

DE BIOLOGISCHE KLOK



BLOEMEN

Op een zonnige dag vliegen bijen, hommels en dagvlinders van bloem naar bloem. Elke plant laat zijn bloemen op eigen tijden van de dag open staan. sommige bloemen bloeien zelfs alleen 's nachts! Die worden door nachtvlinders en kevers bezocht.

1 Veel bloemen openen op een vast moment van de dag om insecten te lokken. Hoe komt dat?

Dat komt doordat de bloemen een biologische klok hebben.

NECTAR

Nectar is een zoet sapje dat in een bloem zit.

Het trekt bijen en vlinders aan. Het is hun voedsel.

Als in een gebied bloemen bloeien die op verschillende tijden open gaan, is er voor insecten heel de dag te eten!

2 Hoe laat is het nu?

Eigen antwoord

3 Verbind iedere bloem met de juiste naam.

4 Kruis aan in de tabel of de bloemen op dit moment open zijn.



Bloem	Open?
Vieruurbloem	Hangt
Paardenbloem	af
Madeliefje	van
Maanbloem	het
Teunisbloem	tijdstip
Blauwe winde	:)

VERWARRING

Als 's nachts veel licht op een plant of dier schijnt, raakt de biologische klok in de war! Bloemen gaan dan geuren terwijl insecten nog slapen. Of het insect gaat op zoek naar nectar terwijl de bloemen nog dicht zijn. Of jij... ligt lang wakker...

**5 Zie je lampen in de buurt van het bioklok tuintje?
Branden die lampen ook 's nachts?
Bedenk twee dingen die het hier voor planten en dieren
fijner kunnen maken!**

Voorbeeld 1: Het licht uit doen of minder fel zetten (dimmen).

Voorbeeld 2: Een sensor gebruiken, zodat het licht alleen aan gaat als het nodig is.

**6 Denk terug aan de
presentatie in de klas:
Welke twee andere
dingen kunnen je
biologische klok
verstoren?**

- 1. Door veel eerder of later te gaan eten dan normaal.*
- 2. Op onregelmatige tijden slapen. Bijvoorbeeld heel laat naar bed gaan.*

**7 Welk licht schijnt 's
avonds nog wel eens in
jouw ogen? Wat kan je
doen om dit te
voorkomen?**

Eigen antwoord.

*Voorbeeld: licht van
beeldscherm of lamp.*

Oplossing: uitzetten of dimmen.

**8 Hoe voel je je als jouw biologische klok in de war
raakt?**

Je kan je moe en chagrijnig voelen en moeite hebben met concentreren.



OCHTENDMENSEN EN AVONDMENSEN

Jouw biologische klok kan net iets anders lopen dan die van je klasgenootjes. Dat is normaal. Als je vaak vroeg wakker bent en vroeg gaat slapen dan ben je een ochtendmens. Als je juist laat wakker wordt en laat gaat slapen, dan ben je meer een avondmens.

9 Hoe laat val jij meestal in slaap?

Eigen antwoord

10 Hoe laat word jij meestal wakker als je vrij bent?

Eigen antwoord

11 Vergelijk de antwoorden met je klasgenootjes. Wat valt je op? Wie is er meer ochtendmens en wie meer avondmens?

Schrijf hun naam en die van jezelf in de afbeelding.

