

会讲故事的人体科普书

肌肉家族 争功记

尹保松 著 构泓雯 绘



河北出版传媒集团
河北少年儿童出版社

中国版的“神奇校车”
带你游历奇妙的人体世界

会讲故事的人体科普书



腹直肌

肌肉家族争功记

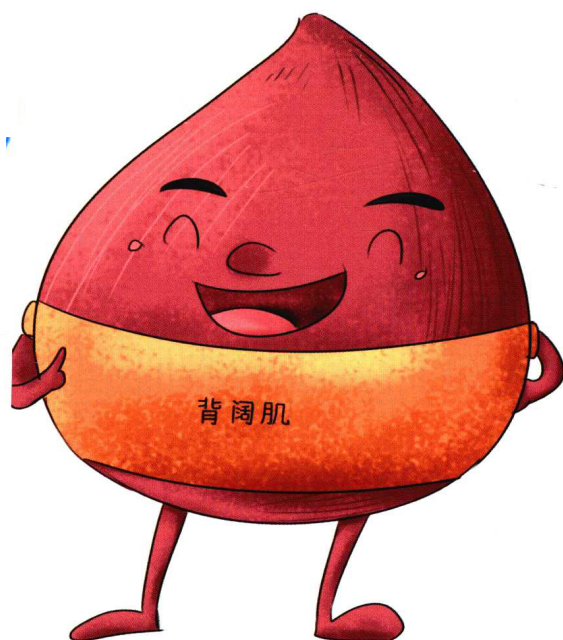
尹保松 著  构泓雯 绘



背阔肌



胸大肌



背阔肌

河北出版传媒集团
河北少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

肌肉家族争功记 / 尹保松著. -- 石家庄 : 河北少年儿童出版社, 2015.1
(会讲故事的人体科普书)
ISBN 978-7-5376-7514-7

I . ①肌… II . ①尹… III . ①肌肉—儿童读物 IV .
① R322.7-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 246537 号

会讲故事的人体科普书

肌肉家族争功记

策 划 : 温廷华 董素山
著 者 : 尹保松
绘 者 : 构泓雯
责任编辑 : 翁永良 李 平
美术编辑 : 牛亚卓

出 版 : 河北出版传媒集团 河北少年儿童出版社
(石家庄市中华南大街 172 号 邮政编码 050051)
发 行 : 新华书店
印 刷 : 北京宝隆世纪印刷有限公司
开 本 : 889mm × 1194mm 1/16
印 张 : 2
版 次 : 2015 年 1 月第 1 版
印 次 : 2015 年 1 月第 1 次印刷
书 号 : ISBN 978-7-5376-7514-7
定 价 : 14.80 元

版权所有,侵权必究

若发现缺页、错页、倒装等印刷质量问题,可直接向本社调换。

电话: 010-57741232 传真: 010-87653015

人，为什么像“人”的样子，而不像小猫、小狗、小鱼的样子呢？

哈哈，那是因为人体里的骨骼，支撑起了人体的基本形状。人，才会像“人”的样子呀。

人，为什么会运动，比如走路、跑步、吃饭、说话等，而积木、饭勺、铅笔什么的，却一动也不能动呢？

嘿嘿，那全是肌肉的功劳呀！

附着在人体骨骼上的骨骼肌，在神经系统的指挥下，进行收缩和舒张，牵拉着骨骼运动，所以，人才会做出各种动作。

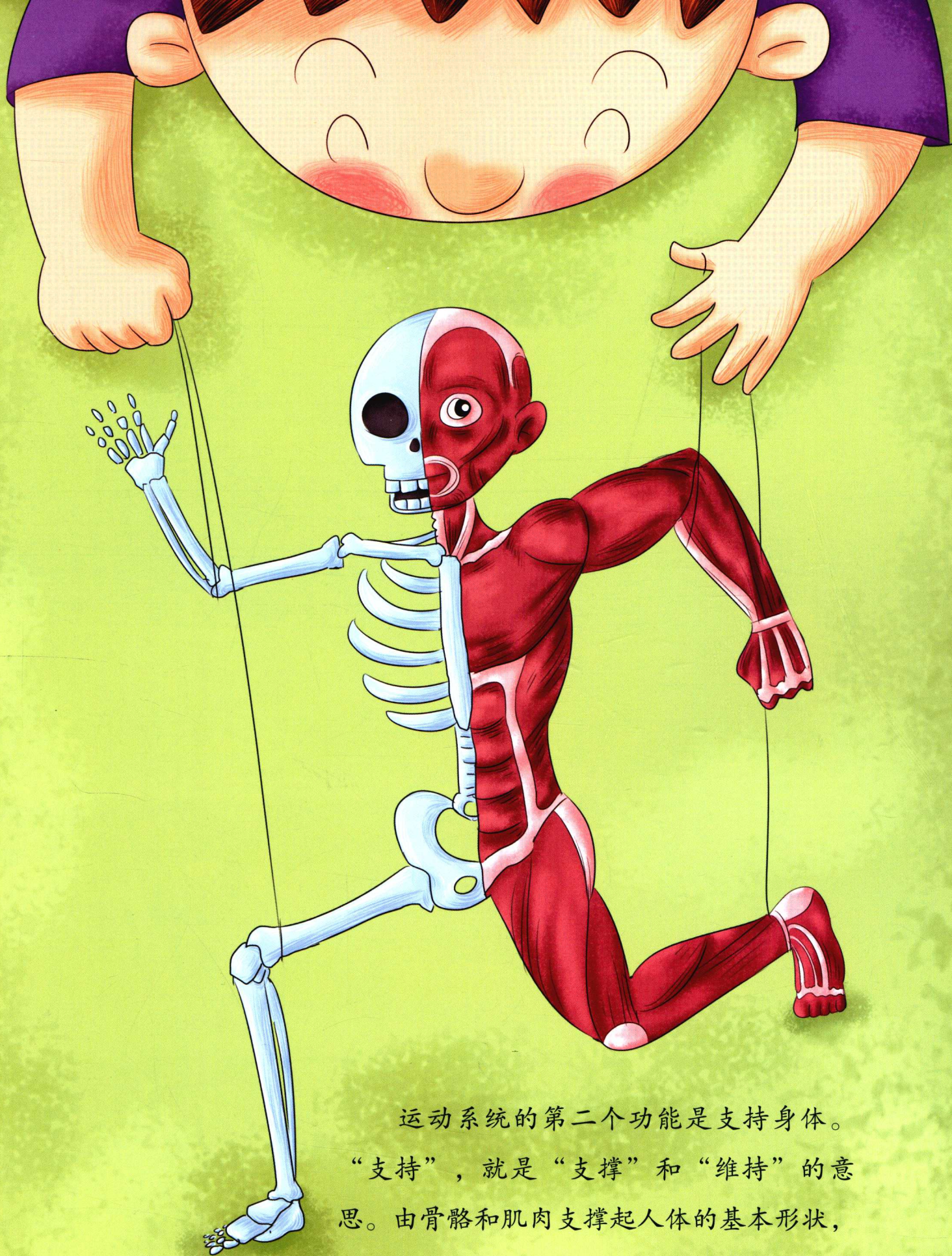


人体的骨骼（骨和骨连结），加上附着在上面的骨骼肌，一起构成人体的运动系统。



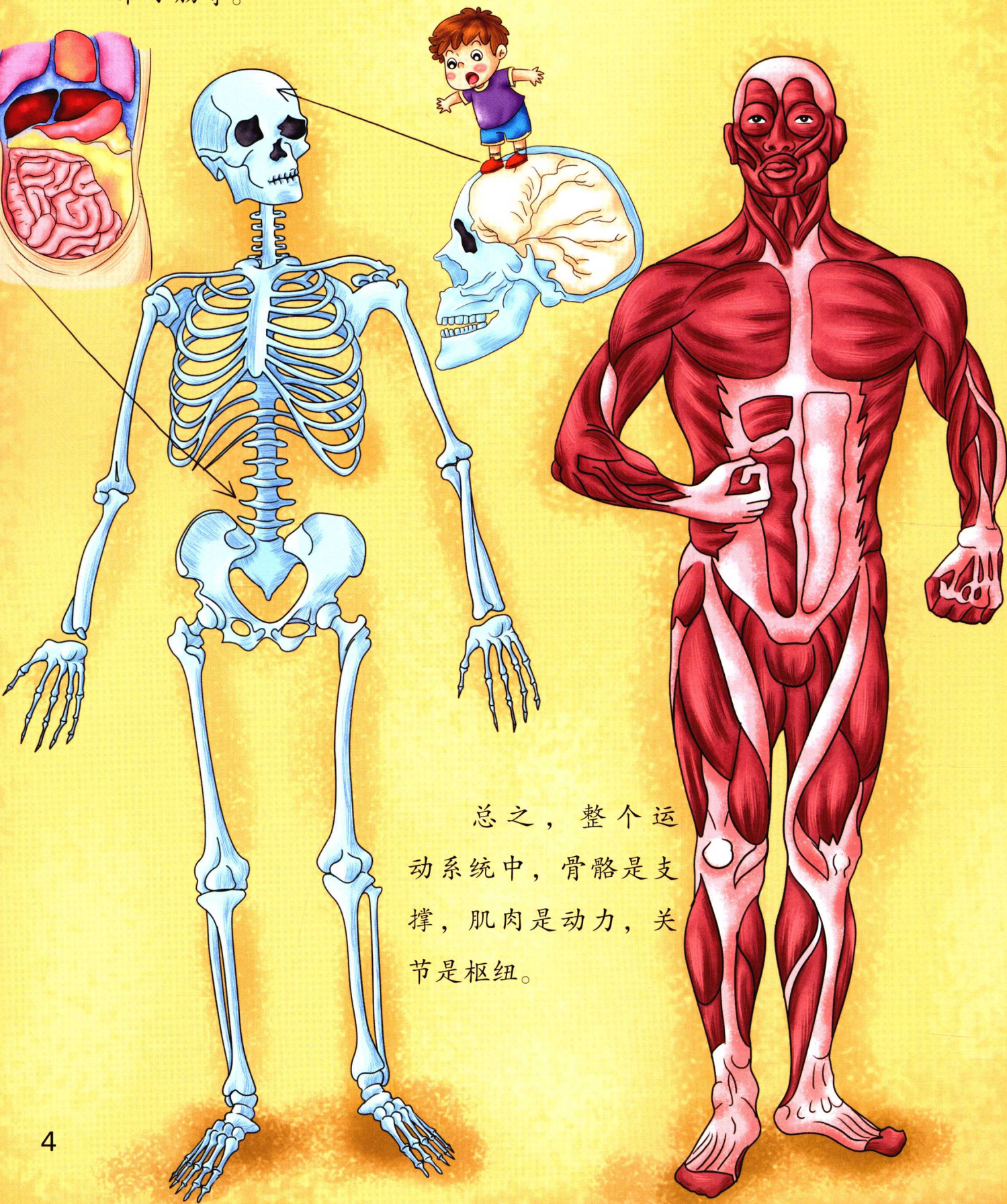
运动系统嘛，它的首要功能当然就是运动啦。简单的运动，就是摆手、走路、跑步等。高级的运动，就是唱歌、做作业、绘画等。





运动系统的第二个功能是支持身体。
“支持”，就是“支撑”和“维持”的意思。由骨骼和肌肉支撑起人体的基本形状，如头部、颈部、胸部、腹部、手脚等，并能维持人体的各种姿势。

运动系统的第三个功能是保护身体。坚硬的骨骼和结实的肌肉，在人体内形成了多个空腔，如颅腔、胸腔、腹腔和盆腔等。这些空腔能够保护里面的各种器官，如脑、心脏、肺、肝、肾、大肠和小肠等。



总之，整个运动系统中，骨骼是支撑，肌肉是动力，关节是枢纽。

“加油！加油……”

新村幼儿园的操场上，小朋友们喊声震天。

红色的跑道上，小运动员们争先恐后，跑得飞快。强强冲在最前面，他就像一只追赶羚羊的小豹子。

最终，在这次运动会上，强强获得了男子组50米赛跑第一名。



强强从领奖的那一刻起，奖状就一直
没有离过手，直到妈妈端来了香喷
喷的水煎包。

“妈妈，第一名就是冠军，
你明白吗？”这句话，强强都
说了好多遍了。

“嗯，我明白，非常明白！”

这句话，妈妈也不知回答了
多少遍。妈妈的高兴劲儿，其实
一点儿也不比强强差。





以前，强强的身体很瘦弱，像棵豆芽菜，经常生病，也不能正常上幼儿园。于是妈妈每天带着强强坚持跑步，锻炼身体。经过锻炼，强强不仅吃饭香了，睡觉甜了，生病也少了，而且身体真的变强壮了。

哈哈，今天夺得50米赛跑冠军，就是最好的证明！



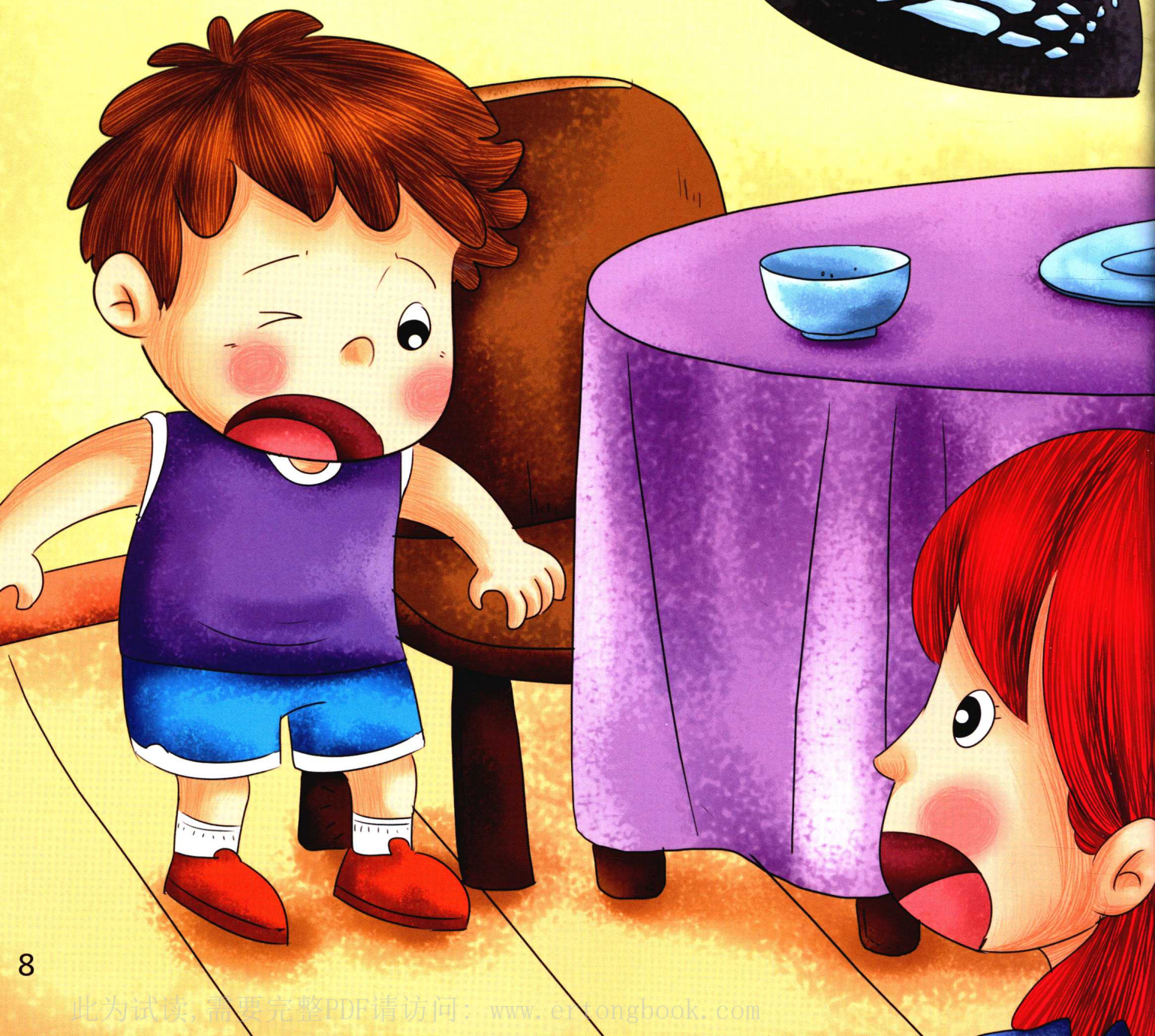
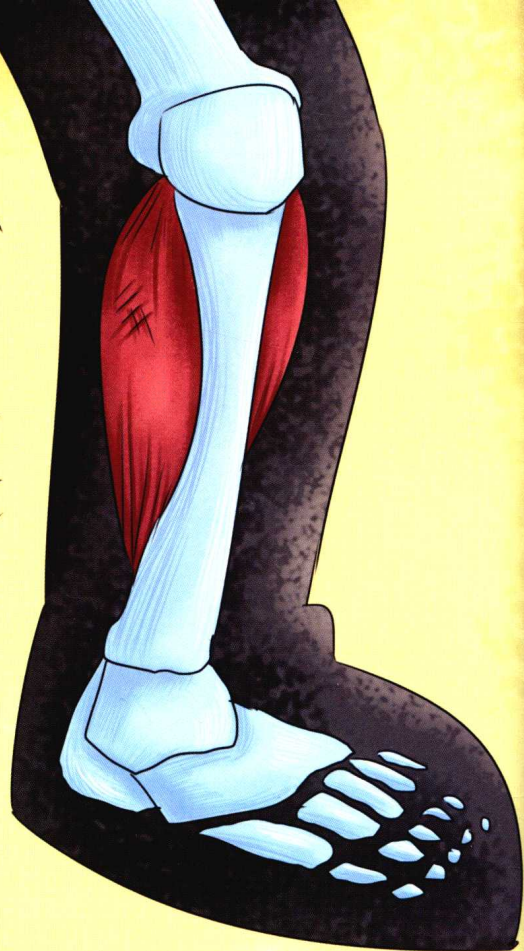
“我要去看动画片了，好好奖励一下自己！”吃罢晚饭，强强一抹嘴站了起来。

“哎呀！”强强痛苦地叫了一声。

“怎么啦？”妈妈紧张地看着强强。

“腿疼！”强强皱起了眉头。

原来，由于赛跑的剧烈运动，强强小腿肚的肌肉有点儿拉伤。



妈妈赶紧烧了一盆热水，让强强泡脚，又用热毛巾敷在他的小腿上，并轻轻地拍打、按摩。

“妈妈，舒服多了！”强强一笑，露出了可爱的豁牙。

不一会儿，疲劳的强强就进入了梦乡。

房间里一片安静。

.....





“唉！”

黑暗中，一声叹息打破了宁静。原来是强强大腿上的股直肌还没有睡着，在那儿生闷气呢！

“太不公平了！”
股直肌愤愤不平地说。

“为什么？”其他部位的肌肉，异口同声地问道。

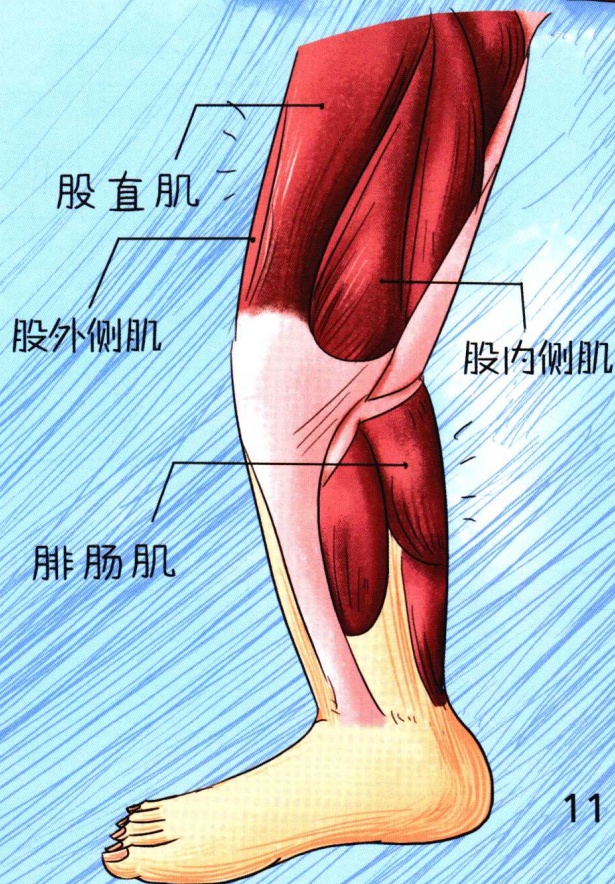
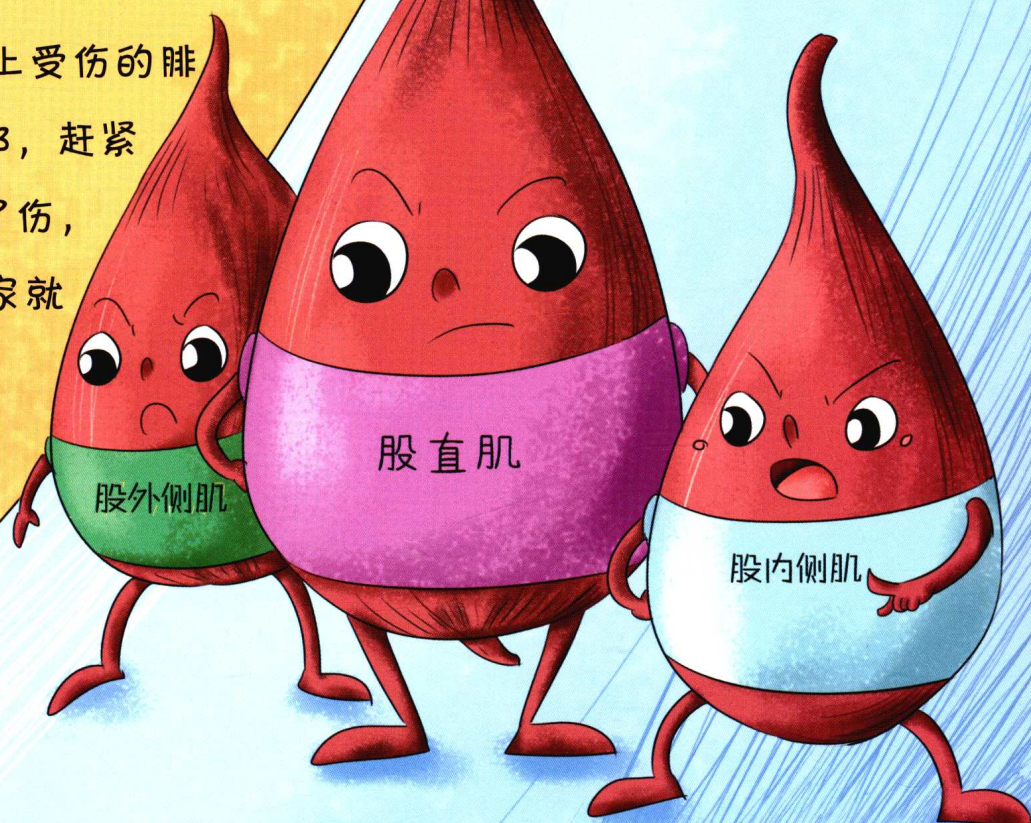
“小主人今天跑了第一名，我们才是真正的主力，小腿和脚的哪个动作能离得开我们？可是只有脚和小腿得到了照顾！”股直肌抱怨道。

“是啊，要不是我们，小腿能弯屈和伸直吗？两脚能迈得起来吗？”

股外侧肌附和道，他紧靠着股直肌。

“就是嘛，虽说小腿和脚有功，可是，抬脚伸腿，不还得靠我们吗？”股内侧肌也很不满，他一直站在股直肌的内侧。

听见吵闹声，小腿上受伤的腓肠肌，伸了伸疼痛的腰部，赶紧解释道：“因为我们受了伤，才被多照顾了一些，大家就不要再争了。”



“谁争啦？照顾你们，我们没意见。但大家都做了贡献，就该公平对待嘛。我们要的是公平！”大腿后侧的股二头肌，很是理直气壮。

“你们都压在我们身上，我们背着你们跑步，多受一点儿照顾，难道不应该吗？”脚底上瘦瘦的趾展肌，也开始了反驳。

臀大肌扭了扭肥大的身体，闷声回应道：“喂，趾展肌，你这样说就不对了吧？小主人抬脚的时候，不是我们拉着你们的吗？小主人坐下的时候，我不一样被压在下面？我要求多照顾了吗？”

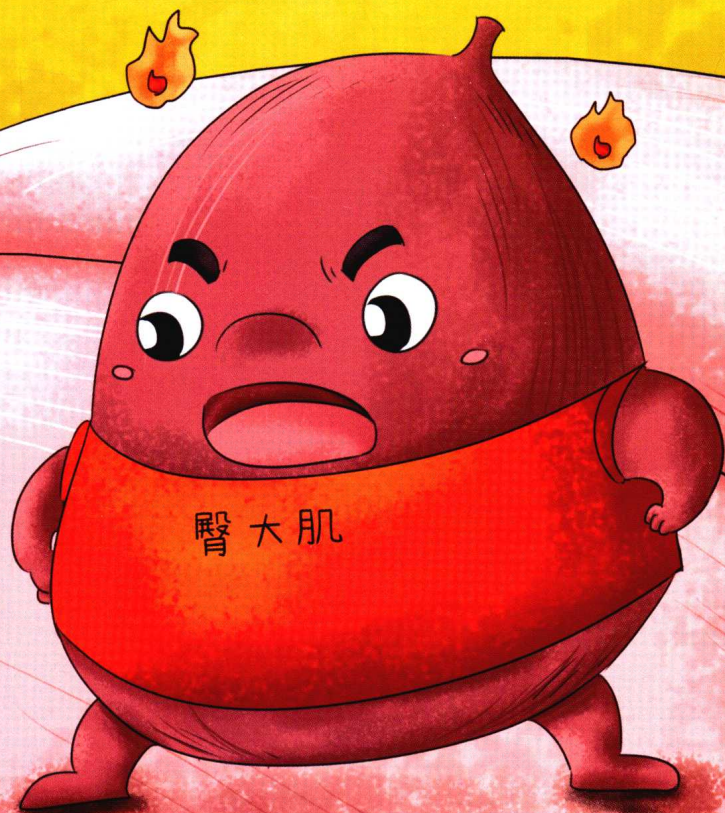


“喂，臀大肌，你们块头大、力气大，多出点儿力算什么？还跟我们计较，真不害臊！”脚背上细长的带状肌，毫不客气地发出指责。

“块头大，就不要公平了吗？块头大，就该受歧视吗？块头大，就该挨打吗？”臀大肌显然被激怒了。

可怜的臀大肌，一定是想起了强强妈妈那“神功连环掌”。

可不是吗，每当强强调皮捣蛋惹麻烦时，遭罪的总是强强屁股上的臀大肌。



“老兄，别尽挑委屈的说。这几年小主人跑步锻炼身体，你们也没少得到按摩吧？我们今天算是享受了点儿特殊待遇，那还不是因为受了点儿伤，别那么小气！”小腿上的比目鱼肌批评道。

见被揭了老底，臀大肌红着脸不吭声了。

股二头肌辩解道：“其实，你们小腿的许多动作，都是靠我们大腿肌肉出力的。比如，小腿伸屈、小腿外旋、小腿内旋，都离不开我们大腿的肌肉。”

“脚部的许多动作，不也是靠我们来出力吗？我们也没说什么呀！”听大腿上的股二头肌这么说，小腿上的腓肠肌也不甘示弱。

