

Aufbau:

Hier ist jeder Muskel von einer elastischen Hülle aus _____ ummantelt. Dieses Bindegewebe, auch _____ genannt, umschließt mehrere Fleischfasern (_____).

Jede Fleischfaser wiederum unterteilt sich in mehrere Faserbündel (_____), die zueinander verschiebbar gelagert sind und damit den Muskel biegsam machen.

Diese Primärbündel bilden eine Vereinigung von bis zu zwölf _____

Aktiv wird ein Muskel, indem eine von _____ Impulsen ausgelöste Muskelkontraktion den Muskel anspannt und dann wieder entspannt.

Diese Aktionspotentiale werden vom _____ oder Rückenmark ausgesendet und durch Nerven weitergeleitet.

Durch diese Aktivität wird eine Kraft oder _____ hervorgerufen.

Kontraktionsarten:

Hinsichtlich erfolgten Kraft- und Längenänderung lassen sich folgende Kontraktionen des Muskels unterscheiden:

- a) _____: Der Muskel verkürzt sich ohne Kraftanstrengung
- b) _____: Erhöhte Kraft bei gleichbleibender Länge des Muskels
- c) _____: Sowohl Kraft als auch Länge ändern sich hier.

Diese Kontraktionen sind der _____ Kontraktionstyp bei Alltagsbewegungen.

Lösungen: [Tags/Muskulatur/Muskulatur – Organsystem der Muskeln](#)