

MENS & NATUUR

THEMA “BEWEGING” WERKBLAD SPIEREN

Spiere

Mensen en dieren zijn goed in bewegen.

Dit doen ze op veel verschillende manieren.

Bewegen gebeurt meestal met spieren, pezen, gewichten en botten.

In de tekst komen hyperlinks voor.

Als ze het niet doen?

Klik drie keer in de adresbalk en druk op enter.



Nodig

- computer
- halter

Opdracht 1

Kijk naar je arm.

Pak de halter en beweeg hem met je rechterarm omhoog.

Hoe kun jij je rechterarm omhoog krijgen?

.....

.....

.....

Nu probeer het eens 20 keer. Laat de ander het ook eens proberen.

Wat valt je op?

.....

.....

.....

Wat doen je spieren om je arm omhoog te bewegen?

.....
.....
.....

Bekijk het filmpje over armspieren
door [hier](#) te klikken en daarna [hier](#)

In dit filmpje zag je een arm van een jongen.
De arm beweegt door twee spieren.
Deze spieren zitten aan de
bovenkant en onderkant van de arm.
Spieren zorgen voor je kracht om te bewegen.



Vraag 1. Wat doen de spieren van je arm om hem omhoog te bewegen?

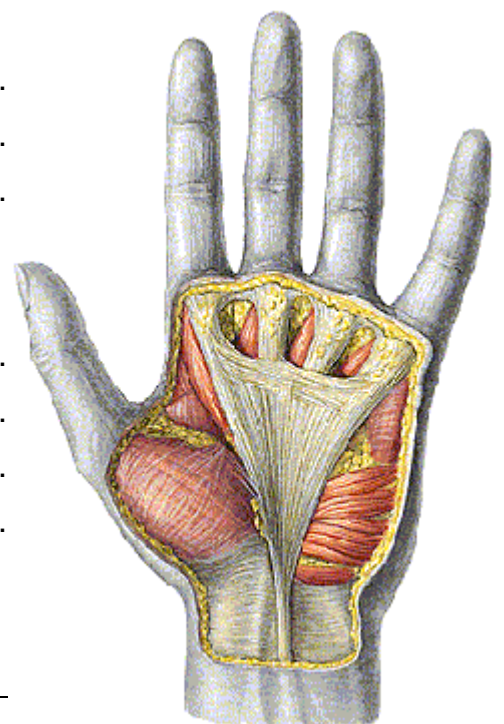
.....
.....
.....
.....

Vraag 2. Wat doen de spieren van je arm om hem weer naar beneden te bewegen?

.....
.....
.....

Vraag 3. Wat zijn pezen?

.....
.....
.....
.....



Opdracht 2

Maak een grijparm waarmee je iets op kunt pakken.

Gebruik hierbij namaak spieren en pezen!

Verzin van welk materiaal je het gaat maken.

Stel het plan voor aan de docent.

Tips;



- *elastiekjes zou je kunnen zien als spieren;*
- *een spijker kan als pees gebruikt worden.*

Vraag 1. Welk onderdeel stelt wat voor?

.....

.....

.....