





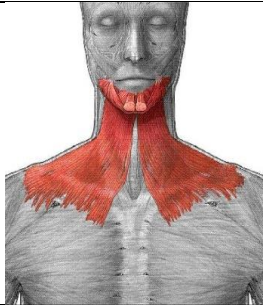
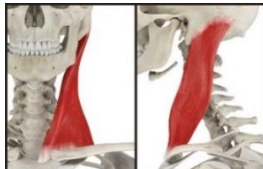





Назва	Зображення	Розташування	Функція
Скроневий м'яз m. temporalis		<p>Починається – від усієї поверхні скроневої ділянки, а саме: від лобової луски, лучкової частини скроневої кістки,тім'яної кістки, великого крила крилоподібної кістки,внутрішньої поверхні скроневої фасції. Пучки волокон сходяться в один в один потужний тяж,що переходить в сухожилок,який пройшовши під виличною дугою прикріплюється до вінцевого відростка нижньої щелепи.</p>	<p>Передні та середні пучки піднімають опущену нижню щелепу. У випадку бічного зміщення нижньої щелепи задні пучки м'яза протилежного боку повертають її у звичайне положення.</p>
Жувальний м'яз m. masseter		<p>Має дві частини: Поверхнева – починається від зовнішньої поверхні виличної кістки та передніх двох третин виличної дуги,волокна йдуть донизу та назад. Глибока – починається від задньої третини нижнього краю та всієї внутрішньої поверхні виличної дуги; пучки йдуть донизу і вперед,прикріплюються до сухожилка скроневого м'яза.</p>	<p>Піднімає нижню щелепу,притискаючи нижні зуби до верхніх. Поверхнева частина м'яза бере участь у висуванні нижньої щелепи.</p>
Коловий м'яз ока m. orbicularis oculi		<p>Розташований під шкірою очної ямки, верхньої та нижньої повіки у вигляді тонкої, плоскої кільцеподібної пластинки,має три частини:</p>	<p>Очноямкову - (звужує очну щілину). Повікову - (опускає повіку). Сльозову - (спорожнює слезовий мішок).</p>
М'яз гордіїв m. procerus		<p>Починається від кісткової спинки носа; Прикріплюється до шкіри між бровами в ділянці надперенісся;</p>	<p>Утворює поперечні складки на переніссі.</p>
Коловий м'яз рота m. orbicularis oris		<p>Розташований в товщі губ,навколо ротової щілини; має дві частини: крайова частина є периферійною, її пучки в кутах переходять з однієї губи на іншу. губна частина – міститься в товщі верхньої та нижньої губи,пучки розміщені півколом,від одного кута рота до іншого.</p>	<p>крайова – закриває ротову щілину,стискає губи, висуває їх вперед. Губна - сприяє щільному стисканню губ, втягуванню їх всередину.</p>


<p>Щічний м'яз</p> <p>m. buccinator</p>		<p>Розташований під слизовою оболонкою бічної стінки присінка рота;</p> <p>Відокремлений від шкіри жировим тілом щоки;</p> <p>Починається від косої лінії тіла і гілки нижньої щелепи, від зовнішньої поверхні альвеолярного відростка верхньої щелепи, в ділянці великих кутніх зубів.</p> <p>Прикріплюється до шкіри і слизової оболонки кута рота.</p>	<p>При двосторонньому скороченні притискає щоки до зубів, розтягує ротову щілину ("м'яз трубачів").</p>
---	---	---	---



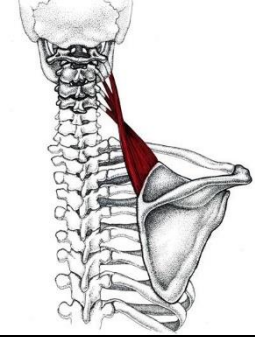
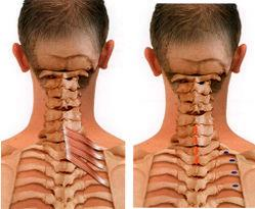
М'язи шиї

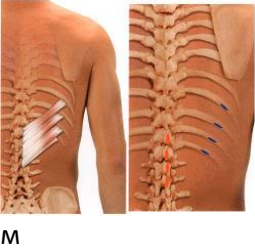
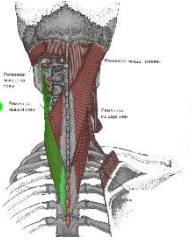
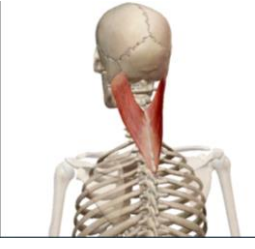
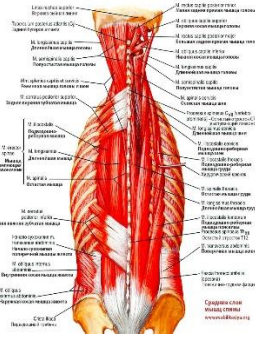
<p>Підшкірний м'яз шиї</p> <p>m. platysma</p>		<p>Початок: на рівні II ребра</p> <p>Прикріплення: до краю нижньої щелепи, вплітається в м'яз опускач нижньої губи, а також у м'яз сміху.</p>	<p>Натягує шкіру шиї та грудей, опускає нижню щелепу, відтягує кут рота назовні та донизу, сприяє відтоку венозної крові від голови та шиї.</p>
<p>Грудинно-ключично-соскоподібний м'яз</p> <p>m. sternocleidomastoideus</p>		<p>Початок: передня поверхня рукоятки грудни, та грудинний кінець ключиці</p> <p>Прикріплення: соскоподібний відросток скроневої кістки, та бічна частина верхньої вийної лінії потиличної кістки</p>	<p>Нахиляє голову вбік, а обличчя повертає в протилежний бік;</p> <p>тягне вгору ключицю і грудину при двосторонньому скороченні утримує голову у вертикальному положенні.</p> <p>при двосторонньому скороченні, закидає голову назад і трохи висувається вперед.</p> <p>При фіксованій голові тягне вгору ключицю та грудину, допомагаючи вдиху.</p>
<p>Передній драбинчатий м'яз</p> <p>m. scaleni</p>		<p>початок від C3-C6 кріпиться на 1 ребрі</p>	<p>Піднімає I ребро і 2е ребро під час вдиху,</p> <p>при односторонньому скороченні нахиляє шию в свою сторону</p> <p>При фіксованих ребрах, скорочуючись по обидва боки, м'язи згинають шийну частину хребта вперед.</p>
<p>Середній драбинчатий м'яз</p> <p>m. scaleni</p>		<p>початок від C2-C7 кріпиться на 1 ребрі</p>	<p>_____</p>
<p>Задній драбинчатий м'яз</p> <p>m. scaleni</p>		<p>початок C3-C6 кріпиться на 2 ребрі</p>	<p>_____</p>

<p>довгий м'яз ший m. longus colli</p>		<p>Парний, лежить на передній поверхні хребта і складається з трьох частин: пучки першої частини відходять вертикально від тіл трьох верхніх грудних та трьох нижніх шийних хребців до тіл CII-CIV хребців. Пучки другої частини починаються від передніх горбків поперечних відростків CII-CIV хребців і закінчуються на передньому горбку атланта та на тілі осьового хребця. Пучки третьої частини, почавшись на тілах ThI-ThIII хребців, прямують до передніх горбків поперечних відростків CV-CVI;</p>	<p>Гіперлордоз при двобічному скороченні. При односторонньому нахилі в свій бік.</p>
<p>Довгий м'яз голови m. longus capitis</p>		<p>-Починається від передніх горбків поперечних відростків CIII-CVI хребців; Прикріплюється до нижньої поверхні основної частини потиличної кістки (з обох горбків глоткового горбка);</p>	<p>Нахиліє голову і шийну частину хребта вперед.</p>

М'ЯЗИ СПИНИ

<p>Трапецієподібний м'яз m. trapezius</p>		<p>Початок: верхня каркова лінія, потиличний бугор, каркова зв'язка, остисті відростки шийного та всіх грудних хребців Прикріплюється: до латеральної третини ключиці, до акроміона, до ості лопатки</p>	<p>верхні волокна м'язу піднімають до верху пояс верхньої кінцівки. При чому лопатка повертається своїм нижнім кутом в латеральну сторону. Запобігають опусканню плечового поясу при перенесенні на плечі або в руці. Середні волокна приводять лопатку. Нижні волокна опускають лопатку донизу. При скороченні всіх волокон м'яз тягне пояс верхньої кінцівки до задку і до середини. При чому, обидві лопатки зближуються між собою, якщо м'яз скорочується на обох сторонах.</p>
--	---	--	---

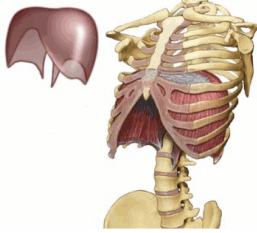
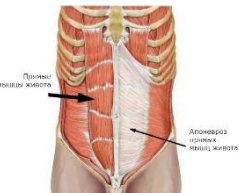

<p>Найширший м'яз спини musculus latissimus dorsi</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Початок: • апоневрозом на остистих відростках грудного відділу від T7 – T12, усіх поперекових та крижових • Від заднього відділу клубового гребня • Від чотирьох нижніх ребер (IX-XII ребра) • Волокна направляються латерально та вгору. Прикриває нижній кут лопатки. • Прикріплення: до гребеня малого горбка плечевої кістки 	<ul style="list-style-type: none"> • Розгинає та пронує плече, • відведену руку приводить. • А також підтягує тулуб до рук , наприклад, під-час підтягування. • Вона сильний дипресор лопатки, достатньо сильний для подолання всієї маси тіла, як при віджиманні. • М'яз прикріплюється до ребер, та при фіксованих руках може розширювати грудну клітину, допомагаючи вдиху.
<p>Ромбоподібний м'яз m. rhomboid eus Малий ромбоподібний</p>		<p>Початок: Вийня зв'язка, остисті відростки C7-T1 Прикріплення: медіальний край лопатки нижче ості.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • при скороченні ромбоподібний м'яз притягує лопатку до хребта і до верху. • Оскільки він є антагоністом до переднього зубчастого м'язу, то вони разом фіксують медіальний край лопатки до грудної клітини.
<p>Великий ромбоподібний</p>		<p>Початок: остисті відростки T1-T4, T5 Прикріплення: медіальний край лопатки нижче ості.</p>	
<p>М'яз підіймач лопатки musculus levator scapulae</p>		<p>Початок: задні горбки поперечних відростків чотирьох верхніх шийних хребців Прикріплення: верхній відділ медіального краю лопатки, верхній кут лопатки</p>	<p>підіймає лопатку.</p>
<p>Верхній задній зубчастий м'яз musculus serratus posterior superior</p>		<p>Початок: каркова зв'язка, C6-T2 Прикріплення: 2-5 ребро</p>	<p>підіймає ребра</p>



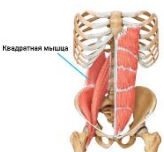
<p>Нижній задній зубчастий м'яз musculus serratus posterior inferior</p>	 <p>М</p>	<p>Початок: остисті відростки T11-L2,L3 Прикріплення: зовнішня поверхня 9-12 ребер</p>	<p>опускає ребра.</p>
<p>Ремінний м'яз шиї musculus splenius cervicis</p>		<ul style="list-style-type: none"> Прикрита трапецієподібною та верхньою задньою зубчастою м'язами. Початок: остисті відростки T3- T5 Прикріплення: задні горбки поперечних відростків (C1) C2-C3 	<ul style="list-style-type: none"> При двосторонньому скороченні розгинає шийну частину хребта, при односторонньому скороченні м'яз повертає шийну частину хребта в свою сторону.
<p>Ремінний м'яз голови m. splenius capitis</p>		<p>Початок: каркова зв'язка, остисті відростки C7 – T3 хребців Прикріплення: боковий відділ верхньої каркової лінії, задній край соскоподібного відростка</p>	<p>При односторонньому скороченні м'яз повертає голову в свою сторону, при двосторонньому скороченні м'яз розгинає шийний відділ хребта та закидає голову назад.</p>
<p>М'яз-випрямляч хребта m. erector spinae</p> <p><u>Ділиться на три частини:</u></p> <p>латерально розташовується клубово-реберний м'яз ,</p> <p>медіально - остовий м'яз</p> <p>а між ними довгий розгинач спини .</p>		<p>Початок: від дорсальної поверхні крижі, від остистих відростків L1-L5, гребеня клубових кісток, від поверхневого листка попереково-грудної фасції.</p> <p>Прикріплення: тягнеться до самої потилиці. Кожна частина має своє кріплення: клубово-реберний - до кутів ребер; довгий розгинач - до поперечних відростків та до соскоподібного відростка скроневої кістки; остиста - до остистих відростків.</p>	<p>При двосторонньому скороченні розгинає хребетний стовп, утримує тулуб у вертикальному положенні.</p> <p>При односторонньому скороченні нахиляє тулуб у відповідну сторону.</p> <p>Верхні пучки тягнуть голову в свою сторону.</p> <p>Частина пучків опускає ребра, таким чином, беручи участь в акті дихання.</p>

М'ЯЗИ ГРУДНОЇ КЛІТИНИ

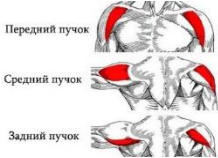
Внутрішні			
Зовнішні			


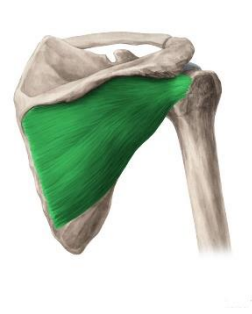


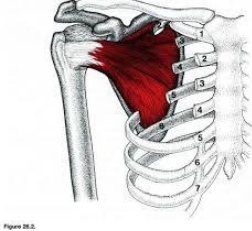
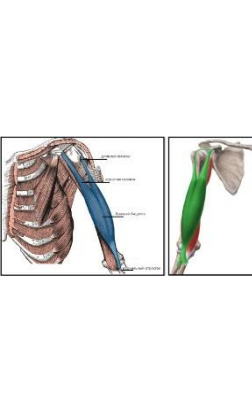
М'ЯЗИ ЖИВОТА



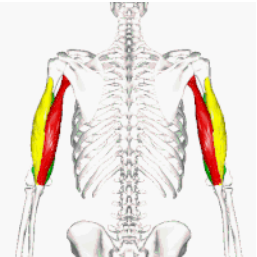
<p>ДІАФРАГМА</p>		<p>Це м'язово–сухожилковий орган, який відмежовує порожнину грудної клітки від порожнини живота.</p> <p>Залежно від місця початку, в діафрагмі розрізняють такі частини:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Груднинну частину діафрагми – починається від мечоподібного відростка груднини. 2. Реброву частину діафрагми – починається від – ребрових хрящів. 3. Поперекову частину діафрагми – починається від передньої поверхні тіл поперекових хребців дещо правіше правою ніжкою і дещо лівіше лівою ніжкою від середньої лінії, а також від присередньої дугоподібної зв'язки і бічної дугоподібної зв'язки. 	<p>Діафрагма є основним дихальним м'язом.</p> <p>При одночасному скороченні з м'язами живота діафрагма сприяє підвищенню внутрішньочеревного тиску.</p>
<p>Прямий м'яз живота</p>		<p>Початок: від лобкового гребеня і лобкового симфіза.</p> <p>Прикріплення: до передньої поверхні мечоподібного відростка і до зовнішньої поверхні – ребрових хрящів</p>	<ul style="list-style-type: none"> • при фіксованому хребтовому стовпі і тазовому поясі опускає ребра та тягне грудну клітку груднину і ребра вниз і згинає хребет; • при фіксованій грудній клітці піднімає таз; • бере участь в утворенні черевного преса.
<p>Зовнішній косий м'яз живота</p>		<p>Початок: вісьмома зубцями від зовнішньої поверхні – ребер і прямує униз та присередньо, переходячи у широкий апоневроз, який переплітається з волокнами апоневроза протилежного зовнішнього косого м'яза живота, утворюючи по передній серединній лінії білу лінію. Хід м'язових волокон співпадає з ходом волокон зовнішніх міжребрових м'язів.</p> <p>Прикріплення: збоку нижні волокна апоневроза прикріплюються до зовнішньої губи клубового гребеня, а присередньо – до лобкового горбка та лобкового симфізу.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • повертає тулуб у протилежний бік; • при двобічному скороченні: <ul style="list-style-type: none"> • опускає ребра; • нахиляє тулуб вперед; • бере участь в утворенні черевного преса.


<p>Внутрішній косий м'яз живота</p>		<p>Початок: від передніх двох третин проміжної лінії клубового гребеня, бічних двох третин пахвинної зв'язки, грудо–поперекової фасції.</p> <p>Прикріплення: м'язові пучки в'ялоподібно розходяться і прикріплюються до зовнішньої поверхні трьох нижніх ребер, а також широким сухожилком влітаються в білу лінію живота; нижні м'язові волокна разом із волокнами поперечного м'яза живота входять у склад сім'яного канатика і утворюють м'яз–підіймач яєчка.</p>	<p>при однобічному скороченні повертає тулуб у свій бік; при двобічному скороченні: опускає ребра; нахиляє тулуб вперед; бере участь в утворенні черевного преса; при фіксованій грудній клітці піднімає таз.</p>
<p>Поперечний м'яз живота</p>		<p>Початок: від внутрішньої поверхні – ребер, передньої частини внутрішньої губи клубового гребеня, грудо–поперекової фасції, бічної третини пахвинної зв'язки.</p> <p>Прикріплення: Разом з апоневрозами зовнішніх і внутрішніх косих м'язів апоневроз поперечних м'язів живота утворюють білу лінію живота.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • опускає ребра і зменшує розміри черевної порожнини, • є основним м'язом черевного преса. • Підтримує органи черевної порожнини в правильному анатомічному положенні. • Бере участь у стабілізації поперекового відділу та кісток тазу.
<p>Квадратний м'яз попереку</p>		<p>Початок: від внутрішньої губи клубового гребеня, поперечних відростків нижніх поперекових хребців, грудо–поперекової фасції.</p> <p>Прикріплення: до поперечних відростків верхніх поперекових хребців, нижнього краю ребра.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • при двобічному скороченні утримує хребет у вертикальному положенні та вигинає згинає поперекову частину хребтового стовпа; • Тягне ребро униз; при однобічному скороченні нахиляє тулуб у свій бік.

ВЕРХНІ КІНЦІВКИ

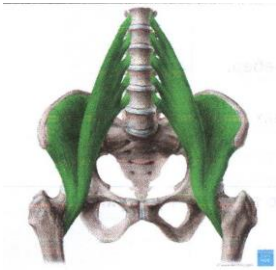
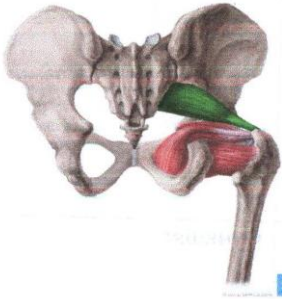
<p>Дельтоподібний м'яз <i>m. deltoideus</i></p>		<p>Початок: від ключиці— ключична частина, від ості лопатки— остьова частина; від надплечового відростка лопатки— надплечова частина.</p> <p>Прикріплення: до дельтоподібної горбистості плечової кістки.</p>	<p>При скороченні середніх пучків або усього м'яза він відводить верхню кінцівку від тулуба до горизонтального рівня. А також:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передня ключична частина згинає плече, обертає його досередини, підняту верхню кінцівку опускає донизу. • Задня остьова частина розгинає плече, одночасно обертає його назовні, підняту верхню кінцівку опускає донизу. • Дельтоподібний м'яз формує захисне і зміцнююче склепіння плечового суглоба.
--	---	---	--

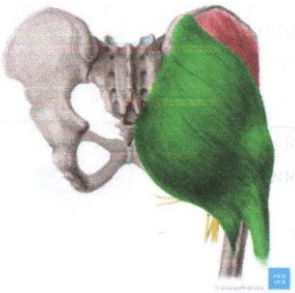
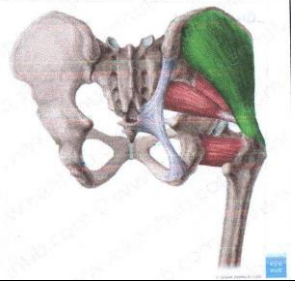
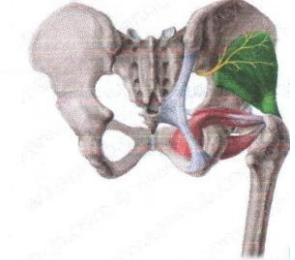
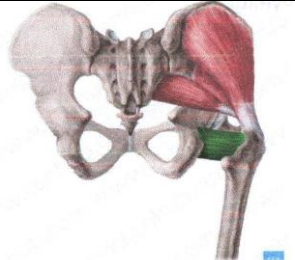

<p><u>Надостьовий м'яз</u> m. supraspinatus</p>		<p>Початок: від стінок надостьової ямки лопатки і від надостьової фасції.</p> <p>Прикріплення: до верхньої площадки великого горбка плечової кістки.</p>	<p>відводить плече при нерухомій лопатці, є синергістом дельтоподібного м'яза; відтягує суглобову капсулу плечового суглоба вгору, запобігаючи її ущемленню.</p>
<p><u>Підостьовий м'яз</u> m. infraspinatus</p>		<p>Початок: від поверхні підостьової ямки і від підостьової фасції.</p> <p>Прикріплення: до задньої середньої площадки великого горбка плечової кістки та капсули плечового суглоба, в яку влітається частина його пучків.</p>	<p>обертає плече назовні та приводить його до тулуба, відтягує суглобову капсулу плечового суглоба</p>
<p><u>Малий круглий м'яз</u> m. teres minor</p>		<p>Початок: від бічного краю лопатки і підостьової фасції.</p> <p>Прикріплення: до нижньої задньої площадки великого горбка плечової кістки.</p>	<p>Функція: обертає плече назовні та відтягує суглобову капсулу плечового суглоба.</p>
<p><u>Великий круглий м'яз</u> m. teres major</p>		<p>Початок: від нижньої частини бічного краю і від нижнього кута лопатки та від підостьової фасції.</p> <p>Прикріплення: до гребеня малого горбка плечової кістки.</p>	<p>Функція: при фіксованій лопатці розгинає плече в плечовому суглобі, повертає його, приводить підняту верхню кінцівку до тулуба.</p> <p>При фіксованій верхній кінцівці тягне нижній кут лопатки назовні та зміщує його дореду.</p>
<p><u>Підлопатковий м'яз</u> m. subscapularis</p>		<p>Початок: від ребрової поверхні лопатки, її бічного краю.</p> <p>Прикріплення: до малого горбка і гребеня малого горбка.</p>	<p>Функція: обертає плече досередтнт, повертає його і приводить його до тулуба.</p>
<p><u>Двоголовий м'яз плеча</u></p>		<p>Початок ДОВГОЇ ГОЛОВКИ : від надсуглобового горбка лопатки. Сухожилок довгої головки проходить крізь порожнину плечового суглоба, потім у міжгорбковій борозні плечової кістки, переходячи у м'язове черевце.</p> <p>Початок КОРОТКОЇ ГОЛОВКИ : від верхівки дзьобоподібного відростка лопатки.</p>	<p>згинає плече в плечовому суглобі; згинає та супінує передпліччя в ліктьовому суглобі.</p>

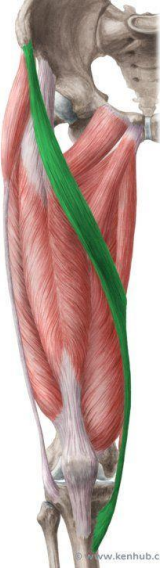
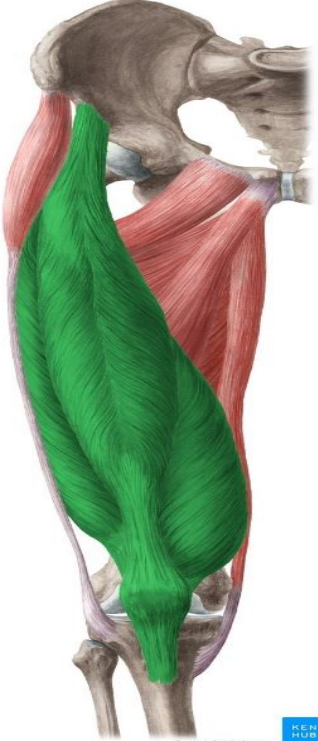

		<p>Довга і коротка головки на рівні середини плеча з'єднуються в загальне черевце веретеноподібної форми, яке дещо вище ліктьової ямки, звужується і переходить в довгий сухожилок, який прикріплюється до горбистості променевої кістки.</p> <p>Від передньо–присередньої поверхні сухожилка відходить апоневроз двоголового м'яза плеча– фасція Пирогова, яка вкриває спереду ліктьову ямку і вплітається присередньо у фасцію передпліччя попереду від круглого м'яза–привертача.</p>	
<p><u>Дзьобо–плечовий м'яз</u> m. coracobrachialis</p>		<p>Початок: від верхівки дзьобоподібного відростка лопатки.</p> <p>Прикріплення: до передньої та присередньої поверхонь плечової кістки, починаючи від гребеня малого горбка досередтнт цієї кістки.</p>	<p>Функція: згинає плече в плечовому суглобі; приводить його до тулуба; при фіксованому плечі тягне лопатку вперед і донизу; відвертає привернуте плече.</p>
<p><u>Плечовий м'яз</u> m. brachialis</p>		<p>Початок: від нижніх двох третин передньої поверхні тіла плечової кістки дистальніше дельтоподібної горбистості , а також від присередньої та бічної міжм'язових перегородок плеча.</p> <p>Прикріплення: до горбистості ліктьової кістки. Глибокі волокна сухожилка м'яза вплітаються в суглобову капсулу ліктьового суглоба.</p>	<p>Функція: згинає передпліччя в ліктьовому суглобі.</p>
<p><u>Триголовий м'яз плеча</u> m. triceps brachii</p>		<p><u>Довга головка</u> Початок: від підсуглобового горбка лопатки.</p> <p>Прикріплення: доходить до середини задньої поверхні плеча, де з'єднується з бічною та присередньою головками.</p>	<p>розгинає і приводить плече до тулуба в плечовому суглобі;</p>
		<p><u>Бічна головка</u> Початок: від задньої поверхні плечової кістки між місцем прикріплення малого круглого м'яза зверху і борозною променевого нерва знизу, а також від задньої поверхні бічної міжм'язової перегородки плеча.</p>	<p>розгинає передпліччя в ліктьовому суглобі;</p>


		<p><u>Присередня головка</u> Початок: від задньої поверхні плечової кістки присередньо від борозни променевого нерва та від присередньої і бічної міжм'язових перегородок плеча.</p>	<p>Функція: розгинає передпліччя в ліктьовому суглобі</p>
		<p><u>Прикріплення триголового м'яза плеча:</u> до ліктьового відростка ліктьової кістки.</p>	<p>Функція бічної та присередньої головок: розгинає передпліччя в ліктьовому суглобі.</p>
<p><u>Ліктьовий м'яз</u> m.anconeus</p>		<p>Початок: від задньої поверхні бічного надвіростка плечової кістки і обхідної променевої зв'язки. Прикріплення: до задньої поверхні ліктьового відростка, проксимальної частини тіла ліктьової кістки і до фасції передпліччя.</p>	<p>Функція: розгинає передпліччя в ліктьовому суглобі і відтягує дозад суглобову капсулу ліктьового суглоба.</p>

М'ЯЗИ НИЖНІХ КІНЦІВОК

<p>Клубово – поперековий м'яз</p>		<p>-Утворюється при злитті пучків двох м'язів: клубового та великого поперекового м'язів; -Клубовий м'яз (m. iliacus) лежить у клубовій ямці; починається від усієї поверхні клубової ямки; -Великий поперековий м'яз (m. psoas major) починається від поперечних відростків поперекових хребців; -Обидва м'язи з'єднуються під пахвинною зв'язкою; Прикріплюється клубово-поперековий м'яз до малого вертлюга стегнової кістки;</p>	<p>Згинає та супінує стегно, при фіксованому стегні нахиляє тулоп вперед.</p>
<p>Грушоподібний м'яз</p>		<p>Початок: від тазової поверхні крижової кістки, збоку від передніх крижових отворів. Прикріплення: до верхівки великого вертлюга стегнової кістки.</p>	<p>Супінує стегно та відводить його</p>

Великий сідничний м'яз		-Починається позаду задньої сідничної лінії, від зовнішньої поверхні крила клубової кістки, від задньої поверхні крижової кістки і куприка, від крижово – горбкової зв'язки та попереково-крижової фасції; Прикріплюється до сідничної горбистості стегнової кістки;	Розгинає та супінує стегно, а при фіксованій спині розгинає таз і тулоп. Утримує тулоп у вертикальному положенні.
Середній сідничний м'яз		-Починається від зовнішньої поверхні крила клубової кістки (між передньою і задньою сідничними лініями); Прикріплюється до великого вертлюга стегнової кістки;	Відводить стегно, передні м'язові волокна прнують задні супінують.
Малий сідничний м'яз		-Починається від зовнішньої поверхні крила клубової кістки (між передньою і нижньою сідничними лініями); Прикріплюється до великого вертлюга стегнової кістки;	Сінергіст середнього сідничного м'яза
Квадратний м'яз		-Розміщений над нижнім близнюковим м'язом; -Починається від сідничного горба; Прикріплюється до міжвертлюгового гребеня;	Супінує і відводить стегно
М'яз – натягувач широкої фасції		-Початок: від зовнішньої губи клубового гребеня до верхньої передньої клубової ості. На межі між верхньою і середньою третиною стегна цей м'яз переходить в клубово–великогомілкове пасмо широкої фасції стегна. Прикріплення клубово–великогомілкового пасма: до бічного виростка великогомілкової кістки.	Розгинає, відводить і супінує стегно. Розгинає, супінує гомілку.

<p>Кравецький м'яз m. sartorius</p>		<p>Початок: від верхньої передньої клубової ості.</p> <p>Прикріплення: до горбистості великогомілкової кістки і вплітається у фасцію гомілки.</p>	<p>Функція: згинає стегно і гомілку; обертає стегно назовні; відводить стегно, а при піднятті нижній кінцівці і зігнутій в колінному суглобі гомілці повертає її.</p>
<p>Чотириголовий м'яз стегна m. quadriceps femoris</p>		<ul style="list-style-type: none"> ► Складається із 4 головок: прямий м'яз стегна (m. rectus femoris), бічний широкий м'яз стегна (m. vastus lateralis), присередній широкий м'яз стегна (m. vastus medialis), проміжний широкий м'яз стегна (m. vastus intermedius); ► Починаються: прямий – від нижньої передньої клубової ості, від верхнього краю кульшової западини; бічний – від міжвертлюгової лінії, від нижньої частини великого вертлюга, від сідничної горбистості, від верхнього відрізка бічної губи шорсткої лінії; присередній – від межвертлюгової лінії, від присередньої губи шорсткої лінії, від присередньої міжм'язової перегородки; проміжний - від передньої поверхні стегнової кістки, від нижнього відрізка бічної губи шорсткої лінії, від бічної міжм'язової перегородки, знаходиться під прямим. ► Загальний сухожилок чотириголового м'яза стегна охоплює наколінник; ► Прикріплюється до верхівки та бічних країв наколінника, переходить у зв'язку наколінника, яка прикріплюється до горбистості великогомілкової кістки; 	<ul style="list-style-type: none"> ► Функції – бічний, присередній та проміжний м'язи розгинають гомілку в колінному суглобі. Прямий м'яз згинає стегно в кульшовому суглобі, розгинає в колінному.
<p>Триголовий м'яз литки m. triceps surae</p>		<ul style="list-style-type: none"> ► Починається трьома головками: присередньою і бічною головками литкового м'яза та камбалоподібним м'язом. Ці два м'язи мають спільний сухожилок – п'ятковий сухожилок, сухожилок Ахілла. ► - литковий м'яз (musculus gastrocnemius) є двосуглобовий м'яз, бо він оминає через колінний та надп'яtkово-гомілковий суглоби і має дві головки: 	

		<ul style="list-style-type: none">▶ - <u>бічну головку</u>;▶ Початок: від підколінної поверхні стегнової кістки над її бічним виростком.▶ Прикріплення: майже посередині гомілки м'язове черевце бічної головки зливається з присередньою головкою, утворюючи загальне м'язове черевце, яке переходить у спільний сухожилок литкового м'яза.▶ - <u>присередню головку</u>.▶ Початок: від підколінної поверхні стегнової кістки над її присереднім виростком.▶ Прикріплення: майже посередині гомілки м'язове черевце присередньої головки зливається з бічною головкою, утворюючи загальне м'язове черевце, яке переходить у спільний сухожилок литкового м'яза.	
Камбалоподібний м'яз m. soleus		<ul style="list-style-type: none">▶ камбалоподібний м'яз (musculus soleus) є одностугловим, оминає тільки надп'яtkово–гомілковий суглоб.▶ Початок: від лінії камбалоподібного м'яза великогомілкової кістки, від проксимального кінця малогомілкової кістки і від сухожилкової дуги камбалоподібного м'яза. Ця сухожилкова дуга перекидається між ділянками початку камбалоподібного м'яза на гомілкових кістках.▶ Прикріплення: сухожилок камбалоподібного м'яза з'єднується з сухожилком литкового м'яза, утворюючи п'яtkовий сухожилок; сухожилок Ахілла і прикріплюється до п'яtkового горба п'яtkової кістки.	Функція: згинає гомілку і стопу – підошвове згинання; при фіксованій стопі утримує гомілку на надп'яtkовій кістці, не даючи їй нахилитися вперед, тим самим забезпечує вертикальне положення тіла під час прямоходіння