

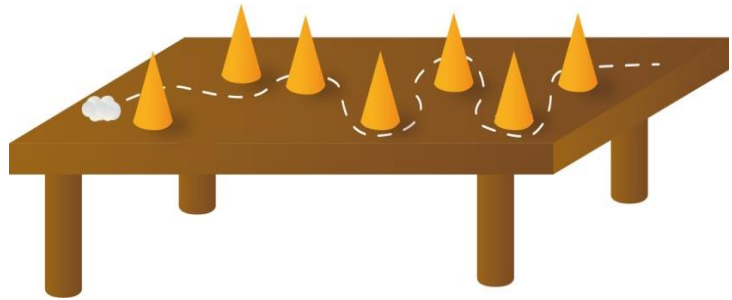
Name: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

## Wie funktioniert die Atmung?

### Versuch 1: Puste-Parcours

#### Du brauchst:

- 1 Tisch
- 7 Hütchen
- Klebeband
- 1 Wattebausch



#### So geht's:

1. Stelle die Hütchen in einer Schlangenlinie auf. Wenn die Hütchen leicht sind, dann klebe sie zur Sicherheit mit etwas Klebeband fest.
2. Versuche, den Wattebausch im Slalom um die Hütchen zu pusten, ohne dass die Watte vom Tisch fällt.

#### Überlege und notiere:

Wann ist pusten für dich wichtig? In welcher Situation musst du etwas pusten?

---

---

---

---

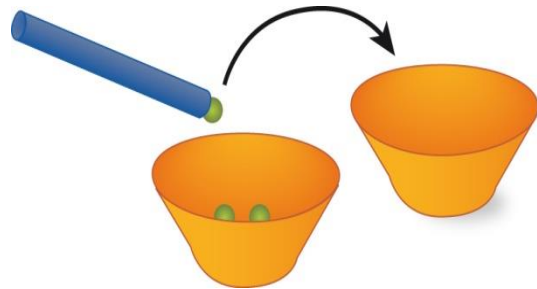
---

Name: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

### Versuch 2: Erbsen saugen

#### Du brauchst:

- 1 leere Schüssel
- 1 Schüssel, in der 3 Erbsen liegen
- 1 Strohhalm



#### So geht's:

1. Nimm den Strohhalm in den Mund und sauge eine Erbse aus der Schüssel an.
2. Versuche nun, die Erbse in die andere Schüssel zu befördern, ohne dass sie herunterfällt. Du darfst dabei nicht deine Hände benutzen!

#### Überlege und notiere:

Wann ist saugen für dich wichtig? In welcher Situation musst du etwas ansaugen?

---

---

---

---

---

Name: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

### Versuch 3: Brustumfang messen

**Du brauchst:**

- 1 Maßband
- 1 Partner



**So geht's:**

1. Atme normal. Der Partner legt das Maßband unterhalb der Achseln um deine Brust und misst deinen Brustumfang. Notiere den Umfang in der Tabelle.
2. Nun hole tief Luft und halte die Luft kurz an, damit dein Partner erneut deinen Brustumfang messen kann. Notiere wieder den Umfang in der Tabelle.
3. Nun ist dein Partner dran!

Name	Brustumfang bei normaler Atmung	Brustumfang bei tiefem Luftholen
	cm	cm
	cm	cm

**Überlege und notiere:**

Wieso sind die Werte des Brustumfangs bei normaler Atmung und beim tiefen Luftholen unterschiedlich?

---



---



---



---



---

Name: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

## Versuch 4: Wir messen unsere Atemluft

### Du brauchst:

- 1 große Schüssel mit Wasser
- 2 unterschiedlich lange Schläuche
- 1 Plastikflasche



### So geht's:

1. Lege die Flasche in die Wasserschüssel und warte, bis sie auch voll Wasser ist.
2. Stelle sie mit der Öffnung nach unten ins Wasser.
3. Stecke nun den kurzen Schlauch in die Öffnung der Flasche. Aber pass auf: Die Flasche darf dabei nicht aus dem Wasser!
4. Hole ganz tief Luft und puste so lang in den Schlauch, wie du kannst.

Beobachtung:

- 
5. Fülle die Wasserflasche erneut und wiederhole den Versuch mit dem längeren Schlauch. Beobachtung:

- 
6. Mache nun 20 Hampelmänner und führe den Versuch sofort danach noch einmal durch.

Beobachtung:

### Überlege und erkläre, warum es zu deinen Beobachtungen gekommen ist:

---

---

---

---

---

Name: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

## Versuch 5: Atmen einmal anders

### So geht's:

1. Gähne ausgiebig.

Wie fühlt sich das an? Was passiert mit der Atmung? Notiere:

---

---

2. „Spiele“ einen Schluckauf.

Wie fühlt sich das an? Was passiert mit der Atmung? Notiere:

---

---

3. Huste.

Wie fühlt sich das an? Was passiert mit der Atmung? Notiere:

---

---

4. Tue so, als würdest du niesen.

Wie fühlt sich das an? Was passiert mit der Atmung? Notiere:

---

---

5. Lache herzlich.

Wie fühlt sich das an? Was passiert mit der Atmung? Notiere:

---

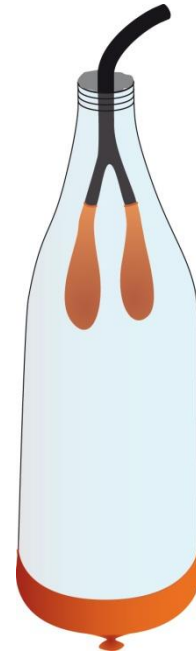
---

Name: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

## Versuch 6: Wir basteln ein Lungenmodell

### Du brauchst:

- 1 Schlauch aus Plastik
- 1 Y-förmige Schlauchverbindung
- Knete
- 2 Haushaltsgummis
- 3 Luftballons
- 1 große Plastikflasche ohne Boden
- Schere



### So geht's:

1. Lege die Schlauchverbindung so vor dich, dass sie wie ein Y aussieht.
2. Stecke den Schlauch auf die untere Öffnung und dichte mit Knete ab.
3. Befestige mit den Haushaltsgummis zwei Luftballons an den beiden oberen Öffnungen der Schlauchverbindung.
4. Lege diese Y-Konstruktion in die Flasche hinein. Stecke dabei den Schlauch von innen durch die Öffnung des Flaschenhalses und dichte diesen mit Knete ab.
5. Mache einen Knoten in den 3. Luftballon und schneide die Spitze ab. Spanne ihn dann fest über den offenen Flaschenboden.
6. Halte mit der einen Hand die Flasche fest und ziehe mit der anderen am Knoten.

### Notiere deine Beobachtung und erkläre, warum dies so ist:

---

---

---

---