Тірек-қимыл жүйесі

Бөлім	Сүйектер
Бас қаңқасы	ми сауыты, бет сүйектері
Дене қаңқасы	омыртқа жотасы (33–34 омыртқа), қабырғалар (12 жұп), төс
Иық белдеуі мен қол	жауырын, бұғана, тоқпан жілік, білезік, қол басы
Жамбас белдеуі мен аяқ	жамбас, ортан жілік, асықты жілік, аяқ басы

1	**Ересек адамның сүйектері**	≈ 206
2	**Еттер**	600-ден астам
3	**Дұрыс отыру**	арқа түзу, иық түсірулі, аяқ еденде

© 2026 walls.kz. Мектептер мен мұғалімдерге тегін. Коммерциялық басып шығару және сату — тек құқық иесімен шарт бойынша.

Опорно-двигательная система

Отдел	Кости
Череп	мозговой и лицевой отделы
Скелет туловища	позвоночник (33–34 позвонка), рёбра (12 пар), грудина
Пояс и скелет рук	лопатка, ключица, плечевая, кости предплечья и кисти
Пояс и скелет ног	таз, бедренная, кости голени и стопы

1	**Костей у взрослого**	≈ 206
2	**Мышц**	более 600
3	**Правильная осанка**	спина прямая, плечи опущены, ноги на полу

© 2026 walls.kz. Бесплатно для школ и учителей. Коммерческая печать и продажа — только по договору с правообладателем.

Тірек-қимыл жүйесі

Опорно-двигательная система

Бөлім Отдел	**Сүйектер** Кости
Бас қаңқасы Череп	ми сауыты, бет сүйектері мозговой и лицевой отделы
Дене қаңқасы Скелет туловища	омыртқа жотасы (33–34 омыртқа), қабырғалар (12 жұп), төс позвоночник (33–34 позвонка), рёбра (12 пар), грудина
Иық белдеуі мен қол Пояс и скелет рук	жауырын, бұғана, тоқпан жілік, білезік, қол басы лопатка, ключица, плечевая, кости предплечья и кисти
Жамбас белдеуі мен аяқ Пояс и скелет ног	жамбас, ортан жілік, асықты жілік, аяқ басы таз, бедренная, кости голени и стопы

1	**Ересек адамның сүйектері** Костей у взрослого	≈ 206
2	**Еттер** Мышц	600-ден астам
3	**Дұрыс отыру** Правильная осанка	арқа түзу, иық түсірулі, аяқ еденде / *спина прямая, плечи опущены, ноги на полу*

© 2026 walls.kz. Мектептер мен мұғалімдерге тегін / Бесплатно для школ и учителей. Коммерциялық басып шығару және сату — тек құқық иесімен шарт бойынша / Коммерческая печать и продажа — только по договору с правообладателем.