# IL LAVORO DEI MUSCOLI

**1** Completa il testo con le parole date.

fasci • allungata • fibre • nervi • cervello • muscolo

Ogni ..... è costituito da moltissime cellule speciali che hanno forma ..... e contengono più nuclei. Queste cellule, lunghe anche diversi centimetri, sono chiamate ..... e sono riunite in ..... Le **fibre muscolari** sono collegate ai ....., dai quali ricevono l'impulso al movimento che viene inviato dal .....

**2** Ricostruisci il testo numerando le frasi da 1 a 8.

( ) Se facciamo **sforzi prolungati**, però, l'ossigeno scarseggia.

(4) I vasi, infatti, portano al muscolo il sangue che contiene gli **zuccheri** che assumiamo con l'alimentazione e l'ossigeno che respiriamo.

(1) Il muscolo, per potersi contrarre, ha bisogno di **energia**.

( ) Le cellule, anche quelle muscolari, ricavano energia "bruciando" gli zuccheri con l'aiuto dell'**ossigeno**.

( ) Perciò le fibre muscolari sono raggiunte da sottili **vasi sanguigni**.

( ) Quando l'ossigeno è poco, gli zuccheri bruciando rilasciano meno energia e producono **acido lattico**.

(7) Se si accumula, l'acido lattico causa un indolenzimento dei muscoli.

( ) L'indolenzimento scompare con il **riposo**, che permette di smaltire l'acido lattico.

LIVEWORKSHEETS