

Bewegung durch Gelenke

1 Lies den Text. Wie sind Gelenke aufgebaut?

Bei den Turnübungen muss man Arme und Beine bewegen. Dazu braucht man **Gelenke**. Die Gelenke verbinden Knochen beweglich miteinander. Alle Gelenke sind gleich aufgebaut. Alle Gelenke bestehen aus dem **Gelenkkopf**, der genau in die **Gelenkpfanne** passt. Beide sind von weichem **Gelenkknorpel** überzogen. Im **Gelenkspalt** ist die **Gelenkschmiere**. Sie wirkt als Gleitmittel und verhindert so Reibung. Die elastische **Gelenkkapsel** hält das Gelenk zusammen.

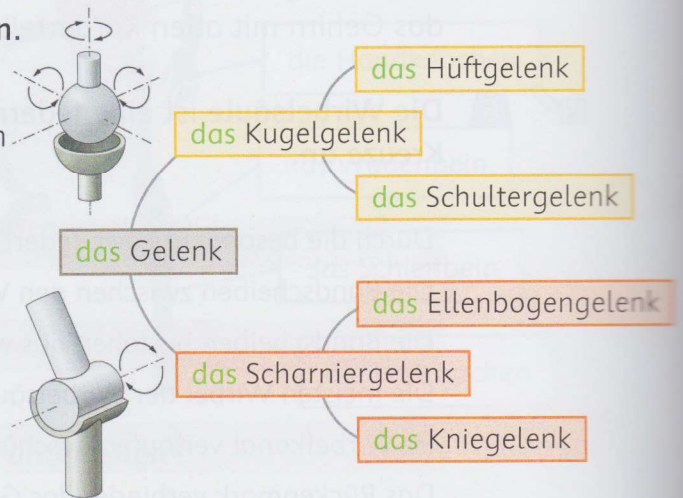


2 Bilde richtige Aussagen und schreibe die Sätze in dein Heft.

- a Gelenke bestehen aus einem Gelenkkopf und einer Gelenktasche.
 einer Gelenkpfanne.
 einem Gelenkkopf.
- b Die Gelenkschmiere verstärkt die Reibung im Gelenk.
 verhindert die Reibung im Gelenk.
 verstopft den Gelenkspalt.

3 Lies den Text. Schau die Abbildung an.

Gelenke ermöglichen unterschiedliche Bewegungen. **Kugelgelenke** kann man in verschiedene Richtungen bewegen. Beispiele sind das Schultergelenk und das Hüftgelenk. **Scharniergelenke** wie das Ellenbogengelenk und das Kniegelenk lassen sich nur in eine Richtung bewegen.



4 Bilde richtige Aussagen.

Schultergelenk und Hüftgelenk sind Scharniergelenke.
 Ellenbogengelenk und Kniegelenk sind Kugelgelenke.

- der Gelenkkopf, die Gelenkköpfe
- die Gelenkpfanne, die Gelenkpfannen
- die Gelenkkapsel, die Gelenkkapseln
- die Reibung, die Reibungen
- die Gelenkschmiere, -

- das Kugelgelenk, die Kugelgelenke
- das Scharniergelenk, die Scharniergelenke
- das Hüftgelenk, die Hüftgelenke
- das Schultergelenk, die Schultergelenke
- das Kniegelenk, die Kniegelenke