

Arbeitsblatt zum Thema "Was weiß man über die Skelettmuskeln?"

Aufgaben:

1. Fülle die Lücken mit den richtigen Wörtern aus!
2. Scanne den QR-Code zur Kontrolle!
3. Schreibe den Text in dein Heft ab!
4. Formuliere die Inhalte des Textes selbst!
Nutze dazu alle Lückenwörter!



Der Körper eines frisch geborenen Babys besteht etwa zu einem Fünftel aus _____ . Bei einer erwachsenen Frau beträgt der Anteil etwa ein Drittel. Bei einem erwachsenen Mann ist es etwas mehr.

Die Skelettmuskeln bestehen in der Mitte aus _____. Gegen die Enden hin werden sie dünner und münden in eine Sehne. Die Sehnen sind am Skelett angewachsen, also an einem _____. Das ist so ähnlich wie wenn viele Menschen an einem Seil ziehen, an dem ein Auto befestigt ist.

Die Anzahl der Muskeln ist bei allen _____ gleich. Wie dick und wie stark die Muskeln sind, hängt aber vom Training ab. Ohne Training erschlaffen die Muskeln und bilden sich sogar zurück. Die Art des _____ spielt eine große Rolle: Gewichtheben, Hammerwerfen und ähnliche Sportarten brauchen dicke Muskeln, die aber nicht immer ganz so hart sind. Das Gegenteil sind die _____ : Sie sind sehr schlank und deshalb auch leicht. Ihre Muskeln sind eher dünn aber dafür sehr zäh und werden steinhart. Schon ein Hundert-Meter-_____ ist deutlich breiter und muskulöser gebaut. Damit Muskeln stark und ausdauernd werden, muss man sie also trainieren.

Dadurch trainiert sich auch das _____ und der Blutkreislauf mit. Damit sind auch die Muskeln um die Adern sowie die _____ gemeint. Die kann man anders nicht trainieren.

Trainings Muskeln Muskelgewebe Marathonläufer Herz Menschen
Läufer Knochen Atmung