

Biologie Test - Bewegungen (M-Niveau)

- ① **Setze die richtigen Wörter ein.** Nutze die Wörter aus dem Hilfskasten. Achtung / 6
es sind auch falsche dabei.

Hilfskasten: Knochennerven, Rückenmark, Beuger, Wirbelkanal, Bandscheibe, Blut, Schmerzen, Wirbel, Muskel, Schutz

Die liegen übereinander und bilden die Wirbelsäule. Im

verläuft das , das sehr wichtig ist. Die

liegt zwischen den Wirbeln und wirkt wie ein Puffer. Wenn sie

beschädigt ist, kann das verursachen. Die Wirbelsäule gibt dem

Rücken .

- ② **Richtig oder falsch? Kreuze an!** / 5

	Richtig	Falsch
Das Rückenmark liegt im Wirbelkanal und wird dort geschützt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eine Bandscheibe befindet sich zwischen zwei Wirbeln.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wenn man eine Bandscheibe falsch belastet kann sie verrutschen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Bandscheibe hat einen Gallertkern und dieser ist weich.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Wirbelsäule besteht aus einem Knochen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Durch häufiges falsches Sitzen kann man Rückenschmerzen bekommen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bei einem Bandscheibenvorfall drückt die Bandscheibe auf einen Muskel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wenn man schwere Dinge hebt sollte man nicht in die Knie gehen und einen runden Rücken machen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeder Wirbel im Körper sieht gleich aus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muskeln können verkümmern, wenn man sie nicht benutzt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- ③ Was kannst du tun, um deinen Rücken gesund zu halten. **Formuliere zwei Verhaltensweisen.** / 2

Name:

Test Bewegung M Niveau

④ **Erkläre** was bei einem Bandscheibenvorfall passiert. Schreibe 2-3 Sätze.

/ 2½

⑤ **Ordne** die Begriffe den richtigen Erklärungen **zu**.

Achtung: Eine Erklärung passt nicht.

/ 1½

- | | | | |
|----------------|---|-----------------------|---|
| zusammenziehen | 1 | <input type="radio"/> | Muskel der ein Gelenk wieder gerade macht |
| Gegenspieler | 2 | <input type="radio"/> | Muskeln die abwechselnd arbeiten. |
| Strecker | 3 | <input type="radio"/> | wenn sich ein Muskel verkürzt |
| | 4 | <input type="radio"/> | dadurch bleiben die Muskeln immer gerade |

Punkte: / 17

Note

Unterschrift