



เรื่อง เรียนรู้ร่างกาย ระบายด้วยสี

กล้ามเนื้อลาย เป็นกล้ามเนื้อทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวในรูปแบบต่างๆกัน โดยส่วนใหญ่กล้ามเนื้อจะมีรูปร่างกระสวย ประกอบไปด้วยส่วนกลางที่มีการขยายออก เรียกว่า “Belly” และปลาย 2 ด้านที่ค่อยๆแคบลงกลายเป็นเอ็น (tendon) เพื่อยึดติดกับกระดูก เอ็นส่วนปลายด้านที่ยึดเกาะอยู่กับที่ เมื่อกล้ามเนื้อหดตัวและทำให้เกิดการเคลื่อนไหวของข้อต่อ เรียกว่า จุดเกาะต้น (Origin) ส่วนเอ็นปลายอีกด้านหนึ่งซึ่งเคลื่อนที่เข้าหาจุดเกาะต้นเมื่อกล้ามเนื้อหดตัว และทำให้เกิดการเคลื่อนไหวของข้อต่อ เรียกว่า จุดเกาะปลาย (insertion) นอกจากนี้ในร่างกายมนุษย์ยังมีกล้ามเนื้อรูปร่างอื่นๆ โดยมีหลักการยึดเกาะ (เกาะต้นและเกาะปลาย) เช่นเดียวกัน

ในกิจกรรมนี้ นักเรียนจะได้เรียนรู้ชื่อและรูปร่างของกล้ามเนื้อในส่วนต่างๆของร่างกาย และเรียนรู้การทำงานของกล้ามเนื้อ โดยใช้การระบายสีร่างกาย ซึ่งถือเป็นวิธีการที่ง่าย แต่มีประสิทธิภาพในการเรียนการวิภาคศาสตร์ของกล้ามเนื้อในมนุษย์



วัตถุประสงค์

1. บอกชื่อ รูปร่างของกล้ามเนื้อและตำแหน่งที่พบได้
2. ใช้สีระบาย จุดเกาะต้น จุดเกาะปลาย และอธิบายการทำงานของกล้ามเนื้อที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวของข้อต่อได้

