

Arbeitsblatt zum Thema "Fettleibigkeit"

kostenloser Download von <https://unterricht.schule>

Aufgabenstellung:

1. Fülle die Lücken mit den richtigen Wörtern aus!
2. Scanne den QR-Code zur Kontrolle!
3. Schreibe den Text in dein Heft ab!
4. Formuliere die Inhalte des Textes selbst!
Nutze dazu alle Lückenwörter!



Fettleibigkeit bedeutet, dass eine _____ sehr dick ist. Das nennt man auch übergewichtig. Ein anderer Ausdruck ist _____, was vom lateinischen Wort adeps für „Fett“ kommt.

Fettleibigkeit kann zwei _____ haben: Sie kann entstehen, wenn man sich schlecht ernährt oder sie kann auch vererbt werden. Viele _____, die fettleibig sind, haben auch gesundheitliche _____. Zum Beispiel bekommen sie Diabetes, Herzerkrankungen oder _____. Man kann Fettleibigkeit mit einer Formel berechnen. Diese nennt sich _____. Ab einem Body-Mass-Index über 30 ist man extrem übergewichtig.

Bei einer _____ können die Menschen nichts für ihre Fettleibigkeit. Ihr _____ speichert mehr Fett aus der _____ als bei den gesunden Menschen. Die betroffenen Menschen müssen deswegen noch mehr _____ treiben und auf ihre Ernährung achten, um das _____ zu verbrauchen.

In den meisten Fällen sind Menschen fettleibig, weil sie sich nicht gesund ernähren und sich zu wenig bewegen. Beispielsweise sind in Fast-Food-Produkten und in den meisten süßen _____ viel Zucker und ungesunde Kalorien, die dick machen. Nach dem _____ fühlt man sich schnell wieder hungrig und schlapp. Außerdem ist es nicht gut, wenn man viel sitzt und liegt, weil man dann keine _____ verbrennt. Das Fett kann dann nicht verbraucht werden.

Bei einem extremen _____ kann man andere Krankheiten eher bekommen als gesunde Menschen: zum Beispiel Bluthochdruck, _____, Arthrose oder Herzerkrankungen. Man wird schnell müde und kommt aus der _____, wenn man nur die Treppe hochgeht oder kurz rennt. Man ist nicht mehr so beweglich und hat oft _____ in der Wirbelsäule, Hüfte und den Knien.

Bluthochdruck Ursachen Menschen Nahrung Puste Probleme Fett Adipositas
Diabetes Body-Mass-Index Essen Körper Vererbung Sport Getränken Schmerzen
Person Übergewicht Kalorien

Quellenangabe:

Artikel: Fettleibigkeit (von Christian van Zwamen, Ziko van Dijk, Anna Möllmann u.a.) - dort unter der Lizenz CC-BY-SA
<https://klexikon.zum.de/index.php> (<https://klexikon.zum.de/index.php?title=Fettleibigkeit&oldid=55037>)