

6BG	Klasse 10	LPE 12	Fach ESG
-----	-----------	--------	----------

M12: Gruppenarbeit zum Thema Übergewicht

Aufgabe 1:

Bild einer übergewichtigen Person

- 1) Überlege anhand der Karikatur, welche gesundheitlichen Folgen Übergewicht auf die Knochen und Gelenke haben könnte.
- 2) Schreibe bitte stichwortartig Deine Ergebnisse auf.

Aufgabe 2:

Lesen Sie den Bericht von Frau Schmidt sorgfältig durch und beantworten Sie stichwortartig folgende Fragen:

- a) Welche Störungen traten bei Frau Schmidt auf?
- b) Welche Krankheiten können dadurch begünstigt werden?

Frau Schmidt berichtet:

Eigentlich habe ich schon immer gerne und viel gegessen. Meine Familie hat ja auch immer meine Kochkunst gelobt! Wir haben viel Fleisch- und Eigerichte mit gehaltvoller Soße gegessen. Ein Gemüse- und Obstfan bin ich schon seit meiner Kindheit nicht gewesen. Auch Kuchen und Kekse esse ich sehr gerne. Mein Lieblingssessen war aber dick Butter auf frischgebackenem Brot. Um meine Gesundheit habe ich mir nie Sorgen gemacht. Bei einer Routineuntersuchung wurden dann meine Blutfettwerte bestimmt.

Das Ergebnis hat mich total erschreckt. Herr Dr. Helm teilte mir mit, dass meine Blutfettwerte stark erhöht seien. Er riet mir sofort, meine Ernährung umzustellen und auch abzunehmen.

Angeblich fördern hohe Blutfettwerte u. a. die Entstehung eines Herzinfarktes oder einer Arterienverkalkung (Arteriosklerose). Seitdem versuche ich, mich mit mehr Obst, Gemüse und Vollkornprodukten zu ernähren. Beim Verzehr von Fleisch, Fleischprodukten sowie Eiern bin ich vorsichtiger geworden. Dafür kommt jetzt bei uns öfters mal Fisch auf den Tisch ...

Aufgabe 3:

Lesen Sie die Geschichte von Wilhelm Busch „Der neidische Handwerksbursch“ und den Bericht von D. E. Boch sorgfältig durch und beantworten Sie stichwortartig folgende Fragen:

- a) Welche Krankheit wird bei beiden Geschichten beschrieben?
- b) Beschreibe die mögliche Entstehung dieser Krankheit?
- c) Ermittle die Folgen dieser Krankheit.

Bericht von D. E. Boch aus dem Jahre 1878:

Gewöhnlich kommt Gicht bei übermäßigem Genuss von Fleisch und dergleichen bei sitzender Tätigkeit und reichlichen Genuss starker spirituöser Getränke vor, deshalb in der Regel bei wohlhabenden Gutessern. Im Blut findet sich bei Gicht widernatürliche Menge von Harnsäure. Vorzüglich gern nachts erscheinen Anfälle von heftigen Schmerzen in Begleitung mit Röte, Geschwulst und Hitze. Der Sitz ist in der Regel vorzugsweise in der großen Zehe.

6BG	Klasse 10	LPE 12	Fach ESG
-----	-----------	--------	----------

M12: Gruppenarbeit zum Thema Übergewicht

Aufgabe 4:

Lesen Sie den Text sorgfältig durch und beantworten stichwortartig folgende Fragen:

- Warum treiben Übergewichtige so ungern Sport bzw. leiden unter Bewegungsarmut?
- Mache Vorschläge, welche Sportarten für Übergewichtige geeignet sind?

Text:

Nehmen wir an, Sie müssten eine Einkaufstasche mit einem Gewicht von 20 kg in Ihre Wohnung im fünften Stock schleppen.
 Sie wären sicherlich froh, wenn Sie sie dort abstellen könnten.
 Übergewicht kann man nicht „abstellen“, man schleppt es oft jahrelang mit sich herum.
 Zum Übergewicht gesellt sich oft noch ein weiterer Risikofaktor dazu: Bewegungsarmut.
 Körperliche Bewegung unterstützt die Gewichtsabnahme und sorgt für körperliches als auch seelisches Wohlbefinden.

Aufgabe 5:

Lesen Sie den Text sorgfältig durch und beantworten stichwortartig folgende Fragen:

- Welche Krankheit wird im Text beschrieben?
- Welche Folgen können bei dieser Krankheit auftreten?

Text:

Schon ein Anstieg des Body-Mass-Index von 23 auf über 29 erhöht das Risiko für eine Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus Typ-II) auf das Sechsfache.
 Voraussetzung für einen Typ-II-Diabetes ist zwar eine erbliche Veranlagung; ob die Krankheit ausbricht, hängt von der Lebensweise ab. Übergewicht kann zur Insulinresistenz (Unempfindlichkeit der Gewebe gegenüber Insulin) führen und so die Blutzuckerwerte in die Höhe treiben.

Aufgabe 6:

Bild eines übergewichtigen Jugendlichen

- Beschreibe das Aussehen dieses Jugendlichen. Wie mag sich der Betroffene in dieser Situation fühlen? Notiere stichwortartig Deine Eindrücke.
- Überlege in der Gruppe, wie übergewichtige Menschen in unserer Gesellschaft häufig behandelt werden. Schreibe bitte stichwortartig Deine Ergebnisse auf.