

I. Was stimmt? Markieren Sie die richtige Variante!

1. Biorhythmus ist ...

- a) eine „innere Uhr“ von Lebewesen
- b) eine bio-mechanische Uhr
- c) eine Art Sonnenuhr

2. Ein Forscher beobachtete, wie eine Blume ihre Blüten morgens öffnete und abends schloss. Das war...

- a) im Jahr 1729
- b) im Jahr 1829
- c) im Jahr 1892

3. Als „Eulen“ bezeichnet man Menschen,

- a) die morgens sehr früh aufstehen
- b) die den ganzen Tag schläfrig sind
- c) die bis spät nachts aktiv sind

4. Jede einzelne Körperzelle hat ein zeitliches Programm. Das glauben die Wissenschaftler...

- a) an der Universität Moskau
- b) an der Universität München
- c) an der Universität Mannheim

II. Was ist richtig? Was ist falsch? Markieren Sie!

1. Ein französischer Forscher beobachtete eine Blume auf der Fensterbank.
2. Nur Pflanzen und Tiere haben eine biologische Uhr.
3. In den 80er Jahren wurden zahlreiche Untersuchungen durchgeführt.
4. Alle Zell-Uhren funktionieren in einem 24-Stunden-Rhythmus.
5. Wer viel durch die Welt reist oder lange in der Nacht arbeitet, der schadet seiner Gesundheit.
6. Bestimmte Heilungsprozesse laufen während der Nacht ab.
7. Nur am Tage bildet der Körper die Hormone, die zur Erneuerung der Zellen wichtig sind.
8. Es ist eine uralte Weisheit, dass wir auf unseren Körper hören sollen.

III. Beantworten Sie folgende Fragen!

1. Was ist Chronobiologie?
2. Wann bildet der Körper das Hormon Melatonin?
3. Welche Rolle spielt das Hormon Kortisol?
4. Was für Menschen gehören zum „Lerchen“-Typ?