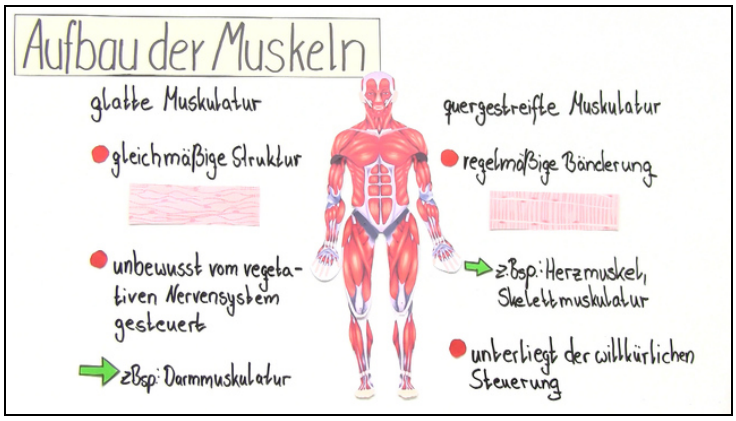
Arbeitsblätter zum Ausdrucken von sofatutor.com

Bau der Muskeln, Muskeltypen



1 **Stelle dar, wie Bizeps und Trizeps arbeiten.**

2 Gib wieder, wie sich glatte und quergestreifte Muskulatur unterscheiden.

3 Gib wissenswerte Fakten über Muskeln an.

4 Erkläre, wie ein Muskel arbeitet.

5 Arbeite heraus, wie ein Skelettmuskel aufgebaut ist.

6 Ermittle, warum Bodybuilder häufig Proteinpulver zu sich nehmen.

\+ mit vielen Tipps, Lösungsschlüsseln und Lösungswegen zu allen Aufgaben

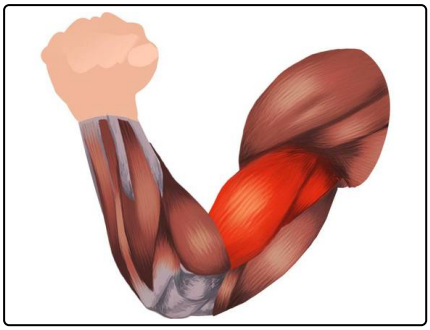
Das komplette Paket, **inkl. aller Aufgaben, Tipps, Lösungen und Lösungswege** gibt es für alle Abonnenten von sofatutor.com

© 2018 sofatutor GmbH, Berlin. Alle Rechte vorbehalten. V12453

sofatutor.at
Bessere Noten in Schule & Uni

Stelle dar, wie Bizeps und Trizeps arbeiten.

Wähle die richtigen Antworten aus.



- [ ] A: Bizeps und Trizeps sind Antagonisten.
- [ ] B: Der Bizeps wird auch Streckmuskel genannt.
- [ ] C: Bizeps und Trizeps arbeiten als Gegenspieler.
- [ ] D: Der Bizeps wird auch Beugemuskel genannt.

© 2018 sofatutor GmbH, Berlin. Alle Rechte vorbehalten. V12453 | E38757

sofatutor.at
Bessere Noten in Schule & Uni

Unsere Tipps für die Aufgaben

1 von 6

Stelle dar, wie Bizeps und Trizeps arbeiten.

1. Tipp

Wenn sich der Bizeps zusammenzieht, wird der Trizeps passiv gedehnt.

© 2018 sofatutor GmbH, Berlin. Alle Rechte vorbehalten. V12453

sofatutor.at
Bessere Noten in Schule & Uni

Lösungen und Lösungswege für die Aufgaben

1 von 6

Stelle dar, wie Bizeps und Trizeps arbeiten.

Lösungsschlüssel: A, C, D

Bei der *Beugung des Armes* sind zwei Muskeln beteiligt. Eine Kontraktion des Bizepsmuskels hat eine Beugung des Arms zur Folge. Man bezeichnet den **Bizeps** daher auch als *Beugemuskel*. Umgekehrt bewirkt eine Kontraktion des **Trizeps** eine Streckung des Arms. Dieser Muskel wird auch als *Streckmuskel* bezeichnet. Beide Muskeln sind *Gegenspieler* oder **Antagonisten**.

© 2018 sofatutor GmbH, Berlin. Alle Rechte vorbehalten. V12453

sofatutor.at
Bessere Noten in Schule & Uni