

Muskulatur — Bewegung

Biceps leitet sich aus dem Lateinischen her und heißt „zweiköpfig“. Dieser Muskel fällt bei der Beugung des Armes als Wölbung am Oberarm auf, du kannst ihn am Oberarm ertasten. An der Armbeugung sind jedoch zwei weitere Muskeln beteiligt. Da die drei Muskeln gleichsinnig arbeiten, bezeichnet man sie als *Zusammenspieler*. Der *Gegenspieler* der Armbeuger ist der Armstrecker.

1 Abbildung A zeigt die Armbeuger. Markiere den Bizeps.

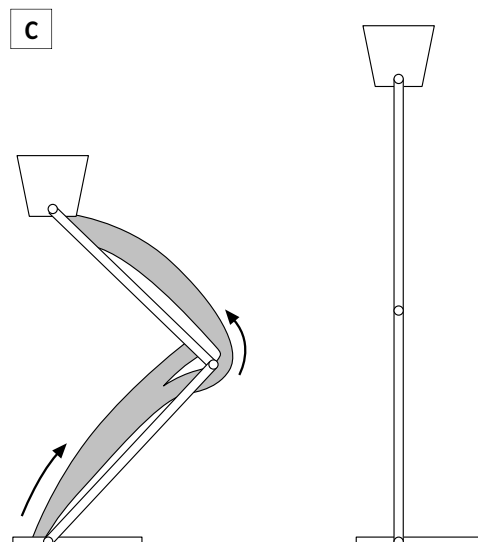
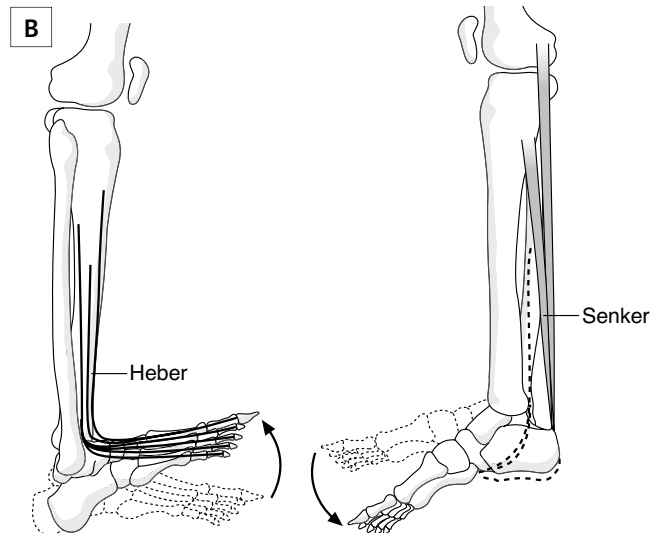
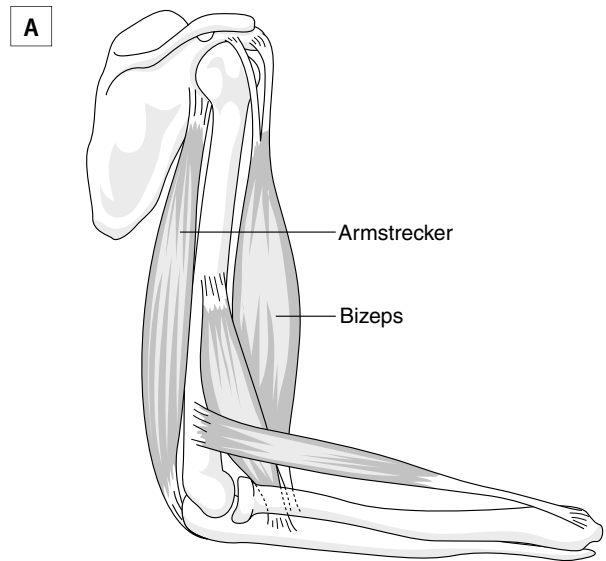
2 Zeichne den Armstrecker ein.

3 Beschreibe das Spiel der Muskeln beim Heben des Fußes. Benutze dabei den Begriff „Gegenspieler“.

Fußheber und Fußsenker sind Gegenspieler. Verkürzt sich der Heber, wird der Fuß gehoben und der Senker gestreckt.

4 Die Pfeile geben die Zugrichtung der Muskeln an, die bei der Streckung des Beines aus gebeugter Ausgangsposition beteiligt sind. Erläutere die Abbildung.

Verkürzen sich die oberen Muskeln, wird das Bein im Kniegelenk gestreckt. Verkürzen sich die unteren Muskeln, richtet sich der Unterschenkel auf.



Muskulatur – Bewegung

Biceps leitet sich aus dem Lateinischen her und heißt „zweiköpfig“. Dieser Muskel fällt bei der Beugung des Armes als Wölbung am Oberarm auf, du kannst ihn am Oberarm ertasten. An der Armbeugung sind jedoch zwei weitere Muskeln beteiligt. Da die drei Muskeln gleichsinnig arbeiten, bezeichnet man sie als *Zusammenspieler*. Der *Gegenspieler* der Armbeuger ist der Armstrecker.

1 Abbildung A zeigt die Armbeuger. Markiere den Bizeps.

2 Zeichne den Armstrecker ein.

3 Beschreibe das Spiel der Muskeln beim Heben des Fußes. Benutze dabei den Begriff „Gegenspieler“.

4 Die Pfeile geben die Zugrichtung der Muskeln an, die bei der Streckung des Beines aus gebeugter Ausgangsposition beteiligt sind. Erläutere die Abbildung.

