

Bio EF PEU

Liebe EF,
in den nächsten Stunden (;-), die ja keine sind ☺) , müssen wir uns mit dem Thema
Energiebedarf und –verbrauch beschäftigen...

- a) Lest dazu bitte die Seiten (aus meinem Buch...daher die Anmerkungen ..;-) – sind aus meiner Studienzzeit...) und verschafft euch einen Überblick über die vier Teile des Gesamtumsatzes...
- b) Fasst diese vier bitte schriftlich zusammen (kurz und knapp!)
- c) Macht euch ein wenig schlau über die Kalorimetrie (Wie misst man diesen Verbrauch genau? – im Buch oder Netz...)
- d) Berechnet euren eigenen Gesamtumsatz (pro Tag) unter der Annahme, dass ihr entweder pro Tag (Leistungsumsatz) zusätzlich 1500kcal(für Aktive ;-)) oder zusätzlich 1000kcal (für eher weniger Aktive) verbraucht, - die Damen achten bitte auch die -10% (siehe Text) ; bitte auch den Verdauungsverlust mit einbeziehen und die spez.-dyn. Wirkung... ebenso... (probiert es mal aus ;-))

Wer mag, kann mir auch eine Rückmeldung an:

sascha.preussener@tkg-duisburg.nrw.schule

senden...

Ich kann aber auch anbieten, Fragen zu sammeln und entweder mal ein Video aufzunehmen... oder auch einen Chat per Skype anbieten....
Daher bitte hierzu gerne eine Rückmeldung von euch

Bis die Tage – bleibt gesund!

S.Preußener