

<b>Klasse 7a</b>	<b>Fach: Biologie</b>	
<b>Herr Hafner</b>	<a href="mailto:s.hafner@schollgym-ulm.de">s.hafner@schollgym-ulm.de</a>	<b>Aktualisiert: 22.05.2020</b>

### Liebe Klasse 7a!

Mit dem heutigen Wochenplan erhaltet ihr die Aufgabe, an einem selbst gewählten Tag 24h ein Protokoll anzufertigen über

- a) alles, was ihr an diesem Tag esst (mit Gewichtsangabe).
- b) alle Aktivitäten, die ihr an diesem Tag durchführt (mit Angabe der Dauer).

Ermittelt dann die Energiemenge, die ihr in diesen 24h eurem Körper zugeführt habt sowie die Gesamtenergiemenge (Gesamtumsatz = Grundumsatz + Leistungsumsatz), die euer Körper in dieser Zeit verbraucht hat. Benutzt hierzu die Tabellen in eurem Buch auf S. 74/75. Manche Angaben werdet ihr auf Basis der Daten schätzen müssen. Wenn ihr es ganz genau wissen wollt, recherchiert im Internet oder benutzt die Nährwerttabellen auf den Lebensmitteln.

Löst als nächstes die Aufgaben zum Body-Mass-Index (Buch S. 97, Material B).

Herzliche Grüße, bleibt gesund und schöne Ferien!

Stefan Hafner

<b>Lernzeitraum</b>	<b>Dieses Thema sollst du lernen:</b>	<b>Das sind deine Hilfsmittel:</b>	<b>Damit kontrollierst du Dich:</b>	<b>Bis dahin musst Du mit allem fertig sein:</b>
25.05. bis 31.05	Tagesprotokoll zugeführte Energiemenge und Gesamtumsatz	Biosphäre 2, S. 74/75	Vergleiche mit Deinem Bio-Buch	31.05.20
25.05. bis 31.05	<i>Aufgaben zum BMI</i>	Biosphäre 2, S. 79	Vergleiche mit Deinem Bio-Buch	31.05.20