

Glossariy

9.1 Harakatlanish .Odam tayanch –harakat sistemasi xususiyatlari

1. Harakatlanish – organizmning yoki uning qismlarining joyini o‘zgartirish jarayoni.
2. Mushaklar – harakatni ta'minlovchi to'qimalar.
3. Suyaklar – tananing suzuvchi qismi, harakatni qo‘llab-quvvatlaydi.
4. Bo‘g‘im – suyaklar orasidagi harakatlanishni ta'minlovchi bog‘lanma.
5. Mushaklarning qisqarishi – harakat yuzaga kelishi uchun mushak tolalari torayishi.
6. Egilish – bo‘g‘imning bukilish harakati.
7. Cho‘zilish – bo‘g‘imning cho‘zilishi yoki orqaga qarab egilishi.
8. Rotatsiya – aylanma harakat, bo‘g‘im atrofida aylanish.
9. Flexor mushaklar – suyaklarni bukishga yordam beradigan mushaklar.
10. Extensor mushaklar – suyaklarni cho‘zishga yordam beradigan mushaklar.
11. Skelet muskullari – ixtiyorsiz bo‘lmagan, harakatni amalga oshiruvchi mushaklar.
12. Umurtqa pog‘onasi – bosh va tanani qo‘llab-quvvatlovchi suyak tizimi.
13. Tendon – mushakni suyakka bog‘lovchi mustahkam to‘qima.
14. Ligament – suyaklarni bog‘lovchi zich to‘qima.
15. Sinaps – nerv va mushak orasidagi signal uzatish joyi.
16. Nerv impuls – mushaklarni harakatga keltiruvchi elektr signali.
17. Refleks – avtomatik, ixtiyorsiz harakat.
18. Koordinatsiya – harakatlarning muvofiqligi va boshqarilishi.
19. Biomekanika – organizmdagi harakatlarni o‘rganadigan fan.

20. Mushak charchoqligi – uzoq harakatdan so‘ng mushakning zo‘riqishi va samaradorligining kamayishi.