Werkblad 'Twee soorten verbranding' – Klas 3 – blok 4: Inspanningsfysiologie

Je hebt ontdekt dat er twee vormen van verbranding (dissimilatie) zijn: mét zuurstof (aeroob) en zonder zuurstof (anaeroob). Waarschijnlijk heb je de verschillen al eens meegemaakt en ook deze les ga je ervaren wat de verschillen zijn. Schrijf eerst beide processen uit:

Aerobe dissimilatie: verbranding _____ zuurstof:

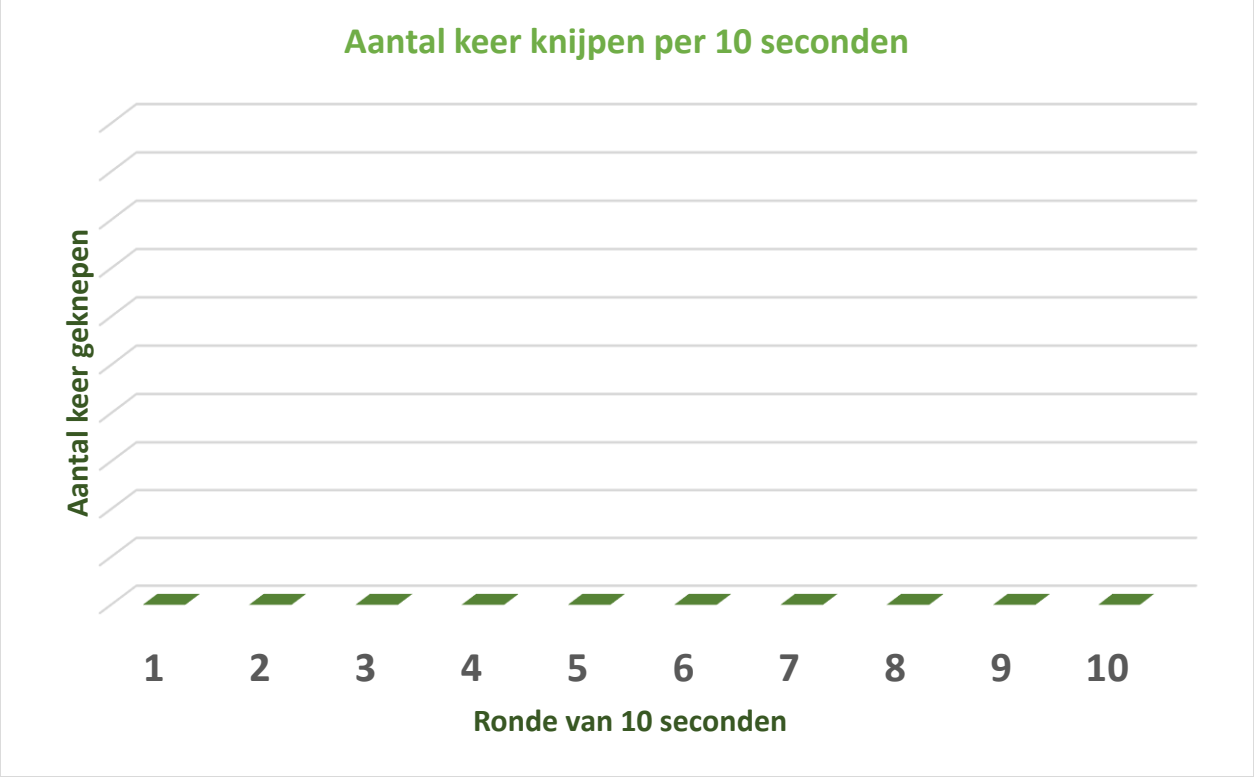
\+ → + +

Anaerobe dissimilatie: verbranding _____ zuurstof:

→ +

Praktische opdracht (in een tweetal, maximaal 1 drietal):

- Eén persoon neemt een stressbal, de andere persoon schrijft mee en houdt de tijd bij.
- Vanaf het startmoment gaat de persoon met de stressbal zo snel mogelijk achter elkaar knijpen in de stressbal. Elke 10 seconden begin je opnieuw met tellen. De andere persoon telt mee en schrijft aan het einde van elke 10 seconden op hoe vaak er geknepen is.
- Ga door tot je 10 keer 10 seconden hebt geknepen in de stressbal.
- Teken daarna je resultaten in de staafdiagram. Voeg zelf een y-as toe.

Tips:

- ✓ Zorg dat jullie beiden de timer kunnen zien, zodat de persoon met de stressbal ook weer met 1 kan beginnen.
- ✓ Knijp goed (maar niet overdreven) in de stressbal, anders werkt het experiment niet.