

Musterklausur Ernährungscoach

Grundlagen und Trends des Gewichtscoachings
Professionelles Gewichtscoaching
Ernährungscoaching für spezielle Zielgruppen
Lebensmittellehre

Datum: _____

Hinweise für die Klausurteilnehmer

1. Die Klausur besteht aus zwei Teilen:
Teil A enthält in der Regel **programmierte Aufgaben**, die Sie bitte direkt auf dem Aufgabenblatt beantworten.
Teil B enthält in der Regel **Fragen mit freier Beantwortung**, die Sie bitte auf den ausgeteilten Blättern (stichwortartig) beantworten.
2. Die maximal zu erreichende Punktzahl ist bei jeder Aufgabe angegeben.
3. Denken Sie daran, dass Sie **zwei Stunden** Zeit für die Bearbeitung der Klausur haben.
Gehen Sie bitte dementsprechend ruhig und gelassen an die Aufgaben heran.

Das IST-Team wünscht Ihnen viel Erfolg!

Interne Korrekturvermerke:

Punkte	SOLL	IST	Bestanden	<input type="checkbox"/>
Teil A	25		Nicht bestanden	<input type="checkbox"/>
Teil B	75		Datum	_____
Gesamt	100		Korrektor	_____
Prozent	100 %		Endnote	_____

Der **Teil A** enthält die Aufgaben 1–2 mit **Multiple-Choice-Fragestellungen**. Für Ihre Lösungen haben wir eine separate Spalte auf der rechten Seite vorgesehen.

Aufgabe 1	2 Punkte	
<p>Als Ernährungscoach kennen Sie sich mit der Definition, Klassifikation und Häufigkeit von Übergewicht und Adipositas aus.</p> <p>Tragen Sie nachfolgend eine</p> <p>(1) ein, wenn die Aussage richtig ist, (9) ein, wenn die Aussage falsch ist.</p>	Lösung	Punkte
a) Adipositas bezeichnet ein oberhalb der Alters- und Geschlechternormen liegendes Körpergewicht.		0,5
b) Der BMI ist ein Gewicht-Längen-Index, der das Maß des Körpergewichts um die Körpergröße korrigiert.		0,5
c) In Deutschland geht man davon aus, dass ca. 50 % aller Schulkinder und Jugendlichen als übergewichtig eingestuft werden müssen.		0,5
d) Die BIA ist eine elektrische Widerstandsmessung am menschlichen Körper, die Aussagen über die Körperzusammensetzung liefert.		0,5

Aufgabe 2	2 Punkte	
<p>Welche Empfehlungen bezüglich einer cholesterinbewussten Ernährung können Sie als Ernährungscoach unterstreichen?</p> <p>Tragen Sie nachfolgend eine</p> <p>(1) ein, wenn die Aussage richtig ist, (9) ein, wenn die Aussage falsch ist.</p>	Lösung	Punkte
a) Lebensmittel tierischer Herkunft sollten nur in Maßen verzehrt werden.		0,5
b) Durch Vollkornprodukte, Obst und Gemüse kann der Cholesterinspiegel im Blut gesenkt werden.		0,5
c) Lebensmittel mit gehärteten Fetten dürfen häufig verzehrt werden.		0,5
d) Laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung sollte die tägliche Aufnahme von maximal 500 mg Cholesterin nicht überschritten werden.		0,5

Der **Teil B** enthält die Aufgaben 3–4 mit **offenen Fragestellungen**. Die Lösungen schreiben Sie bitte auf die ausgeteilten Blätter und nicht in den Klausurbogen.

Aufgabe 3 Gisela K. ist 1,65 m groß und wiegt 90 kg. Errechnen Sie den BMI-Wert mithilfe der richtigen Formel und bewerten Sie stichwortartig das Ergebnis.	6 Punkte
--	-----------------

Aufgabe 4 Welche Behandlungsstrategie wird bei einer Adipositas therapie vorgeschlagen? Stellen Sie die Abfolge der Strategie stichwortartig dar.	6 Punkte
---	-----------------