

筋肉が腕を動かすしくみ | 屈筋と伸筋

問題編 | 答えを見ずに取り組みましょう

名前：

日付：月 日

得点： / 20

一問一答 全20問

- 01 筋肉は、縮む力と押す力のどちらを使って骨を動かしますか。
答え： _____
- 02 筋肉が縮んで骨を動かすとき、骨に対してどのような力を加えますか。
答え： _____
- 03 筋肉の両端で、筋肉と骨をつなぐつくりを何といいますか。
答え： _____
- 04 骨と骨のつなぎ目を何といいますか。
答え： _____
- 05 関節には、腕を曲げたり伸ばしたりするとき、どのような役割がありますか。
答え： _____
- 06 ひじを曲げるときに縮む筋肉を、屈筋と伸筋のどちらといいますか。
答え： _____
- 07 ひじを伸ばすときに縮む筋肉を、屈筋と伸筋のどちらといいますか。
答え： _____
- 08 腕の屈筋の代表例で、力こぶをつくる筋肉の名前は何ですか。
答え： _____
- 09 腕の伸筋の代表例で、二の腕の後ろ側にある筋肉の名前は何ですか。
答え： _____
- 10 ひじを曲げるとき、上腕二頭筋は縮みますか、ゆるみますか。
答え： _____
- 11 ひじを曲げるとき、上腕三頭筋は縮みますか、ゆるみますか。
答え： _____
- 12 ひじを伸ばすとき、上腕三頭筋は縮みますか、ゆるみますか。
答え： _____
- 13 ひじを伸ばすとき、上腕二頭筋は縮みますか、ゆるみますか。
答え： _____
- 14 屈筋と伸筋のように、反対の動きをする筋肉が組になってはたらくことを何といいますか。
答え： _____
- 15 筋肉が押すことができないのに、腕を曲げたり伸ばしたりできるのはなぜですか。
答え： _____
- 16 腕を曲げるとき、筋肉・骨・関節のうち、実際に縮むのはどれですか。
答え： _____
- 17 脳などからの命令が筋肉へ伝わる時、使われる神経を何といいますか。
答え： _____
- 18 次の順番を完成させましょう。運動神経から命令 → () → 骨が引っぱられる → 腕が動く。
答え： _____
- 19 「筋肉は縮んで骨を押し、腕を伸ばす」は正しいですか。正しくなければ理由も答えましょう。
答え： _____
- 20 ひじを伸ばすときに主に働くのは、上腕二頭筋と上腕三頭筋のどちらですか。
答え： _____

筋肉が腕を動かすしくみ | 屈筋と伸筋

解答編 | 間違えた問題は本文と図解で確認しましょう

解答・解説

番号	答え
1	縮む力（収縮する力）
2	骨を引っばる力
3	けん
4	関節
5	骨が動くときの支点となる
6	屈筋
7	伸筋
8	上腕二頭筋
9	上腕三頭筋
10	縮む（収縮する）
11	ゆるむ
12	縮む（収縮する）
13	ゆるむ
14	筋肉が対になってはたらくこと（拮抗してはたらくこと）
15	反対の動きをする筋肉が対になり、交互に縮んで骨を引っばるから。
16	筋肉
17	運動神経
18	筋肉が縮む
19	正しくない。筋肉は縮んで骨を引っばる。
20	上腕三頭筋

覚え方 ひじを曲げる：屈筋（上腕二頭筋）が縮み、伸筋（上腕三頭筋）がゆるむ。ひじを伸ばす：伸筋が縮み、屈筋がゆるむ。

ポイント：筋肉は押すのではなく、縮んで骨を引っばります。