

## Einleitungsbericht

### Auswahl des Themas

Für einen langen Zeitraum in der Menschheitsgeschichte gab es nicht genug Nahrungsmittel für alle. Heute hat sich die Situation umgekehrt und wir haben beinahe jedes Nahrungsmittel in unbegrenztem Umfang zu jeder Zeit verfügbar. Allerdings ernähren sich viele Menschen von ungesunden Lebensmitteln und betreiben wenig Sport. Dadurch entstehen viele „Volkskrankheiten“, welche sich durch eine ausgewogene Nährstoffzufuhr und einen dazu passenden Trainingsplan vermeiden ließen.

Durch unseren „online-Nahrungsmittelkonfigurator“ erhält jeder Benutzer die für ihn optimale Mischung an Nahrungsergänzungsmitteln sowie den dazu passenden Trainingsplan.

### Persönliche Beziehung und persönliche Motivation

Durch mein chronisches Asthma war ich jahrelang stark eingeschränkt und konnte durch diverse Allergien nur sehr wenige Nahrungsmittel zu mir nehmen. Im Laufe der Jahre und durch eine passende Therapie haben sich diese Beschwerden fast aufgelöst. Als ich endlich ein breites Spektrum an Aktivitäten durchführen konnte und auch fast alles Essen konnte, hat sich nicht nur meine Gesundheit verbessert, ich wurde auch glücklicher.

Umso unglücklicher macht es mich, dass viele Menschen die Möglichkeit einer gesunden Ernährung in Verbindung mit Sport nicht nutzen. Diese Situation möchte ich verbessern.

### Welche Fragestellung oder welches Ziel verfolgt die Themenbearbeitung?

#### Hauptziel:

Wie kann man einem Benutzer eine individuelle Zufuhr an Nahrungsergänzungsmitteln in Verbindung mit einem guten Trainingsplan zur Verfügung stellen?

#### Nebenziele:

Zusätzlich sollen meine Kenntnisse in den Techniken der Gruppenarbeit verbessert werden. Dazu gehören unter anderem Teambuilding, Vorgehensmodelle, Reviews, offene Kommunikation sowie das Erkennen der eigenen Stärken und Schwächen.

Aus fachlicher Sicht, sollen meine erworbenen theoretischen Kenntnisse der Fächer der letzten Semester praktisch angewendet werden. Zur Umsetzung soll die Handhabung von gängigen Programmen der Modellierung erlernt und umgesetzt werden.

Aus Organisatorischer Sicht soll das Zeitmanagement und die Strukturierung der eigenen Arbeit verbessert werden.

### Wie tragen die benötigten Fertigkeiten zum Lernerfolg bei?

Neben der Vertiefung der fachlichen Kenntnisse verbessert man seine Fertigkeiten in Planung, Analyse, Organisation und Teamarbeit.