



1. Berufsbeschreibung: Interessen zuordnen

Ordne die Beispiele im Kasten unten den Interessen zu, die Fitnesskaufleute haben sollten (manche Beispiele passen auch zu mehreren Interessen).

Sportangebote und -veranstaltungen planen – über die Wirkung von Kohlehydraten, Fetten, Ballaststoffen und Eiweiß Bescheid wissen – die neuesten Sportarten kennen – Geschäftsvorgänge bearbeiten – Probetraining für Neukunden durchführen – Werbemaßnahmen planen – Kundenwünsche aufnehmen – Ausgaben planen – Marketingkonzepte erarbeiten – Kunden beraten, wie sie abnehmen können – Verwaltungsarbeiten erledigen – Verträge bearbeiten – Beispielfunktion für Mitglieder erfüllen – Kalkulationen erstellen – neue Mitglieder gewinnen – die Funktion von Sportgeräten erklären können

Interesse an Büro- und Verwaltungsarbeiten

Interesse an Werbung / Marketing und Organisation

SPORT- UND FITNESSKAUFMANN

Interesse an Ernährungs- und Gesundheitsfragen

Interesse an Beratung

Interesse an Sport



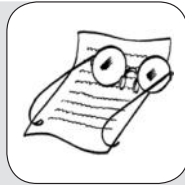


3. Problem Fettleibigkeit: Plakat erstellen

Dein Fitnessstudio will auf das Problem Fettleibigkeit aufmerksam machen. Lies zunächst den unten stehenden Text und erstelle dann mithilfe weiterer Informationen (z. B. aus dem Internet) ein Plakat, das dieses Thema beschreibt (z. B. hinsichtlich Ursachen, Folgen, Kosten und möglichen Lösungswegen).

Experten warnen vor Fettleibigkeit als Seuche

Überernährung wird mehr und mehr zum globalen Problem – die Zahl der Übergewichtigen steigt weltweit drastisch an. In Deutschland gilt mittlerweile mehr als die Hälfte aller Erwachsenen als übergewichtig. Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Gelenkschäden sind typische Folgeerkrankungen von Fettleibigkeit. Die Betroffenen sind außerdem viel anfälliger für psychische Krankheiten, wie zum Beispiel Depressionen. Mediziner und Versicherungsexperten prophezeien einen Kollaps des Gesundheitswesens. Fettleibigkeit und die daraus resultierenden Folgeerkrankungen verursachen mindestens 10% der gesamten Gesundheitskosten. Im Jahr 2010 wurden die entstandenen Kosten auf mindestens 17 Milliarden Euro geschätzt. Mittlerweile sind Experten sich sicher, dass die jährlichen Ausgaben in Deutschland bis 2020 auf mindestens 25,7 Milliarden Euro steigen werden – ein Anstieg um mehr als 50%! Ursache ist meist eine Kombination aus genetischer Veranlagung und ungesundem Lebensstil. Falsche Ernährung und Mangel an Bewegung treffen hier häufig aufeinander. Dazu kommen noch sogenannte soziokulturelle Faktoren: sitzende Tätigkeit, wenig Bewegung, passive Freizeit, Warenüberangebot, Essen als Ersatz für persönliche Zuwendung, negative Vorbilder (wie beispielsweise die Eltern), zu viel Fastfood.



© kwanchaichaudom / Fotolia



4. Den BMI mündlich erläutern

Eine Besucherin des Fitnessstudios, in dem du dein Praktikum absolvierst, möchte von dir wissen, was eigentlich dieser BMI bedeutet.

Ergänze den folgenden Lückentext, lies ihn mehrmals durch, versuche ihn zu verstehen und gib dann mit eigenen Worten den Inhalt wieder.



Problem – Body-Mass-Index – Gefährdung – Körpergewichts (2 x) – Richtwert – Trend – obere Wert – exakter – Muskelgewebe – Maßzahl

„BMI“ steht für _____, eine Maßzahl für die Bewertung des _____. Da Übergewicht ein zunehmendes _____ darstellt, wird diese Zahl vor allem dazu verwendet, auf diese _____ hinzuweisen. Der BMI gibt lediglich einen groben _____ an; er ist kein wissenschaftlich _____ Wert, da er die Statur eines Menschen und die individuell verschiedene Zusammensetzung des _____ aus Fett- und _____ nicht exakt berücksichtigen kann. Trotzdem kann mit dem BMI zumindest ein _____ erkannt werden, wenn man davon ausgeht, dass der akzeptable untere Wert bei 19/20 und der _____ bei 25/26 liegt. Berechnet wird der BMI, indem man das Körpergewicht (in kg) durch das Quadrat der Körpergröße (in m) dividiert. So hat eine Person mit einer Körpergröße von 1,70 m und einem Gewicht von 70 kg eine _____ von $70 : 1,7^2 = 70 : 2,89 \approx 24$ und liegt an der oberen Grenze, aber noch im normalen Bereich.