

Hemläxa

Årskurs: 9

Ämne: Biologi

Tema: Skelett och muskler

Ordkollen

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

- **Skelett:** Den struktur av ben som ger stöd och skydd åt kroppens organ.
- **Muskler:** Vävnader som kan dra ihop sig och därmed skapa rörelse genom att fästa vid skelettet.
- **Antagonister:** Muskler som arbetar i motsatt riktning för att möjliggöra rörelse.
- **Synergister:** Muskler som arbetar tillsammans för att åstadkomma en rörelse.
- **Kompakta ben:** Täta och starka ben som ger struktur och stöd, till skillnad från spongiösa ben.

Instuderingsfrågor

- Vilka är skelettets huvudfunktioner?
- Vad består det vuxna människoskelettet av?
- Beskriv skillnaderna mellan de tre typerna av muskler.
- Hur fäster skelettmuskler vid skelettet?
- Vad innebär begreppen kompakta och spongiösa ben?
- Förklara hur antagonister och synergister fungerar vid rörelse.
- Varför är uppvärmning viktig innan fysisk aktivitet?
- Vilken funktion har ryggraden i kroppen?
- Hur påverkar träning skelettets och musklernas hälsa?
- Vad är muskelkontraktion och hur fungerar den?

Skrivuppgift

Uppgift 1: Beskrivning av skelettet

Skriv en kort beskrivning (150-200 ord, ca en kvart sida) där du förklarar skelettets uppbyggnad och dess funktioner i kroppen.

Svar:

Uppgift 2: Muskelns roll

Välj en specifik muskel i kroppen och skriv en uppsats (250-300 ord, ca en halv sida) där du beskriver dess funktion och hur den samarbetar med skelettet för att möjliggöra rörelse.

Svar:

Uppgift 3: Reflektion över träning

Skriv en reflektion (200-250 ord, ca en halv sida) om vikten av träning för musklernas och skelettets hälsa. Diskutera hur träning kan påverka kroppens rörelse och hållning.

Svar:

Tags: [Läxa](#)