

## Arbeitsplan zum Kapitel 1.1: Sport macht uns fit (Teil 1)

Wähle selbst aus, mit welchem Thema du beginnen willst.

Bearbeite die Aufgaben innerhalb eines Themas aber in der richtigen Reihenfolge.


**P** = Pflichtaufgabe      **W** = Wahlaufgabe

**SK** Selbstkontrolle: Kontrolliere deine Ergebnisse selbst.  
Die Lösungsblätter dazu liegen auf.

**LK** Lehrerkontrolle: Dein/e Lehrer/in kontrolliert das Ergebnis.

☺ Einzelarbeit    ☺☺ = Partnerarbeit    ☺☺☺ = Gruppenarbeit

Thema	Aufgabe ist	mit wem?	Aufgabe	Arbeitsanweisung	erledigt	Kontrolle
<b>Sport macht uns fit</b>		☺	S. 5 <b>W1a</b>	<b>Sport-Fragebogen</b> Beantworte die Fragen rechts zuerst eigenständig und kreuze die Antworten an. Mit der Lösung auf S. 4 unten kannst du deine Punkteanzahl berechnen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK
		☺☺	S. 5 <b>W1b</b>	Vergleicht eure Ergebnisse und diskutiert, ob und wie ihr eure Ergebnisse im Alltag tatsächlich verbessern könntet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK
		☺	S. 5 <b>W2</b>	<b>Was weißt du über Sport?</b> Markiere in der Tabelle unten die Aussagen, die du für richtig hältst, mit einem grünen Hakerl. Dann arbeite die nächsten zwei Seiten durch und kontrolliere deine Antworten. Jeder rote Punkt bei einem Text bedeutet einen Hinweis auf eine der Aussagen. Zwei Punkte bedeuten zwei Hinweise usw. Korrigiere falsche Aussagen in der rechten Spalte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK
<b>Warum Sport?</b>		☺	S. 6 <b>1</b>	A team of students interviewed a sports expert for an article in their school paper. But now they don't know which answer (A-F) belongs to which question. Match the questions and answers and write the correct letter next to the following questions.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> LK
		☺	S. 7 <b>2</b>	Read the answers to questions 2, 3 and 4 again. Write down the most important facts in the chart.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK

	😊	S. 7 <b>3</b>	Half an hour of exercise a day. How can you fit that into your daily life? Make your own plan – half an hour is only 3 times 10 minutes!	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> LK
<b>W</b>	😊	S. 7  <b>4</b>	Check if you succeed by keeping a sportsdiary. Activities count as sport if you are out of breath and it's difficult for you to talk normally. Write down what you did and how long for. Note if you liked the activity.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> LK

**Energieumwandlung durch Bewegung**

	😊	S. 8 <b>4a</b>	Schau dir 8.1 genau an und ergänze mithilfe der Wörter aus der Grafik den Text.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK
	😊	S. 8 <b>4b</b>	Schau dir 8.2 an und ergänze den Text.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK
	😊😊😊	S. 8 <b>4+</b>	Erinnert euch: Pflanzen betreiben Fotosynthese. Was stellt ihr fest, wenn ihr die Fotosynthese mit dem Stoffwechsel des Menschen vergleicht? Was wird aufgenommen, was wird abgegeben? Welche Schlüsse zieht ihr daraus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> LK
	😊	S. 8 <b>5</b>	Warum atmet man bei körperlicher Belastung schneller?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK
	😊	S. 9 <b>6</b>	Eine Wissenschaftlerin hat die Inhaltsstoffe der Luft gemessen, die ein Sportler ein- und ausatmet. Schau dir die Werte in der Tabelle genau an und beschrifte die Spalten richtig mit „Frischlufte“ und „ausgeatmete Luft“.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK
	😊	S. 9 <b>6+</b>	Erkläre die Unterschiede in der Frischluft und der ausgeatmeten Luft.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK
	😊	S. 9 <b>7</b>	Ergänze die fehlenden Wörter im Text.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK
	😊	S. 9 <b>8</b>	<b>Test your fitness.</b> Read the instructions in the book.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> SK