

Muskeln

Gegenspielerprinzip

Um den Unterarm anzuwinkeln muss sich der
..... **verkürzen** (er wird dicker!)

Um den Unterarm auszustrecken muss sich der
Strecker Dieses Wechselspiel
ermöglicht Bewegung.

An **jeder Bewegung** unseres Skeletts sind **zwei Muskeln beteiligt**, die sich abwechselnd verkürzen.

Aufbau:

Ein Muskel besteht aus: **Muskelfasern**, einer festen
Hülle,

Muskelarten:

..... **Muskulatur**: Das sind
Muskeln, die nur dann arbeiten, wenn wir es wollen.
Alle **Skelettmuskeln** sind **willkürliche** Muskeln.

..... **Muskulatur**: Diese Muskeln
können wir mit unserem Willen **nicht beeinflussen**.
Eingeweidemuskeln und der **Herzmuskel** sind
unwillkürliche Muskeln.