

## LESSON 09 Muscles (근육)

### NEW WORDS

[한국어감추기](#)

|                          |                  |         |                          |             |        |                          |               |       |
|--------------------------|------------------|---------|--------------------------|-------------|--------|--------------------------|---------------|-------|
| <input type="checkbox"/> | 1. special fiber | 특별한 섬유질 | <input type="checkbox"/> | 2. contract | 수축하다   | <input type="checkbox"/> | 3. connect    | 결합하다  |
| <input type="checkbox"/> | 4. relax         | 느슨하게 하다 | <input type="checkbox"/> | 5. skip     | 가볍게 뛰다 | <input type="checkbox"/> | 6. blink      | 깜박거리다 |
| <input type="checkbox"/> | 7. chew          | 씹다      | <input type="checkbox"/> | 8. swallow  | 삼키다    | <input type="checkbox"/> | 9. stomach    | 위장    |
| <input type="checkbox"/> | 10. biceps       | 이두근     | <input type="checkbox"/> | 11. triceps | 삼두근    | <input type="checkbox"/> | 12. intestine | 장     |

### NEW EXPRESSIONS

[한국어감추기](#)

|                          |                             |              |                          |                            |             |
|--------------------------|-----------------------------|--------------|--------------------------|----------------------------|-------------|
| <input type="checkbox"/> | 1. in the human body        | 인간의 몸에       | <input type="checkbox"/> | 2. entire weight           | 전체 무게       |
| <input type="checkbox"/> | 3. connected to bones       | 뼈에 연결된       | <input type="checkbox"/> | 4. in and out of your body | 너의 몸 안과 밖으로 |
| <input type="checkbox"/> | 5. not fastened to bones    | 뼈에 연결되지 않은   | <input type="checkbox"/> | 6. in pairs                | 짝으로         |
| <input type="checkbox"/> | 7. by sending nerve signals | 신경 신호를 보냄으로써 | <input type="checkbox"/> | 8. along nerves            | 신경을 따라      |

### READING

- Reading 1 Your skeleton is covered with muscles. There are about six hundred forty muscles in the human body. They make up over forty percent of the body's entire weight. Men usually have more muscle than women. Muscles are special fibers that contract(shorten) and relax(lengthen) to move parts of the body.
- Reading 2 Some of your muscles are connected to bones. These muscles help you move. Your leg muscles help you run and skip. Your arm muscles help you lift and carry things. The muscles in your face help you laugh, speak, blink, and make funny faces. Your tongue is made up of muscles, too. It helps you chew and swallow. Muscles in your chest help air move in and out of your body.
- Reading 3 Some muscles are not fastened to bones. For example, muscles in your throat, stomach, and intestines help move food through your body. Your heart is a muscle. It helps pump blood through your body.
- Reading 4 Muscles often work in pairs. The muscle in the front of your upper arm is your biceps. The muscle in the back of your upper arm is your triceps. Your biceps bend your arm and your triceps straighten it.
- Reading 5 The brain controls muscles by sending nerve signals along nerves to the muscles. We learn to do any activities, such as walking, when we are young. They soon become automatic - this means we can do them(the activities) without having to think about them.

### 해석

- Reading 1 여러분의 골격은 근육들로 덮여 있다. 인간의 몸에는 약 640개의 근육이 있다. 그들은 몸 전체 무게의 40% 이상을 차지한다. 남성들은 보통 여성들보다 더 많은 근육을 가지고 있다. 근육은 특별한 섬유질인데, 그들은 수축하고 느슨하게 한다, 몸의 부분들을 움직이기 위해.
- Reading 2 여러분의 근육 중 몇몇은 뼈에 연결되어 있다. 이러한 근육들은 여러분이 움직이도록 돋는다. 다리 근육은 여러분이 달리거나 뛰도록 돋는다. 팔 근육은 여러분이 물건을 들거나 운반하도록 돋는다. 얼굴에 있는 근육은 여러분이 웃고, 말하고, 깜박거리고, 웃긴 얼굴을 만들도록 돋는다. 여러분의 혀 또한 근육으로 만들어졌다. 그것은 여러분이 씹고, 삼키도록 돋는다. 가슴에 있는 근육은 공기가 몸의 안과 밖으로 이동하도록 돋는다.
- Reading 3 몇몇 근육은 뼈에 연결되어 있지 않다. 예를 들면, 목구멍, 위, 장에 있는 근육은 음식이 몸을 통과하여 움직이도록 돋는다. 여러분의 심장은 근육이다. 그것은 몸을 통과하여 피를 펌프질하도록 돋는다.
- Reading 4 근육은 종종 짹으로 일한다. 여러분의 위쪽 팔 앞에 있는 근육은 이두근이다. 여러분의 위쪽 팔 뒤에 있는 근육은 삼두근이다. 이두근은 여러분의 팔을 구부리고 삼두근은 그것을 편다.
- Reading 5 뇌는 근육을 통제한다, 근육에게 신경을 따라 신경신호를 보냄으로써. 우리는 걷기 같은 어떤 활동들을 배운다, 우리가 어렸을 때. 그들은 곧바로 자동적으로 되는데, - 이것이 의미하는 것은 그것들에 관해 생각할 필요도 없이 우리가 그 활동들을 할 수 있다는 것이다.