

Hemläxa

Årskurs: 3

Ämne: Biologi

Tema: Kroppens muskler och skelett

Ordkollen

Här listas fem ämnesord på läxans tema som är bra att känna till betydelsen av.

- **Muskler:** Vävnader i kroppen som kan dra ihop sig och möjliggöra rörelse.
- **Skelett:** Den hårda strukturen av ben som stöder kroppen och skyddar viktiga organ.
- **Biceps:** En muskel i överarmen ansvarig för att böja armbågen.
- **Triceps:** En muskel i överarmen som sträcker ut armbågen.
- **Ryggrad:** Den beniga strukturen som stöder kroppen och skyddar ryggmärgen.

Instuderingsfrågor

1. Vilken funktion har skelettet i kroppen?
2. Hur arbetar musklerna när vi rör oss?
3. Nämn tre viktiga muskler i kroppen.
4. Vad är skillnaden mellan biceps och triceps?
5. Hur skyddar skelettet våra inre organ?
6. Beskriv en rörelse där flera muskler arbetar tillsammans.
7. Varför är det viktigt att träna sina muskler?
8. Hur många ben finns det i en vuxen människas kropp?
9. Vad kan hända om vi inte rör på oss och tränar våra muskler?
10. Ge ett exempel på hur vi använder musklerna i vår vardag.

Skrivuppgift

Uppgift 1: Min muskelberättelse

Beskriv en dag i ditt liv där du använder dina muskler. Berätta om aktiviteter du gör, som att leka, springa eller dansa. Tänk på att nämna vilka muskler som används under dessa aktiviteter.

Svarslängd: ca 200 ord (En halv sida)

Uppgift 2: Ritning av skelett och muskler

Rita en bild av en person som gör en speciell rörelse, som att hoppa eller springa. Märk ut de muskler och skelettdelar som används vid rörelsen. Skriv en kort förklaring om varför dessa delar är viktiga för att kunna utföra rörelsen.

Svarslängd: ca 150 ord (En fjärdedel av en sida)

Uppgift 3: Reflektera över träning

Fundera över varför det är viktigt att träna sina muskler och skelett. Skriv ned dina tankar och ge några exempel på aktiviteter som kan hjälpa till att stärka musklerna och skelettet.

Svarslängd: ca 100 ord (En fjärdedel av en sida)

Avslutning

Kom ihåg att använda dina kunskaper om muskler och skelett i din dagliga liv. Lycka till med läxan!

Svar:

Tags: [Läxa](#)