

**Schreibe die folgenden Muskeln
in die Lücken:**

der Bizeps
der Trizeps
der Quadrizeps
der Trapezmuskel
der Deltamuskel
der große Brustmuskel
der Rückenmuskel

Es gibt zwei Muskeln, die für die Armbewegung besonders wichtig sind:

streckt den Arm.

beugt den Arm.

Drei weitere Muskeln helfen dabei.

unterstützt diese Bewegungen.

bewegt die Schultern und die Arme.

bewegt das Schultergelenk.

Es gibt einen Muskel, der unsere Wirbelsäule stabilisiert:

.

Und wenn wir unser Knie strecken wollen wird folgender Muskel gebraucht:

.