

Arbeitsauftrag – Internetrecherche

Lunge – Atmung

Theorie

1. Suche dir ein einfaches Bild der Atmungsorgane des Menschen und zeichne es ab.
2. Trage die Fachbegriffe der einzelnen Atmungsorgane in eine Tabelle ein und gib jeweils an, welche Aufgaben sie haben.
Von außen nach innen!
3. Leistungsgrößen der Lunge
Erkläre die folgenden Begriffe:
Atemminutenvolumen, Atemzugvolumen, inspiratorisches Reservevolumen, expiratorisches Reservevolumen, Residualvolumen, Vitalkapazität, Totalkapazität, Totraum

Tip!

www.sportunterricht.de

- ➔ LK Sport
- ➔ Trainingslehre – Sportbiologie
- ➔ Ausdauer
- ➔ Atmung

4. Informiere dich über den Cooper-Test und wie er durchgeführt wird. Erkläre!

Praxis

Bereite dich auf den Cooper-Test vor den wir nach den Osterferien durchführen werden!

Nutze hierzu verschiedene Möglichkeiten deine Ausdauer zu verbessern. Dies kann entweder Jogging, Inlineskaten aber auch Radfahren sein.

Quellen:

z.B. www.sportunterricht.de, du kannst aber auch gerne dein Biologiebuch benutzen sofern du noch eines hast