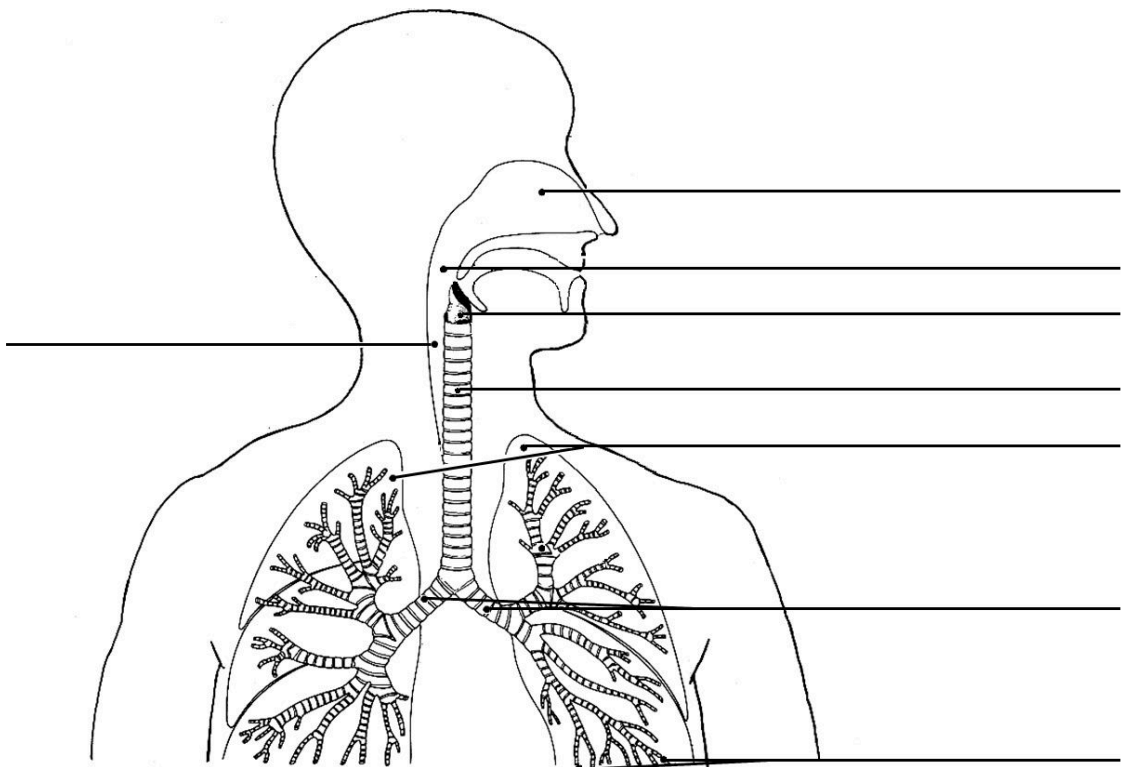


Der Weg der Luft in die Lunge

- ① Beschrifte die untere Abbildung mit den folgenden Wörtern: Lungenbläschen, Bronchien, Rachenraum, Nasenraum, Lungenflügel, Luftröhre, Kehlkopf, Speiseröhre



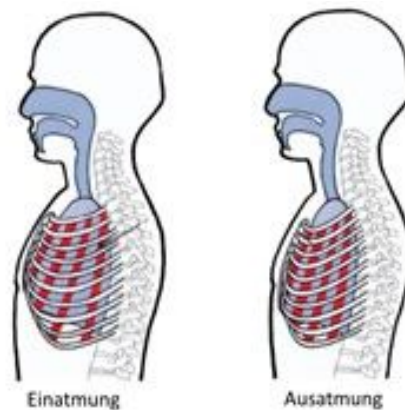
- ② Mal den Nasenraum, den Rachenraum und die Lungenflügel hellblau an.
Mal den Kehlkopf violett an.
Mal die Luftröhre, die Bronchien und die Lungenbläschen dunkelblau an.
Mal die Speiseröhre grün an.

Brustatmung und Bauchatmung

- ③ Im Lückentext auf der nächsten Seite geht es um die Brustatmung und die Bauchatmung. Wähle das passende der beiden Wörter hinter der Lücke und schreib es in die Lücke.

Als Hilfe kannst du dir eine Hand auf die Brust und eine auf den Bauch legen und beobachten, was passiert und die Bilder unter dem Lückentext anschauen.

Wenn ich tief einatme, spüre ich, dass sich mein Brustkorb (hebt | senkt). Die Atmung heißt (Bauchatmung | Brustatmung). Beim Einatmen heben die Muskeln den Brustkorb – er wird (kleiner | größer). Die Lunge, die sich mit bewegt, saugt Luft ein. Beim Ausatmen entspannen sich die Muskeln wieder. Der Brustkorb (hebt | senkt) sich. Dadurch wird die verbrauchte (sauerstoffreiche | kohlenstoffdioxidreiche) Atemluft aus der Lunge gepresst.



Beim Schlafen oder Sitzen reicht die (Brustatmung | Bauchatmung). Dabei sorgt das Zwerchfell für die Atembewegung. Das Zwerchfell ist ein großer Muskel, der (die Speiseröhre | den Brustraum) vom Bauraum trennt. Das Zwerchfell zieht sich beim Einatmen zusammen. Dadurch wird die Lunge (vergrößert | verkleinert) und saugt Atemluft an. Beim (Ausatmen | Einatmen) wird die Lunge durch das Zwerchfell zusammengedrückt und dadurch kleiner. Die Luft strömt (aus | in) die Lunge.

