

«► POSŁUCHAJ, BAW SIĘ I POZNAJ ◄»

CIAŁO CZŁOWIEKA

**INSTRUKCJA MONTAŻU
MIĘŚNIE I GŁÓWA KOSTKA**



RBA

Mięśnie i głowa Kostka

01. **włosy**

02. **głowa**

03. **szyja**

04. prawa **łopatka** (z tyłu)

05. prawy **bark**

06. prawe **ramię**

07. **tułów**

08. prawe **przedramię**

09. prawy **pośladzek** (z tyłu)

10. prawe **udo**

11. prawe **podudzie**

12. prawa **stopa**

13. lewa **łopatka** (z tyłu)

14. lewy **bark**

15. **mięsień**
czworoboczny
(z tyłu)

16. lewe **ramię**

17. **klatka piersiowa**

18. lewe **przedramię**

19. lewy **pośladzek** (z tyłu)

20. lewe **udo**

21. lewe **podudzie**

22. lewa **stopa**

Postępuj zgodnie z tą instrukcją i zobacz, jak łatwo dodać mięśnie, twarz i włosy Kostka. Pamiętaj, że jego lewa ręka i lewa noga odpowiadają twojej lewej ręce i lewej nodze, a jego prawe kończyny – twoim prawym.

R

Elementy prawej strony ciała są oznaczone literą R.

L

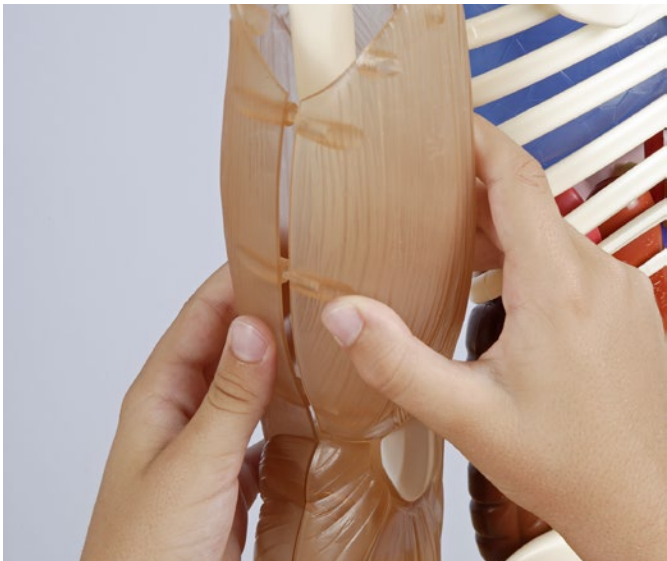
Elementy lewej strony ciała są oznaczone literą L.

Liczba elementów **22**

RĘCE |



1. Umieść **przednie i tylne mięśnie przedramienia** Kostka na kościach. Dopasuj je i delikatnie ściśnij, tak by obie części dokładnie do siebie przylegały.



Lewe przedramię
tylna grupa mięśni

Lewe przedramię
przednia grupa mięśni

Lewe ramię
przednia grupa mięśni

Lewe ramię
tylna grupa mięśni

2. Ostrożnie umieść **przednie i tylne mięśnie ramienia** w miejscu o kształcie litery V w górnej części **przedramienia**. Dokładnie dopasuj wypustki z otworami i ściśnij je, łącząc obie części.

Powtórz te same kroki przy montażu prawego ramienia Kostka. Każda część oznaczona jest literami L (lewa) lub R (prawa).

BARKI |

Dokładnie połącz oba elementy **lewego barku** – wsuń wypustki z przedniej części do otworów w części tylnej. Następnie ostrożnie ściśnij je ze sobą. Kiedy zbudujesz mięśnie lewego barku, powtórz te same kroki przy budowie **prawego barku**.



Lewy bark
część przednia

Lewy bark
część tylna



**Jeśli budowanie mięśni
Kostka wydaje ci się trudne,
poproś o pomoc osobę
dorosłą. Możecie budować go
razem!**

ŁOPATKI |

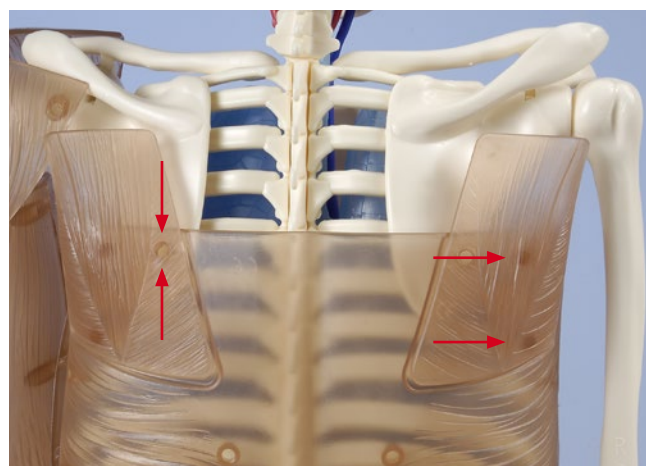
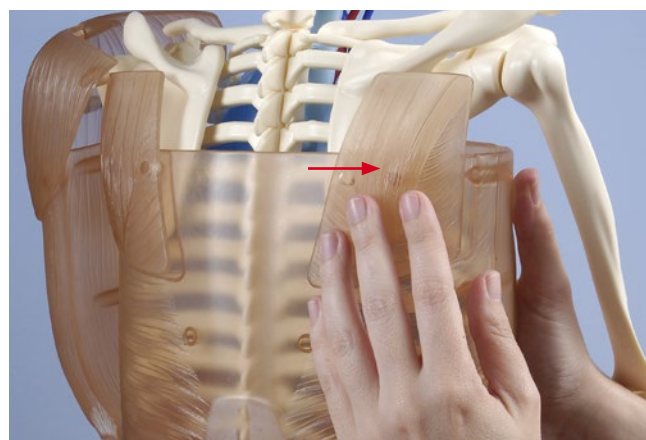
Mięśnie
lewej łopatki



Mięśnie
prawej łopatki



Mięśnie łopatek Kostka pasują do tylnej części jego **tułowia**. Znajdziesz tam wymodelowane miejsca, do których należy je dopasować. Przyłóż wypustki do odpowiednich dziurek i połącz je.



TUŁÓW |

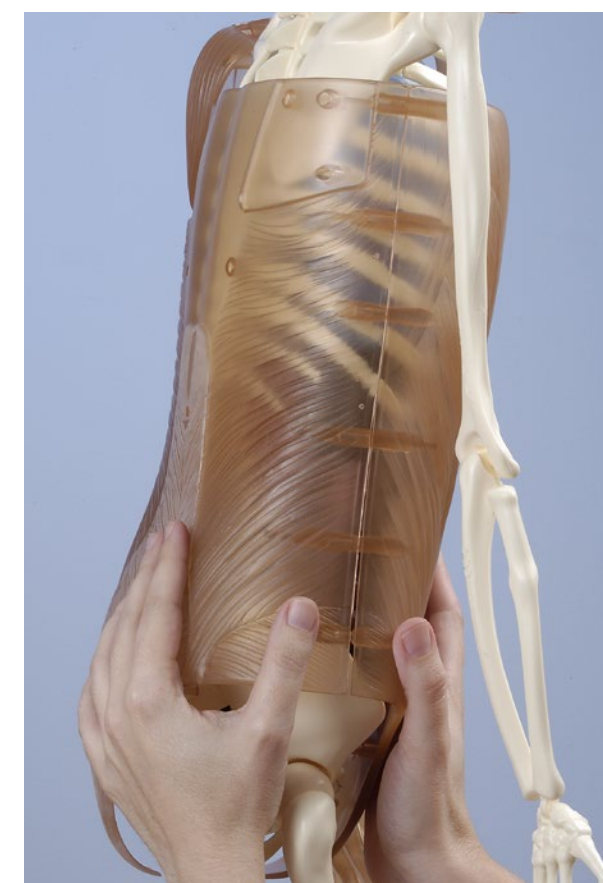
Mięśnie
tułowia
część przednia

1. Umieść **przednie mięśnie tułowia** Kostka z przodu jego **szkieletu**. Na ich wewnętrznej stronie znajdują się cztery wypustki, które powinny idealnie wpasować się pomiędzy **żebra**, jak widać na zdjęciu poniżej.

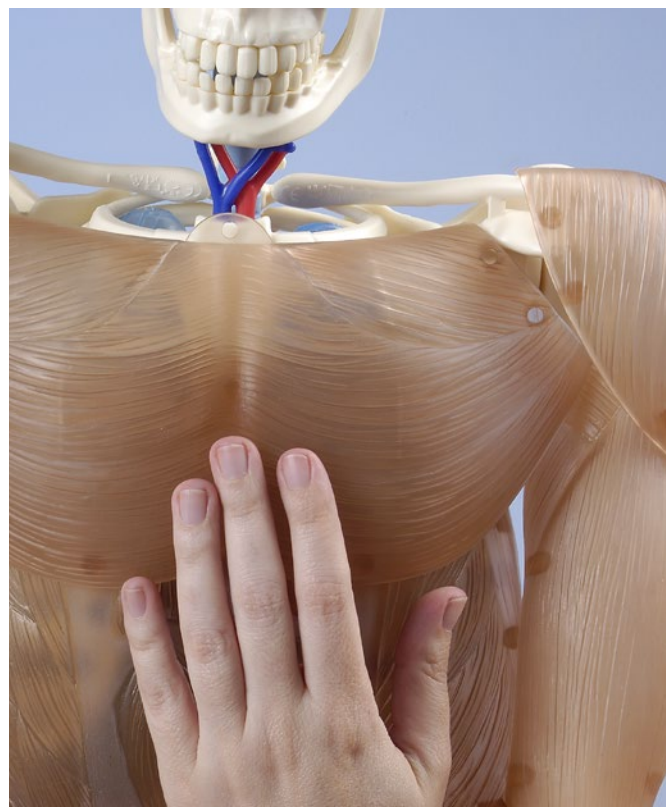


Mięśnie
tułowia
część tylna

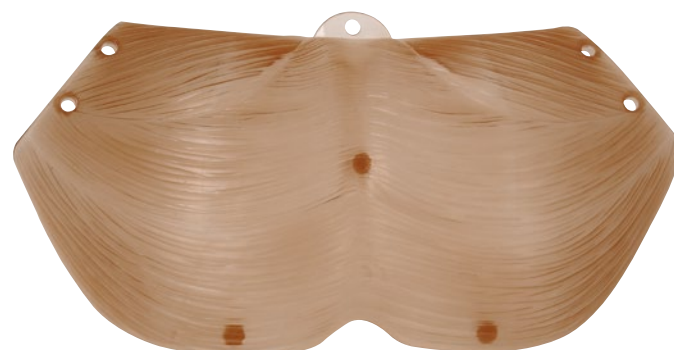
2. Dopasuj **mięśnie tylnej części tułowia** Kostka do **części przedniej** (którą już udało ci się wcześniej połączyć z żebrami – patrz pkt 1). Kiedy wszystkie sześć wypustek i otworów będzie równo ułożonych, ostrożnie dociśnij **tylne mięśnie tułowia** do **mięśni przednich**.



KLATKA PIERSIOWA |



Mięśnie **piersiowe**



1. Aby móc dodać do całości **mięśnie piersiowe** Kostka, należy docisnąć do przodu **kości klatki piersiowej** trzy wypustki leżące na środku tych mięśni.



2. Teraz możesz połączyć **mięśnie piersiowe** z **mięśniami barków**, które już wcześniej zostały zamontowane. Wypustki w przedniej części **barków** pasują do otworów w górnej części **mięśni piersiowych** Kostka. By dokładnie je do siebie dopasować, warto użyć obu rąk – jednej, by przycisnąć mięśnie na górze, a drugiej tak, jak widać na zdjęciu po lewej. Jeśli wolisz, możesz najpierw złożyć razem **mięśnie piersiowe** i **barków**, a dopiero później umieścić je na **tułowi**.

Kiedy już dopasujesz lewy bark, powtórz te same czynności z prawym.

SZYJA |



Mięśnie **szyi**



Aby odpowiednio zamocować **mięśnie chroniące gardło i szyję** Kostka, najpierw musisz unieść jego **czaszkę**. Następnie ostrożnie połącz wypustki w dolnej części **szyi** z otworami w zakładce, która wystaje z **mięśni piersiowych**.

Jeśli nie masz dość siły, by dobrze połączyć elementy, poproś o pomoc osobę dorosłą. Kostek jest delikatny, nie uszkodź go!

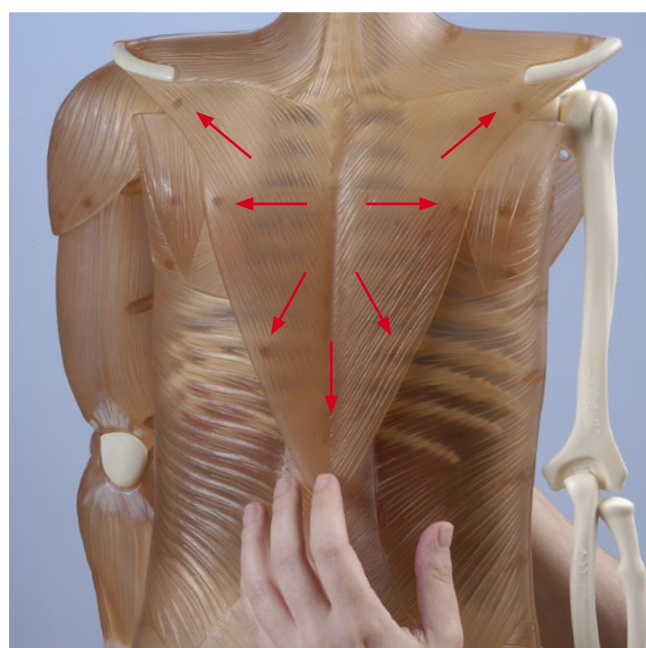


MIĘŚIEN CZWOROBOCZNY |



Mięsień
czworoboczny

Umieść **mięsień czworoboczny** z tyłu ciała Kostka. Najpierw połącz go z fragmentem **szyi** z obu stron **barków**. Kiedy to ci się uda, dociśnij wypustki (patrz: zdjęcie po prawej). Najlepiej jest zacząć od góry i przesuwać się w dół.



POŚLADKI |



Lewy mięsień
pośladkowy



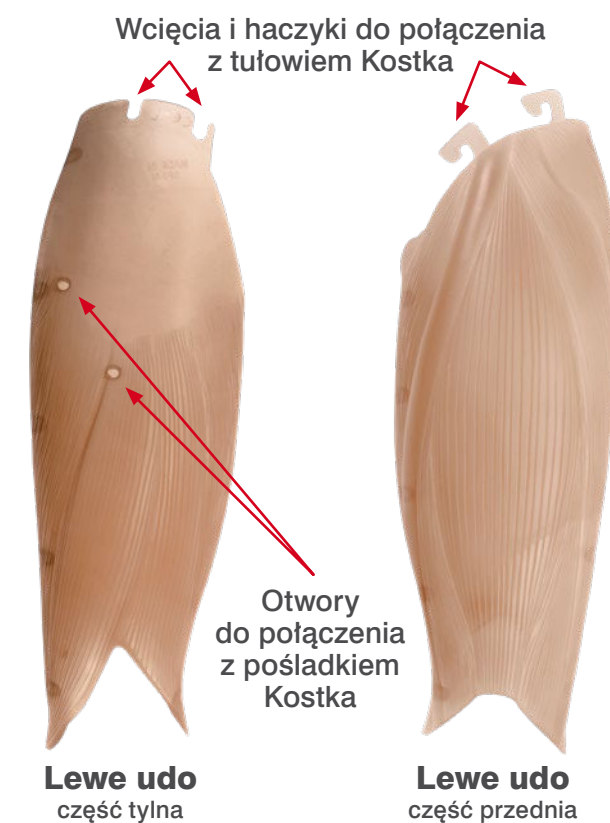
Używając obu rąk, umieść **lewy pośladek** pod **lewą częścią pleców** Kostka. Wyrównaj wypustki i otwory, a następnie mocno dociśnij jedne do drugich. Mocno, ale ostrożnie, by nie zepsuć Kostka.

Prawy pośladek zamontuj podobnie jak lewy.

UDA |



Wsunąć tylną część **lewego uda** do **lewego pośladka** i dopasuj górne otwory do odpowiednich wypustek. Następnie włóż przednią część **lewego uda**, aż haczyki zostaną prawidłowo zawieszono na wypustkach **tułowia**. Dociśnij delikatnie **pośladek** do **uda** i **tułowia** oraz dopasuj przednią i tylną część **lewego uda** i ostrożnie ściśnij je ze sobą.



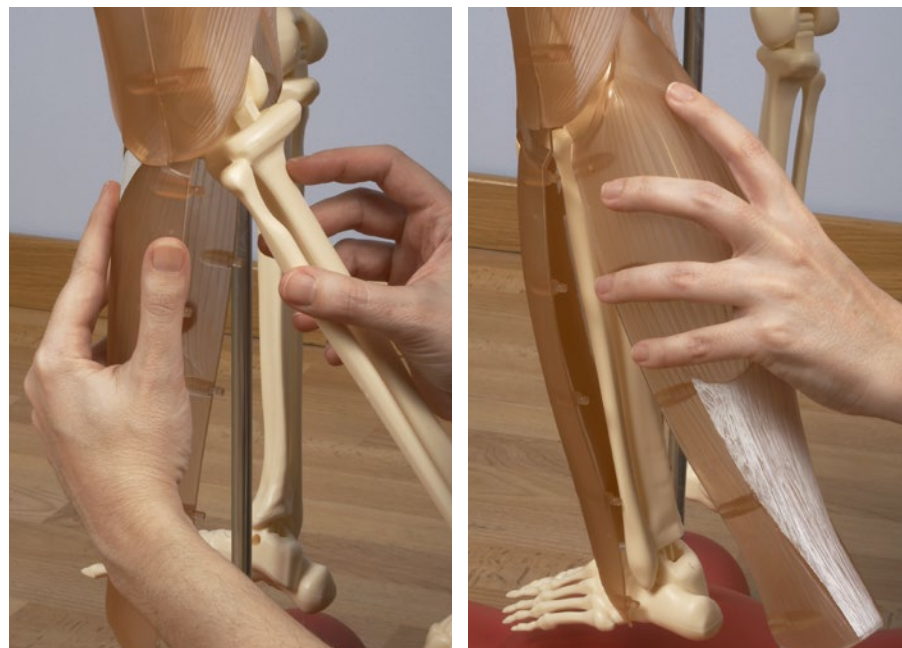
Tak samo postępuj z prawą stroną uda. Najpierw dopasuj część tylną, a następnie przednią.

PODUDZIA |



Mięśnie
podudzia
część przednia

Mięśnie
podudzia
część tylna



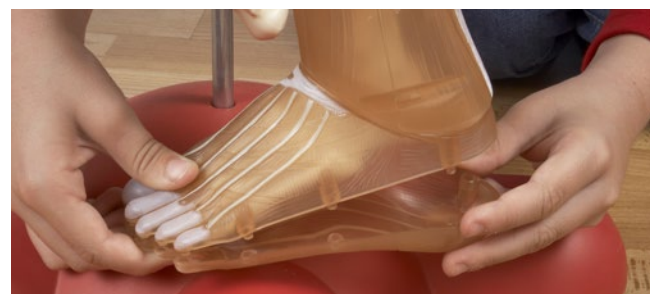
Odegnij delikatnie kość piszczelową i strzałkową. Przymocuj tu **przednią część mięśni podudzia** – powinna zostać zaczepiona na górze pod przednią częścią **uda**. Następnie umieść **tylną połowę podudzia** pod tylnymi **mięśniami uda**. Potem ostrożnie ściśnij ze sobą przód i tył **mięśni podudzia**.

STOPY |

Dolne mięśnie
lewej stopy



Górne mięśnie
lewej stopy



Nasuń **górne mięśnie lewej stopy** na kości tej stopy. Wykonaj to, przekładając kości stopy przez otwór w mięśniach. Dopasuj **górne mięśnie stopy** do dolnej części **mięśni podudzia**. Następnie dołóż **dolne mięśnie stopy**, dopasowując wypustki do otworów i dociśnij dolne mięśnie stopy do górnych.

Z mięśniami prawej stopy postępuj tak samo jak ze stopą lewą.

GŁOWA |

Głowa
część przednia
– twarz i uszy



Głowa
część tylna



Kostek ma nie tylko mięśnie i kości, ale także **twarz**! Żeby spojrzeć mu prosto w oczy, wystarczy dopasować **przednią i tylną część głowy** do jego **czaszki**, wyrównać wypustki z otworami i ostrożnie ścisnąć. Dobrze jest zacząć od wypustek z jednej strony, a następnie przejść do tych po drugiej stronie **głowy**.



WŁOSY |

Kiedy już uda ci się zamontować **głowę** Kostka, możesz nałożyć jego **włosy**. Zaczynj od przytwierdzenia ich z przodu. Sprawdź, czy znajdują się dokładnie nad uszami, a następnie dociśnij je ku dołowi, aż będą idealnie pasować do **głowy** chłopca.



Włosy



*Cześć,
mam na imię Kosteć.
Przechowuj tę instrukcję
– przyda ci się przy składaniu
moich mięśni i głowy.*



Jeśli ta instrukcja gdzieś ci „się zgubi”,
w każdej chwili znajdziesz ją na stronie kolekcji:
www.CialoCzlowieka-Kolekcja.pl