер | Прикрепляется к гребню малого бугорка плечевой кости | При сокращении мышца оттягивает конечность назад, поворачивает её внутрь, принимает участие в дыхательных движениях |
| Мышца, поднимающая лопатку (m. levator scapulae ) | Начинается от задних бугорков поперечных отростков 3-4 верхних шейных позвонков | Прикрепляется к медиальному краю и верхнему углу лопатки | Поднимает лопатку, приближает её к позвоночнику, наклоняет шейный отдел позвоночника |
| Большая и малая ромбовидныек мышцы (m. rhomboideus major et minor ) | Берёт начало от остистых отростков 2-5 грудных позвонков (большая ) и 7 шейного позвонка и1 грудного ( малая ) | Прикрепляется к медиальному краю лопатки | Приближает лопатку к позвоночнику и поднимает её |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦЫ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Верхняя задняя зубчатая мышца(m.serratus posterior inferior ) | Начинается от остистых отростков двух шейных и двух верхних грудных позвонков | Прикрепляется к 2-5 ребру | Сокращаясь, мышца поднимает ребра |
| Нижняя заднняя зубчатая мышца(m.serratus posterior inferior)Лежит под широчайшей мышцей спины | Начинается от остистыхотростков 9-12 грудных и 1-2 поясничных позвонковНаправляется косо вверх | Прикрепляется к четырем нижним ребрам | Опускает ребра |
| Глубокие мышцы спиныРеменная мышца головы(m.splenius capitis) | Начинается от выйной связки, остистых отростков 7 шейного и 1-4 грудных позвонков | Прикрепляется к сосцевидному отростку височной кости и выйной линии затылочной кости | Разгибает шейную часть позвоночника,поворачивает голову в сторону |
| Ременная мышца шеи(m.splenius cervicia) | Берет начало от остистых отростков 3-4 грудных позвонков | Прикрепляется к бугоркампоперечных отростков двух или трех верхних шейных позвонков | Разгибает шейный отделпозвоночника |
| Мышца, выпрямляющая позвоночник (m.erector spinae)длинная и мощная мышца спины | Начинается от крестца, подвздошных костей, остистых отростков поясничных и 8-9 грудных позвонков | Прикрепляется к остистым отросткам грудных и шейных позвонков | При двустороненнем сокращении мышца выпрямляет позвоночник, разгибает позвоночный столб, приодностороннем –наклоняет его в сторону, опускает ребра,поворачивает голову |
| Поперечно- остистые мышцы (mm.Transversospinals) | Группы коротких мышечных пучков | Перекидываются через позвонки | При сокращении мышца поворачивает и разгибает позвоночный столб, участвует в поддержании тела в вертикальном положении |
| Межкостистые мышцы(mm.Interspinales) | Короткие мышечные пучки | Которые соединяют остистые отростки вышележащиих позвонков | Мышцы разгибают позвоночник,удерживают его в вертикальном положении |
| Подзатылочныемышцы(mm.Subbocciputales) | Группа коротких мышц | Расположенных между затылочной костью и 1-2 шейными позвонками | Сокращаясь, онинаклоняют изапрокидывают голову назад, поворачивают ее вбок |
| Мышцы груди(mm.Thoraces)Большая груднаямышца(m.pectoralis major)Треугольной формы | Начинается от ключицы, грудины и хрящей верхних шести ребер | Прикрепляется к гребню большого бугорка плечевойкости | При сокращении мышцы поднятая рукаопускается, подводится к туловищу,поворачивается внутрь, поднимает ребра,участвует в акте дыхания |
| Малая груднаямышца (m. pectoralis minor.) треугольной формы | Начинается от 2-5 ребер | Прикрепляется к клювовидному отростку лопатки | Плечевой поясподнимает ребра вниз и вперед прификсированной лопатке |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦЫ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Подключичная мышца(m.subclavius) | Расположена между 1 ребром и ключицей |  | Мышца тянет ключицувниз и вперед,способствует укреплению грудино-ключичногосустава, поднимает первое ребро |
| Передняя зубчатая мышца (m. serratusanterior.) широкая и плоская | Начинается зубцами от девяти верхних ребер | Прикрепляется к нижнему углу и медиальному краю лопатки | Тянет лопатку вперед и поворачивает ее нижнийугол наружно при подъемеруки вышегоризонтального уровня |
| Наружняя и внутренняямежрёберные мышцы( mm.Intercostals externiet interni ) | Целиком расположены на рёбрах | Прикрепляются и занимают межрёберное пространство | Поднимают и опускаютрёбра, участвуют в дыхании |
| Подрёберные мышцы(mm.Subcostales ) | Начинаются от10-12 рёбер,около их углов | Прикрепляются к внутренней поверхности вышележащих рёбер | Опускают рёбра, участвуютв акте дыхания |
| Поперечная мышцагруди (m.transverses thoracis ) | Берёт начало от мечевидного отростка и грудины | Прикрепляется к внутренней поверхности 2-4 рёбер | Опускает рёбра, участвуетв акте дыхания |
| Короткие и длинные мышцы, поднимающие рёбра( mm. Levatores costarum –breves et longi ) | Начинаются от поперечных отростков7 шейногопозвонка, 1,2,7 и 10 грудныхпозвонков | Прикрепляются к ближайшимрёбрам | Участвуют в акте вдоха( поднимают ребро ) |
| Диафрагма( diphragma ) это тонкаяплоскаякуполообразнаямышечная пластинка,которая разделяетгрудную и брюшную полости | Мышечные пучкидиафрагмы берут начало от грудины, рёбер,поясничных позвонков изаканчиваются в центре,образуя сухожильный центр | Прикрепляется к грудине,рёбрам, поясничным позвонкам | Диафрагма – главная дыхательная мышца,которая при сокращенииувеличивает ёмкостьлёгких (акт вдоха ), прирасслаблении снижает егообъём ( акт выдоха ), а присокращении одновременнос мышцами животаспособствует повышениювнутрибрюшного давления |
| МЫШЦЫ ЖИВОТА( mm. Abdominis )образуют стенки брюшной полости | Расположена по сторонамот срединной белой линииживота. Начинается от мечевидного отросткагрудины, хрящей 5-7 рёбер | Прикрепляется к лонной кости | Наклоняет туловищевперёд, является частью мышц брюшного пресса,тянет рёбра вниз,поднимает таз |
| **мышцы передней****стенки живота**прямая мышца живота( m. rectus Abdominis ) |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦ | НАЧАЛО МЫШЦ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Пирамидальная мышца(m.pyramidalis) | Начинается от лобковогогребня | Прикрепляется к белой линии живота | Натягивает белую линию живота |
| **Мышцы боковых****стенок брюшной полости**Наружная косая мышца живота (m.obliguus externus abdominis) | Берёт начало от наружнойповерхности 5-12 рёбер | Прикрепляется к гребнюподвздошной кости, лобковомубугорку и образует пазовуюсвязку | Оттягивает туловище в противоположнуюсторону, сгибает туловище вперёд, тянет груднуюклетку вниз, может поднимать таз, входит в состав мышц брюшного пресса |
| Внутреняя косаяmышца ( m. obliguusinternus abdominis) | Берёт начало отпояснично-груднойфасции, гребняподвздошной кости ипаховой связки | Прикрепляется к хрящам нижних рёбер | Сгибает позвоночник,поворачивает туловище в стороны, опускает рёбра, поднимает таз |
| Поперечная мышца(m. transversus abdominis) | Начинается отвнутренней поверхности шести нижних рёбер, пояснично-груднойфасции, гребняподвздошной кости и паховой связки | Участвует в образовании белой линии живота | Выполняет функцию брюшного пресса |
| Мышцы задней брюшной полостиКвадратная мышца поясницы(m. guabratus limborum) | Начинается отподвздошного гребня, поперечных отростков 3-4нижних поясничных позвонков | Прикрепляется к 8 ребру, поперечным отросткам верхних поясничных позвонков | Наклоняет позвоночник в свою сторону, опускает 8 ребро, при двухстороннем сокращении удерживает туловище в вертикальном положении |
| Мышцы нижней конечностиВнутренняя группа мышцтазаПодвздошно-поясничная мышца(m. iliopsoas) | Берёт начало от 8грудного и всехпоясничных позвонков | Прикрепляется к маломувертелу бедренной кости | Сгибает и поворачивает бедро, наклоняет поясничный отдел позвоночника и туловища вперёд |
| Малая поясничная мышца(m. psoas minor) | Берёт начало от 8грудного и 1 поясничного позвонков | Прикрепляется к подвздошно-лобковому возвышению иподвздошной фасции | Натягивает подвздошную фасцию, увеличивая опору для подвздошно-поясничной мышцы |
| Внутренняя запирательная мышца(m. obduratorius internus) | Начинается отвнутренней поверхности запирательной мембраны, запирательногоотверстия, тазовой поверхностиподвздошной кости и запирательной фасции | Прикрепляется к большому вертелу | Вращает бедро к наружи |
| Верхняя и нижняя близнецовые мышцы (m. gemellus superior internus) | Начинается отседалищной кости и седалищного бугра | Прикрепляется к большому вертелу | Поворачивает бедро к наружи |
| Грушевидная мышца(m. piriformis) | Берёт начало от тазовой поверхности крестца | Проходит через седалищное отверстие и прикрепляется к большому вертелу бедренной кости | Поворачивает бедро к наружи с небольшим отведением |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦ | НАЧАЛО МЫШЦ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Наружняя группа мышц тазаБольшая ягодичная мышца (m. gluteus maximus) | Начинается от подвздошного гребня, дорсальной поверхности крестца, копчика и сухожильной части мышцы, выпрямляющей позвоночник | Прикрепляется к ягодичной бугристости бедреннойкости | Разгибает бедро,поворачивает егонесколько к наружи,отводит бедро, фиксируеттаз и туловище |
| Средняя ягодичная мышца(m. gluteus medium) | Берёт начало от подвздошнойкости широкой фасции | Прикрепляется к большому вертелу бедренной кости | Отводит и поворачиваетбедро, участвует в фиксации таза и туловища ввертикальном положениипри фиксированнойнижней конечности вместес малой ягодичноймышцей |
| Малая ягодичная мышца(m. gluteus minimus) | Берёт начало от подвздошной кости | Прикрепляется к большому вертелу бедренной кости | Отводит и поворачиваетбедро внутрь, кнаружи, выпрямляет туловище |
| Напрягатель широкой фасции( m.tensor fasciae latae) | Начинается от подвздошной ости | Переходит в подвздошно-берцовый тракт широкой фасции бедра | Способствует укреплению коленного сустава в развёрнутом положении |
| Квадратная мышца бедра(m.guabratus femoris) | Идёт от седалищного бедра | Прикрепляется к межвертельному гребню | Поворачивает бедро кнаружи |
| Наружная запирательная мышца(m. observatories externa) | Начинается от наружной поверхности лобковой кости, ветви седалищной кости и запирательной перепонки | Прикрепляется к вертельной ямке бедренной кости и суставной капсуле | Поворачивает бедро кнаружи |
| Мышцы свободной части нижней конечностиПередняя группа мышц бедраЧетырёхглавая мышца бедра (m. quadriceps femoris) имееет четыре головки: прямой мышцы, медиальной и промежуточной | *Прямая мышца бедра* берёт начало от нижней передней ости подвздошной кости над вертлужной впадиной.Латеральная мышца бедраСвоими пучками идёт от большого вертела,межвертельной линии, ягодичной шероховатости бедра и латеральной межмышечной перегородки. .*Медиальная широкая мышца бедра* отходит от межвертельной линии, медиальной губы шероховатой линии и межмышечной перегородки.*Промежуточная широкая мышца* начинается своими пучками мышечных волокон от передней и латеральной поверхности кости | Прикрепляются широкие мышцы бедра кнадколеннику | Являются сильным разгибателем голени в коленном суставе, апрямая мышца бедра сгибает бедро |
| **Портняжная мышца**(m.sartorius) | Берёт начало от передней подвздошной ости | Прикрепляется к большеберцовой кости | Сгибает бедро и голень, поворачивает их, отводит бедро |





|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЯ МЫШЦ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Медиальная группа мышц бедраТонкая мышца(m.gracilis) | Отходит от нижней половины лобкового симфиза, лобковой кости | Прикрепляется к бугристости тела большеберцовой кости | Сокращаясь, приводитбедро, сгибает голень, поворачивает её внутрь |
| Гребенчатая мышца(m. pectineus) | Берёт начало от ветви и гребня лобковой кости | Прикрепляется между задней поверхностью заднего вертела и шероховатой линии бедра | Приводит бедро, одновременно сгибает и поворачивает егокнаружи |
| Длинная приводящая мышца(m .adductor longus) | Начинается от верхней ветви лобковой кости | Прикрепляется к средней трети медиальной губы шероховатой линии бедренной кости | Приводит бедро, одновременно сгибает и поворачивает его наружу |
| Короткая приводящая мышца(m. adductor brevis) | Берёт начало от тела инижней ветви лобковой кости | Прикрепляется короткими сухожильными пучками к шероховатой линии на теле бедренной кости | Приводит и сгибаетбедро |
| Большая приводящая мышца | Отходит от седалищногобугра, ветви седалищной и лобковой костей | Прикрепляется к медиальной губе шероховатой линии бедренной кости | Приводит и сгибаетбедро |
| Задняя группа мышц бедраДвуглавая мышца бедра(m.biceps femoris) | Длинной головкой – берёт начало от седалищного бугра и крестцово-бугорной связки, короткой – от латеральной губы шероховатой линии, верхней части латерального подмыщелка и от латеральной межмышечной перегородки бедра | Идёт в низ и переходит в сухожилие, которое прикрепляется к головке малоберцовой кости | Разгибает бедро, сгибает голень и поворачивает её кнаружи |
| Полусухожильная мышца(m. semitendinosus) | Отходит от седалищногобугра | Прикрепляется к медиальной поверхности верхней части большеберцовой кости | Сокращаясь, разгибает бедро, сгибает голень, согнутую в коленеголень поворачивает внутрь |
| Полуперепончатая мышца(m. semimembranosus) | Начинается от седалищногобугра | Прикрепляется тремя сухожильными пучками к заднелатеральной поверхности медиального мыщелка большеберцовой кости | Разгибает бедро, сгибает голень и поворачивает её внутрь, оттягивает капсулу коленногосустава |
| **Мышцы голени**Передняя группа мышц голениПередняя большеберцовая мышца(m.tibialis anterior) | Начинается от латерального мыщелка большеберцовой кости | Прикрепляется клиновидной кости и основанию первой плюсневой кости | Разгибает стопу, поднимает еёвнутренний край, способствует удержанию стопы в вертикальном положении |
| Длинный разгибатель пальцев(m. extensordigitorum longus) | Берёт начало от латерального мыщелка большеберцовой кости и головкималоберцовой кости | На тыльной стороне стопы делится на четыре сухожилия, которые прикрепляются к концевым фалангам 2-5 пальцев и основанию 5 плюсневой кости | Разгибает 2-5 пальцы и стопу, поднимает её боковой край,удерживает голень в вертикальном положении |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦЫ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Длинный разгибатель большого пальца стопы( m. extensor hallucis londus) | Начинается от нижней части малоберцовой кости, межкостной перепонкиголени | Прикрепляется к дистальной и частично проксимальной фаланге большого пальца | Разгибает большой палеци стопу, поднимает еёвнутренний край |
| Задняя группа мышц голениТрёхглавая мышца(m. triceps surae) | Состоит из икроножной и камбаловидной мышц, имеющих общее сухожилие |  | Трёхглавая мышца голени сгибает голень и стопу(подошвенное сгибание), удерживает голень, препятствуя её опрокидыванию вперёд |
| Камбаловидная мышца(m. soleus) | Берёт начало от задней поверхности большеберцовой кости и сухожильной дуги | Переходит в общее сухожилие, прикрепляется к пяточному бугру пяточной кости |
| Икроножная мышца(m.gastrocnemius) | Двумя головками( латеральной и медиальной) начинается на латеральном и медиальном мыщелке бедра | Прикрепляется к пяточному бугру |
| Подошвенная мышца(m. plantaris) | Начинается от латерального мыщелка бедренной кости и косой подколенной связки | Прикрепляется к пяточному бугру | Натягивает капсулу коленного сустава, участвует в сгибании голени и стопы |
| Подколенная мышца(m. popliteus) | Начинается от латерального мыщелка бедренной кости, капсулы коленного сустава | Прикрепляется к задней поверхности большеберцовой кости | Сгибает голень и поворачивает её внутрь, оттягивает капсулу коленного сустава |
| Длинный сгибатель пальцев (m. flexor digitorum longus) | Берёт начало от средней части большеберцовой кости, фасции и задней мышечной перегородки голени | Прикрепляется к дистальным фалангам 2-5 пальцев | Сгибает фаланги 2-5 пальцев и стопу, поворачивает её наружу, укрепляет свод стопы |
| Длинный сгибатель большого пальца стопы(m. flexor hallucislongus) | Берёт начало от двух нижних частей тела малоберцовой кости, межкостной перепонки голени | Прикрепляется к основанию дистальной фаланги большого пальца | Сгибает большой палец стопы, участвует в сгибании, супинации и приведения стопы, укрепляет свод стопы |
| Задняя большеберцовая мышца(m. tibialis posterior) | Начинается от задней поверхности большеберцовой и малоберцовой кости, межкостной перепонки голени | Прикрепляется к бугристости ладьевидной кости, трём клиновидным костям и основанию пятой плюсневой кости | Сгибает стопу, приводит её, проворачивает кнаружи |
| Длинная малоберцовая мышца(m. peroneus longus) | Берёт начало от головки и верхних двух третей латеральной поверхности малоберцовой кости и мыщелка большеберцовой кости, фасции голени, межмышечных перегородок голени | Прикрепляется к основанию 1 и 2 плюсневых костей и к медиальной клиновидной кости | Сгибает стопу, приподнимает её латеральный край, укрепляет свод стопы |
| Короткая малоберцовая мышца(m. peroneus brevis) | Отходит от нижних двух третей латеральной поверхности малоберцовой кости и от межмыщелковой перегородки голени | Прикрепляется к основанию 5 плюсневой кости | Сокращаясь, отводит и сгибает стопу, поднимает латеральный край стопы |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦЫ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| **Мышцы стопы**Мышцы тылы стопыКороткий разгибатель пальцев (m.extensordigitorum brevis) | Начинается от пяточной кости | Прикрепляется к основанию средних и дистальных фаланг2-4 пальцев | Разгибает 2-4 пальцы |
| Короткий разгибатель большого пальца стопы(m .extensor hallucisbrevis) | Берёт начало от пяточной кости | Прикрепляется кпроксимальной фаланге большого пальца стопы | Разгибает большой палец |
| Мышца отводящая большой палец стопы(m. abductor hallucus) | Берёт начало от бугра пяточной кости ,нижнего удерживателя сгибателей подошвенного апоневроза | Прикрепляется к основанию проксимальной фаланги большого пальца стопы | Сгибает и отводитбольшой палец стопы |
| Короткий сгибатель большого пальца стопы(m. flexor hallucisbrevis) | Отходит от подошвенной поверхности кубовидной кости, клиновидных костей, связок подошвы | Прикрепляется кпроксимальной фаланге и сесамовидной кости | Сгибает большой палец стопы |
| Мышца, приводящая большой палец стопы(m .adductor hallucis) | Берёт начало от клиновидной и кубовидной костей, 2-4 плюсневых костей, 3-4 плюснефаланговых суставов | Прикрепляется к боковой сесамовидной кости и проксимальной фаланге большого пальца стопы | Сгибает и приводит большой палец стопы |
| Мышца, отводящая мизинец стопы(m abductor digitiminimum) | Начинается от подошвенной поверхности пяточной кости, 5 плюсневой кости и подошвенного апоневроза | Прикрепляется кпроксимальной фаланге мизинца | Сгибает и отводит мизинец стопы |
| Короткий сгибатель мизинца стопы(m.flexor digiti minimi brevis) | Берёт начало от 5 плюсневой кости и длинной подошвенной связки | Прикрепляется кпроксимальной фаланге мизинца | Сгибает мизинец стопы |
| Мышца, противопоставляющая мизинец(m. opponens digiti minimi) | Начинается от длинной подошвенной связки | Прикрепляется к 5 плюсневой кости | Участвует а укреплении свода стопы |
| Короткий сгибатель пальцев(m. flexor digitorum brevis) | Начинается от передней части бугра пяточной кости, подошвенного апоневроза | Четырьмя сухожилиями прикрепляется к основанию средних фаланг 2-5 пальцев | Сгибает средние фаланги3-5 пальцев, укрепляетсвод стопы |
| Квадратная мышца подошвы(m. quadrates plantae) | Отходит двумя головками от нижнего и медиального края нижней поверхности пяточной кости | Прикрепляется к наружному краю сухожилий длинного сгибателя пальцев | Участвуют в сгибании пальцев стопы |
| Червеобразные мышцы(m. Lumbicales) | Берут начало от сухожилий длинного сгибателя пальцев, первая мышца – одной, последующие три – двумя головками | Прикрепляется к проксимальным фалангам и сухожилиям длинного разгибателя 2-5 пальцев стопы | Сгибают проксимальные и разгибают средние и дистальные фаланги,отводя их в сторону большого пальца стопы |
| **Межкостные мышцы**(mm. interossei)Подошвенные межкостные мышцы(mm.Interossei plantares) | Каждая мышца берёт начало от медиального края 3-5 плюсневых костей | Прикрепляются к основанию плюсневых фаланг 3-5 пальцев,частично переходятна тыльный апоневроз | Приводят 3-5 пальцы ко 2 пальцу, сгибают проксимальные фаланги этих пальцев |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦЫ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Тыльные межкостные мышцы (mm. Interossei dorsales) | каждая мышца начинается от обращённых одна к другой поверхностей соседних плюсневых костей | Прикрепляются к основанию проксимальных фаланг 3-5 пальцев, частично переходят на тыльный апоневроз | Первая тыльная межкостная мышца отводит 2 палец отсредней линии стопы, остальные –2-4 палец а латеральную сторону, сгибают проксимальные фаланги 2-4 пальцев |
| Мышцы верхней конечностиМышцы плечевого поясаДельтовидная мышца( m. deltoideus) | Начинается от ключицы, лопаточной ости и акромеона | Прикрепляется к дельтовидной бугристости дельтовидной кости | Отводит плечо, сгибает и разгибает плечо |
| Надостная мышца(m.supraspinatus) | Начинается от надостной ямки лопатки | Прикрепляется к большому бугорку плечевой кости | Отводит плечо, оттягивает капсулу плечевого сустава |
| Подостная мышца(m.infraspinatus) | Берёт начало от стенки подостной ямки лопатки | Прикрепляется к большому бугорку плечевой кости, к капсуле плечевого сустава | Вращает плечо наружу, оттягивает капсулу плечевого сустава |
| Малая и большая круглые мышцы(mm. teres minor et major) | Начинается от лопатки | Прикрепляется к большому и малому бугоркам плечевой кости | Первая – поворачивает плечо наружу, вторая – внутрь, отводит руку назад и медиально |
| Подлопаточная мышца(m.subscapularis) | Берёт начало от рёберной поверхности лопатки | Прикрепляется к маломубугорку плечевой кости | Поворачивает плечо внутрь, одновременно приводит плечо к туловищу |
| Мышцы свободнойчасти верхней конечностиДвуглавая мышца(m. biceps brahii) | Длинная головка берёт начало от надсуставного бугорка, короткая – от клювовидного отростка лопатки | Прикрепляется к бугристости лучевой кости | Сгибает плечо в локтевом суставе и предплечье, поворачивает его наружу |
| Клювовидно-плечевая мышца(m. coracobrahialis) | Начинается от клювовидного отростка лопатки | Прикрепляется к середине плечевой кости | Поднимает и поворачивает наружу, сгибает и приводит плечо к туловищу |
| Плечевая мышца(m.brahialis) | Берёт начало от нижней части плечевой кости | Прикрепляется к бугристости локтевой кости | Сгибает предплечье, натягивает капсулу локтевого сустава |
| Трёхглавая мышцаплеча(m.triceps brahii) | Начинается тремя головками: длинной – от подсуставного бугорка лопатки, медиальной и латеральной – от плечевого | Прикрепляется к локтевому отростку и капсуле локтевого сустава | Разгибает предплечье, тянет плечо назад, приводит плечо к туловищу |
| Локтевая мышца(m. anconacus) | Берёт начало от латерального подмыщелка плечевой кости | Прикрепляется к бугристости локтевой кости | Сгибает предплечье, натягивает капсулу локтевого сустава |
| Плечелучевая мышца(m. brahioradialis) | Берёт начало от плечевой кости и латеральной межмышечной перегородки | Прикрепляется к дистальному концу лучевой кости | Сгибает предплечье в локтевом суставе, поворачивает лучевую кость, устанавливается в среднем положении между пронацией и супинацией |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦЫ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Круглый пронатор(m. pronator teres) | Начинается от медиального подмышелка плечевой кости, и венечного отростка локтевой кости | Прикрепляется к венечной части плечевой кости | Участвует в сгибании предплечья, поворачивает его в сторону локтя (пронация) |
| Лучевой сгибатель запястья(m. flexor carpi radialis) | Берёт начало от внутреннего подмыщелка плечевой кости, от фасции предплечья | прикрепляется к основанию 2 пястной кости | Сгибает запястье и участвует в пронации кисти |
| Длинная ладонная мышца(m. palmaris longus) | Начинается от внутреннего надмышелка плечевой кости | Прикрепляется к ладонному апоневрозу | Участвует в сгибании кисти, напрягает ладонный апоневроз |
| Локтевой сгибатель запястья(m. flexor carpi ulnaris) | Начинается плечевой головкой от внутреннего надмыщелка плечевой кости, венечного отростка локтевой кости и фасции, локтевой головкой от локтевой кости | Прикрепляется кгороховидной ,крючковидной и 5 пястной костям | Сгибает запястье , приводит кисть |
| Поверхностный сгибатель пальцев(m. flexor digitorum superfacialis) | Берёт начало отмедиального подмышелка плечевой кости,венечного отростка локтевой кости проксимального отдела лучевой кости | Прикрепляется к средним фалангам 2-5 пальцев | Участвует в сгибании средних фаланг 2-5 пальцев, в сгибании кисти |
| Глубокий сгибатель пальцев(m. flexor digitorum profundus) | Берёт начало от верхнихдвух третей передней поверхности локтевой кости и межкостной перепонки предплечья | Прикрепляется к дистальной фаланге большого пальца | Сгибает дистальную фалангу большого пальца и кисть |
| Длинный сгибатель большого пальца кисти(m. flexor pollicis longus) | Начинается от передней поверхности лучевой кости | Прикрепляется к дистальной фаланге большого пальца | Сгибает дистальную фалангу большого пальца и кисть |
| Квадратный пронатор(m. pronator quadrates) | Начинается от переднего края и передней поверхности нижней трети тел локтевой и лучевой | Прикрепляется к передней поверхности дистальной трети лучевой кости | Поворачивает внутрь (пронирует) предплечье и кисть |
| Длинный лучевой разгибатель запястья(m. extensor carpi radialis longus) | Берёт начало отлатерального надмыщелка плечевой кости, латеральной межмышечной перегородки плеча | Прикрепляется к основанию 2 пястной кости | Несколько сгибает предплечье, разгибает кисть, отводит кисть латерально |
| Короткий лучевой разгибатель запястья(m. txtensor carpi radialis longus) | Начинается от латерального подмыщелка плечевой кости и фасции предплечья | Прикрепляется к тыльной поверхности основания 3 пястной кости | Разгибает кисть и отводит её |
| Разгибатель пальцев(m. extensor digitorum) | Начинается на латеральном надмыщелке плечевой кости и фасции предплечья | Прикрепляется к основанию дистальной фаланге 2-5 пальцев | Разгибает пальцы |
| Разгибатель мизинца(m. extensor digiti minimi) | Берёт начало отлатерального надмыщелка плечевой кости | Прикрепляется к средней и дистальной фалангемизинца | Разгибает 5 палец |
| Локтевой разгибатель запястья(m. extensor carpi ulnaris) | Начинается от латерального надмыщелка плечевой кости и фасции предплечья | Прикрепляется к основанию5 пястной кости | Разгибает и приводит кисть |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦЫ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Супинатор(m. supinator) | Начинается от латерального надмышелка плечевой кости, капсулы локтевого сустава, гребня супинатора локтевой кости | Прикрепляется клатеральной поверхности проксимальной кости | Поворачивает ( супинирует) кнаружи лучевую кость и кисть |
| Длинная мышца, отводящая большой палец кисти(m. abductor pollicis longus) | Начинается на задней поверхности локтевой и лучевой кости, межкостной перепонки предплечья | Прикрепляется к основанию1 пястной кости | Отводит большой палец и всю кисть |
| Короткий разгибатель большого пальца кисти(m. extensor pollicis brevis) | Отходит от задней поверхности лучевой кости, межкостной перепонки предплечья | Прикрепляется к основанию проксимальной фаланги большого пальца кисти | Разгибает проксимальную фалангу, отводит большой палец кисти |
| Длинный разгибатель большого пальца кисти(m. extensor pollicis longus) | Берёт начало от задней поверхности локтевой кости, межкостной перепонки предплечья | Прикрепляется к дистальной фаланге большого пальцакисти | Разгибает большой палец кисти |
| Разгибатель указательного пальца(m. extensor indicis) | Начинается на задней поверхности локтевой кости, межкостной перепонки предплечья | Прикрепляется к тыльной поверхности проксимальной фаланге указательногопальца | Разгибает указательный палец |
| Короткая ладоннаямышца(m. palmaris brevis) | Берёт своё начало от удерживателя сгибателей | Прикрепляется к коже медиального края кисти | При сокращении на коже возвышения мизинца образуются складки |
| Мышца, отводящая мизинец(m. abductor digiti minimi) | Начинается от гороховидной кости и сухожилия локтевого сгибателя запястья | Прикрепляется к медиальной стороне проксимальной фаланги мизинца | Отводит мизинец |
| Мышца, противопоставляющая мизинец(m. opponens digiti minimi) | Отходит от крючковидной кости и удерживателя сгибателей | Прикрепляется к локтевому краю 5 пястной кости | Противопоставляет мизинец большому пальцу кисти |
| Короткий сгибатель мизинца(m. flexor digiti minimi brevis) | Начинается от крючка крючковидной кости | Прикрепляется к проксимальной фаланге мизинца | Сгибает мизинец |
| Червеобразные мышцы(m. lumbricalis) | В количестве четырёх берут начало от сухожилий глубокого сгибателя пальцев | Прикрепляются к тыльной поверхности проксимальных фаланг 2-5 пальцев | Сгибают проксимальные фаланги и разгибаютсредние и дистальные фаланги 2-5 пальцев |
| Ладонные межкостные мышцы(m.interossei palmers) | В количестве трёх размещаются в промежутках 2-5 пястных костей, отходят от боковых поверхностей 2,4,5 пястных костей | Прикрепляются тонкими сухожилиями к тыльной поверхностипроксимальных фаланг 2,4,5 пальцев | Сокращаясь, мышцы приводят 2,4 и 5 пальцы к среднему (3) |
| Тыльные межкостные мышцы(m. interossei dorsales) | Каждая тыльная мышца начинается двумя головками от обращённых друг к другу сторон 1-5 пястных костей | Прикрепляются коснованию проксимальных фаланг 2-5 пальцев | Отводят 1,2,4 пальцы от среднего пальца |
| Короткая мышца, отводящая большой палец кисти( m. abductor pollicis brevis) | Отходит от ладьевидной кости, кости-трапеции, удерживателя сгибателей | Прикрепляется к проксимальной фаланге большого пальца кисти | Отводит большой палец кисти |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| НАЗВАНИЕ МЫШЦЫ | НАЧАЛО МЫШЦЫ | МЕСТО ПРИКРЕПЛЕНИЯ | ФУНКЦИЯ |
| Короткий сгибатель большого пальца кисти(m. flexor pollicis brevis) | Своими головками начинается от удерживателя сгибателей, кости-трапеции, троапецевидной кости и 2 пястной кости | Прикрепляется к проксимальной фаланге большого пальца кисти | Сгибает проксимальную фалангу большого пальца кисти |
| Мышца, противопоставляющая большой палец кисти(m. opponens pollicis) | Берёт начало от бугорка кости-трапеции, удерживателя сгибателей | Прикрепляется к 1 пястной кости | Противопоставляет большой палец кисти мизинцу и всем остальным пальцам |
| Мышца, приводящая большой палец кисти(m. abductor pollicis)Имеет косую и поперечные головки | Косая головка берёт начало от головчатой кости, оснований2 и пястных костей, поперечная – от ладонной поверхности 3 пястной кости | Прикрепляется мышцаобщим сухожилием к основанию проксимальной фаланги большого пальцакисти | Сокращаясь, мышца приводит большой палец кисти к указательному, участвует в сгибании большого пальца кисти |