



Test **3** Variante B

Name/Klasse: _____

1 Erläutere die Begriffe. (2 P)

Leistungsumsatz:

Betriebsstoffwechsel:

2 Vergleiche den Energieumsatz nach einer Stunde Basketball spielen und mit dem Energieumsatz von zwei Stunden Sitzen. Verwende die abgebildete Tabelle und notiere deine Rechnungen. (4 P)

Tätigkeit	Energiebedarf (kJ/min), ungefähre Werte
Sitzen	6
Fernsehen	6
Fußball spielen	40
Basketball spielen	35
Lesen	7
Joggen	45
Yoga machen	17
Telefonieren	7
Lebhafte Unterhaltung	9
Volleyball spielen	16
Tennis spielen	29

3 Beschreibe, was passiert, wenn dem Körper über die Nahrung mehr Energie zugeführt wird als benötigt. Verwende dabei die Begriffe: *Glykogen*, *Glykogenspeicher* und *Depotfett* (4 P)

Du hast _____ von 10 Punkten erreicht.

Bestanden: Ja ☐ Nein ☐