**Мускули и движење**

Мускулен систем

* Мускулниот систем е органски систем кој го сочинуваат сите мускули во телото.

Каде се наоѓаат мускулите?

* Мускулите се наоѓаат под нашата кожа и се прицврстени за коските, при што помагаат коските да се движат.
* Секој мускул е изграден од мускулни влакна. Повеќе мускулни влакна прават сноп (прамен). Повеќе снопови го сочинуваат мускулот.

За што ни служат мускулите?

* Човечкото тело има повеќе од 600 мускули. Тие прават сè, од пумпање крв низ целото тело, ни помагаат да се движиме, ни помагаат да кренеме нешто тешко.

Кој го координира движењето на мускулите?

* Мозокот е тој кој ги кооргинира повеќето движења на мускулите.

Скелетните мускули се менуваат во текот на животот на еден човек.

* Ако вежбаш и се храниш здраво твоите мускули стануваат поголеми и посилни.

Актив на наставници четврто одделение