

Arbeitsblatt

Leistung

Eine Tafel Vollmilchschokolade (100 g) hat einen Energiegehalt (physiologischen Brennwert) von ca. 2360 kJ.

Der Energie„verbrauch“ des Menschen ist von seiner Masse und von seiner momentanen Tätigkeit abhängig. Hier sind einige Beispiele angegeben. Die Zahlen bedeuten den ungefähren Energie„verbrauch“ in einer Stunde je kg Körpergewicht bei der genannten Tätigkeit:

- Liegen: 4 kJ
- Brustschwimmen mit 1,2 km/h: 19 kJ
- Gehen mit 3 km/h: 12 kJ
- Joggen mit 9 km/h: 40 kJ
- Radfahren mit 15 km/h: 23 kJ

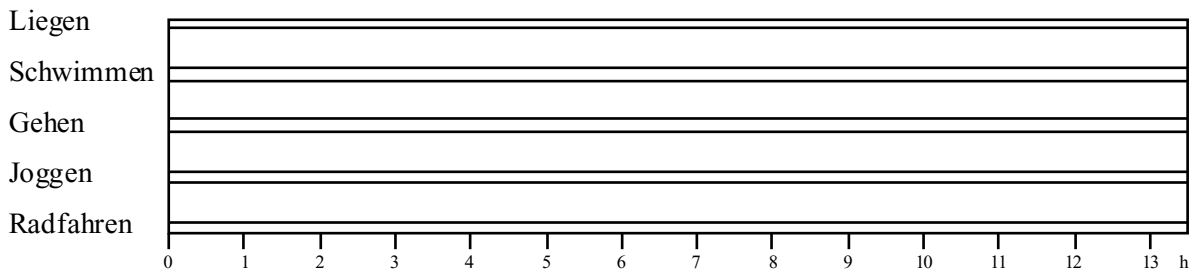


Mein Körpergewicht: kg

Berechne, wie lange es dauert, bis du die Energie einer Tafel Schokolade „verbraucht“ hast. Wie weit kommst du damit bei den angegebenen Bewegungsarten? Stelle das Ergebnis in einem Stabdiagramm dar.

	mein Energie„verbrauch“ pro Stunde	Zeit	Entfernung
Liegen			
Schwimmen			
Gehen			
Joggen			
Radfahren			

Zeit:



Entfernungen:

