

## Glossariy

### 9.3 Muskul sistemasi

1. Muskul (mushak) — tana harakatini ta'minlovchi dezoksiribozadan tashkil topgan hujayralar yig'indisi.
2. Skelet muskullari — ko'ngilli harakatga javobgar bo'lgan suyaklarga birikkan muskullar.
3. Yurak muskullari — yurak devorini tashkil qiluvchi maxsus muskullar.
4. Silliqlik muskullar — ichki organlar devorlarida joylashgan mushaklar, ko'ngilsiz harakatni boshqaradi.
5. Tendon — muskullarni suyaklarga bog'lovchi qattiq tolali to'qima.
6. Muskul tolalari — muskullarni tashkil qiluvchi uzun hujayralar.
7. Muskul qisqarishi (kontraksiya) — muskullarning qisqarib, harakat hosil qilishi jarayoni.
8. Relaksatsiya — muskullar bo'shashishi, qisqarishdan keyingi holat.
9. Muskul tonusi — muskullar doimiy minimal qisqarib turuvchi holati.
10. Antagonist muskullar — qarama-qarshi ishlaydigan muskullar juftligi.
11. Agonist muskullar — asosiy harakatni amalga oshiruvchi muskullar.
12. Isometrik kontraksiya — muskullar kuchlanadi, ammo uzunligi o'zgarmaydi.
13. Izotonik kontraksiya — muskullar uzunligi qisqaradi, harakat yuz beradi.
14. Muskul mushak tolalari ichidagi mioglobini — kislorodni saqlab turuvchi protein.
15. Muskul to'qimasi — muskullardan tashkil topgan to'qima turi.
16. Sarkomera — muskuldagi qisqarish birliklari.
17. Miyofibrillar — muskuldagi tor tolalar, sarkomerlarni tashkil qiladi.

18. ATP (adenozin trifosfat) — muskullarning energiya manbai.
19. Neuromuskulyar birikma — nervlar va muskullar o'rtasidagi aloqa joyi.
20. Muskel gipertrofiya — muskullar hajmi va kuchining ortishi.