

## Lerne die Proportionen deines Körpers kennen!

1. Schiebt 2 Tische zusammen und lässt eine Mitschüler / Mitschülerin sich darauf legen
2. Misst die angegebenen Längen und Abstände mit einem Zollstock aus!
3. Tragt die Werte in cm in die entsprechenden Spalten ein!
4. Fertigt ein maßstabgerechtes Diagramm (Gitter) aus der Gesamtkörperlänge / größter Breite und den darin enthaltenen Kopflängen an!
5. Zeichne in dieses Gitter die ausgemessenen Werte ein:
6. Welche markanten Körperstellen werden durch die Kopflängen markiert?

Miss aus! (in cm)	Mädchen	Junge
Körperlänge (Scheitel-Fußsohle)		
Körpermitte – Wo befindet sie sich?		
Größte Breite der Schulter		
Größte Breite der Hüfte		
Größte Breite gesamt Wo?		
Länge Kopf (Scheitel / Kinns Spitze)		
Breite Kopf		
Abstand Scheitel / Schulterlinie		
Abstand Scheitel / Brustwarzen		
Abstand Scheitel / Bauchnabel		
Abstand Scheitel / Körpermitte		
Abstand KM / Kniegelenk (Kniekerbe Mulde zwischen Ober und Unterschenkelknochen)		
Ende des Brustkorbs (Brustbein)		
Armlänge gesamt		
Armlänge Schulter/ Ellenbogengelenk		
EBG / Handgelenk		
Handgelenk / Fingerspitzen (Länge Hand)		
Abstand Fingerspitzen zu Fingerspitzen bei ausgestreckten Armen (Festsstellung)		
Abstand Kniegelenk / Fußsohle		
Fußlänge (wie oft in KL?)		
Dividiere Abstand Scheitel/Bauchnabel Durch Abstand BN / Fußsohle! Ergebnis?		