

# Heinrich Böll-Gesamtschule Köln



## Schulinterner Lehrplan – Arbeitslehre Hauswirtschaft

(Stand: März 2016)

# Inhaltsverzeichnis

1. Präambel.....	4
2. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit .....	4
2.1 Das Fach Hauswirtschaft im schulischen Kontext/Stellenwert.....	4
Das Fach Hauswirtschaft wird im 5. und 10. Jahrgang zweistündig sowie im Wahlpflichtbereich (6. -10. Jahrgang) dreistündig unterrichtet. Zur Berufsvorbereitung werden zweistündige Zertifikatskurse im 8. und 9. Jahrgang angeboten.....	4
2.2 Räumliche Ausstattung.....	4
2.3 Grundsätze der Unterrichtsorganisation .....	4
2.4 Fächerübergreifender/ fächervernetzender Unterricht.....	4
2.5 Kooperationen mit außerschulischen Partnern/ Teilnahme an Wettbewerben .....	4
3. Entscheidungen zum Unterricht .....	5
3.1 Unterrichtsmethoden und -organisation in heterogenen Lerngruppen .....	5
3.2 Lernmaterialien und Medienkonzept.....	5
3.3 Berufsvorbereitung im Fach Hauswirtschaft.....	5
3.4 Sprachsensibler Unterricht .....	5
4. Leistungsbewertung im Fach Hauswirtschaft .....	6
4.1 Allgemeine Grundsätze der Leistungsbewertung.....	6
4.2 Leistungsbewertung in der Sek. I.....	6
4.2.1 Vereinbarungen zur „Sonstigen Mitarbeit“ .....	6
4.2.2 Vereinbarungen zum Notenschlüssel von Klassenarbeiten .....	6
5. Themengebundene kompetenzorientierte Unterrichtsvorhaben in den Jahrgängen .....	7
5.1 Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben Kernunterricht.....	7
5.1.1 Jahrgangsstufe 5 (1 Halbjahr).....	7
5.1.2 Jahrgangsstufe 10 .....	9
5.2 Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben Wahlpflichtunterricht.....	14
5.2.1 Jahrgangsstufe 6.1 / 6.2 / 7.1 (1 Halbjahr).....	14
5.2.2 Jahrgangsstufe 7.2 (1 Halbjahr/ nach der Wahl des Schwerpunktes).....	16
5.2.3 Jahrgangsstufe 8 .....	19

5.2.4 Jahrgangsstufe 9 .....	22
5.2.5 Jahrgangsstufe 10 .....	25

# **1. Präambel**

Die Heinrich-Böll-Gesamtschule wurde im Jahr 1975 gegründet und befindet sich im Stadtteil Köln-Chorweiler. Der Stadtteil ist geprägt durch eine heterogene Sozialstruktur.

Die achtzügige Schule wird im Schuljahr 2015/16 von 1670 Schülerinnen und Schülern der Jahrgangsstufen fünf bis dreizehn besucht.

## **2. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit**

### **2.1 Das Fach Hauswirtschaft im schulischen Kontext/Stellenwert**

Die achtzügige Gesamtschule liegt im Stadtteil Köln Chorweiler. Der Einzugsbereich wird von vielen Familien mit Migrationshintergrund bewohnt. In der Sekundarstufe I haben die Klassen in der Regel 28-30 Schülerinnen und Schüler. Die Klassen mit integrativem Förderbedarf haben 25 Schülerinnen und Schüler.

Das Fach Hauswirtschaft wird im 5. und 10. Jahrgang zweistündig sowie im Wahlpflichtbereich (6. -10. Jahrgang) dreistündig unterrichtet. Zur Berufsvorbereitung werden zweistündige Zertifikatskurse im 8. und 9. Jahrgang angeboten.

### **2.2 Räumliche Ausstattung**

Die Lehrküchen B007 und B013 bestehen aus maximal 16 Arbeitsplätzen, von denen jeweils vier zu einer Küchenkoje zusammengefasst sind. Die Küchenkojen sind für vier Personen ausreichend ausgestattet. In beiden Lehrküchen ist zudem eine Lehrerkoje vorhanden, die mit einer handelsüblichen Haushaltsspülmaschine ausgestattet ist.

An beide Lehrküchen sind jeweils ein zusätzlicher Garderobenraum und ein Hauswirtschaftsraum angegliedert. Pro Hauswirtschaftsraum stehen außerdem eine Waschmaschine und ein Trockner zur Verfügung.

Von den Kojen zum Essbereich besteht eine Sichtverbindung.

### **2.3 Grundsätze der Unterrichtsorganisation**

Im 5. Jahrgang werden die Klassen geteilt und im halbjährlichen Wechsel in Hauswirtschaft und Technik unterrichtet. Aus räumlichen und sicherheitsrelevanten Gesichtspunkten ist eine Gruppenstärke von 16 Schülern und Schülerinnen nicht zu überschreiten.

In Inklusionsklassen muss die Doppelbesetzung durch einen Sonderpädagogen gewährleistet sein.

### **2.4 Fächerübergreifender/ fächervernetzender Unterricht**

Das Fach Hauswirtschaft ist dem Lernbereich Arbeitslehre zugeordnet. Der Unterricht findet in Kooperation mit den ebenfalls zum Lernbereich Arbeitslehre zugeordneten Fächern Technik und Wirtschaft sowie mit dem Fach Naturwissenschaften statt.

### **2.5 Kooperationen mit außerschulischen Partnern/ Teilnahme an Wettbewerben**

Die Gesamtschule arbeitet mit externen Partnern zusammen, die auch über das Berufsorientierungsbüro betreut werden. Für das Fach Hauswirtschaft ist es die Konditorei Rieger. Der Firmeninhaber ist sehr kooperativ und bringt sich aktiv in den Unterricht mit ein.

An der Schule wird eine Praxisstation zur Berufsorientierung angeboten. Das „Schülerrestaurant“ wird betreut durch einen ausgebildeten Koch ( Manfred Hahne) und eine Lehrkraft der Schule. Herr Hahne ist Mitarbeiter bei ConAktion e.V. und auch hier besteht eine enge Zusammenarbeit mit dem Berufsorientierungsbüro.

In der Vergangenheit wurde an Wettbewerben teilgenommen und die Angebote werden auf ihre Umsetzbarkeit geprüft. Die Entscheidung treffen die Fachkollegen.

### **3. Entscheidungen zum Unterricht**

#### **3.1 Unterrichtsmethoden und -organisation in heterogenen Lerngruppen**

Im Unterricht werden für die praktische Arbeit folgende Diagnoseverfahren eingesetzt:

- 5. Klasse: „Lustiger Brotfisch“
- Alle Jahrgänge: „Angebotstheke: Meine Assoziationen zum Hauswirtschaftsunterricht“

#### **3.2 Lernmaterialien und Medienkonzept**

Da die Gesamtschule schon seit vielen Jahren die grundlegende Bedeutung von Medien für die erfolgreiche und aktive Teilhabe am gesellschaftlichen Leben erkannt hat, sind in der Vergangenheit viele Voraussetzungen geschaffen worden, dieser Bedeutung im Unterricht gerecht zu werden. Hierzu gehört die Schaffung adäquater Rahmenbedingungen. Im Fachbereich Arbeitslehre / Hauswirtschaft wird mit folgenden Medien gearbeitet:

- Fachbücher für die Jahrgänge
- PC in der Lehrküche
- Overhead-Projektor

Zur Veranschaulichung bestimmter Arbeitsprozesse und Arbeitsverfahren werden Lehrfilme, Filmsequenzen und Bilder mittels PC und Beamer präsentiert. PowerPoint Präsentationen dienen zur Erläuterung von bestimmten Arbeitstechniken und unterstützen Schülervorträge.

#### **3.3 Berufsvorbereitung im Fach Hauswirtschaft**

Das Fach Hauswirtschaft trägt dazu bei, dass Schülerrinnen und Schüler vielfältige Aufgaben der Arbeit in Haushalt und Beruf möglichst selbstständig planen, organisieren, ausführen und reflektieren.

Der Unterricht stärkt die Schülerrinnen und Schüler mit Blick auf einen gelingenden Übergang von der Schule in die Arbeits- und Berufswelt.

Siehe auch Punkt 2.5

Zur Berufsvorbereitung werden zwei Zertifikatskurse im 8. und 9. Jahrgang angeboten.

#### **3.4 Sprachsensibler Unterricht**

Sprachliches Lernen und fachliches Lernen sind untrennbar miteinander verbunden und finden daher auch im Hauswirtschaftsunterricht statt. Ein sprachsensibler Fachunterricht sichert nicht nur die Voraussetzung für das fachliche Lernen. Es werden auf diesem Wege auch notwendige Voraussetzungen sowohl für eine qualifizierende berufliche Ausbildung bzw.

die Fortsetzung vollzeitlicher schulischer Bildungsgänge als auch für die Teilhabe am kulturellen, sozialen und politischen Leben und die umfassende Nutzung des Medienangebotes geschaffen.<sup>1</sup>

## **4. Leistungsbewertung im Fach Hauswirtschaft**

Die Fachkonferenz vereinbart ein Konzept zur Leistungsbewertung auf der Grundlage des Kernlehrplans 2013, in welchem festgelegt ist, welche Grundsätze und Formen der Leistungsmessung und Leistungsbewertung verbindlich in den jeweiligen Jahrgangsstufen gelten bzw. zu erbringen sind. Sie stellt dadurch die Vergleichbarkeit der Anforderungen innerhalb einzelner Jahrgangsstufen und Schulstufen sicher.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei am spezifischen Lernvermögen, an den im Lehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen und den Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens.

### **4.1 Allgemeine Grundsätze der Leistungsbewertung**

### **4.2 Leistungsbewertung in der Sek. I**

#### **4.2.1 Vereinbarungen zur „Sonstigen Mitarbeit“**

Zur Ermittlung der Note zur sonstigen Mitarbeit werden folgende Beurteilungsmaterialien herangezogen:

- Gruppenbeurteilungsbögen für die praktische Arbeit
- Beurteilungsbögen zur Bewertung des Hefers
- Beurteilungsbögen für die mündliche Mitarbeit

#### **4.2.2 Vereinbarungen zum Notenschlüssel von Klassenarbeiten**

Der unten aufgeführte Notenschlüssel ist von einer Lehrerkonferenz genehmigt und die Fachkollegen arbeiten mit selbigem seit Jahren:

Notenschlüssel bei niederen Leistungsanforderungen

Prozente	0-19	20-39	40-54	55-69	70-84	85-100
Noten	6	5	4	3	2	1

Notenschlüssel bei gehobenen Leistungsanforderungen

Prozente	0-14	15-29	30-46	47-64	65-82	83-100
Noten	6	5	4	3	2	1

---

<sup>1</sup> Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen, 2013, S. 12

## 5. Themengebundene kompetenzorientierte Unterrichtsvorhaben in den Jahrgängen

### 5.1 Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben Kernunterricht

#### 5.1.1 Jahrgangsstufe 5 (1 Halbjahr)

##### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** *Einführung in das Fach Hauswirtschaft*

##### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- benennen Einrichtungen, Funktionsbereiche, Arbeitsmittel und -geräte in der Schulküche
- erklären sicherheitsrelevante Aspekte in der Schulküche sowie den sicheren Umgang mit Arbeitsmitteln bei der Nahrungszubereitung
- bewerten das eigene Arbeitsverhalten sowie körpernahe Gegenstände (u.a. Kleidung, Schmuck) im Hinblick auf potenzielle Gefährdungen
- erläutern Maßnahmen zur persönlichen Hygiene sowie zur Arbeitsplatz- und Lebensmittelhygiene
- analysieren einfache Fallbeispiele aus dem Alltag
- berücksichtigen situationsgerecht grundlegende Sicherheits- und Hygieneregeln bei der praxisgeleiteten Arbeit in der Schulküche
- erläutern und berücksichtigen situationsgerecht arbeitsorganisatorische Voraussetzungen
- erstellen gruppenintern einen Ämterplan (arbeitsteiliges Planen und Organisieren von Arbeitsschritten) und setzen ihn im praxisgeleiteten Unterricht um
- arbeiten im Team
- reflektieren Verantwortungsübernahme und Zusammenarbeit in den Lerngruppen
- erläutern die Handhabung eingesetzter Nahrungsmittel, Arbeitsgeräte und -mittel
- lesen und verstehen Rezepte und setzen sie sachgerecht im praxisgeleiteten Unterricht um
- entnehmen Einzelmaterialeien niedriger Strukturiertheit fragenrelevante Informationen
- be- und verarbeiten einfach handhabbare Lebensmittel und beherrschen Grundtechniken der Nahrungszubereitung
- bedienen und reinigen Arbeitsgeräte und -mittel sachgerecht
- entsorgen Wertstoffe entsprechend der regionalen gesetzlichen Vorgaben und den schulischen Gegebenheiten

**Inhaltsfelder:** KLP IF 1a (Ernährungsphysiologische und gesundheitliche Aspekte der Nahrungszubereitung)

##### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Schulküchen und ihre Einrichtung:
  - Küchenrallye
  - Regeln in der Schulküche
  - Sicherheitsregeln und Unfallgefahren

- Personen-, Arbeitsplatz- und Lebensmittelhygiene:
  - Hygieneregeln
  - Spülen
- Arbeitsplanung und -organisation in der Schulküche:
  - Arbeitsplatzgestaltung
  - Ämterplan
  - Rezeptsprache
- Sachgerechter Umgang mit Arbeitsmitteln und -geräten:
  - Einsatz von Messern (Schneidetechniken)
  - Küchenwaage, Messbecher, Litermaß, Löffelmaß, Messermaß
  - Handrührgerät
  - Herd
  - Backofen
- Nahrungszubereitung:
  - Speisen und Gerichte unter Berücksichtigung der sachgerechten Nutzung von Arbeitsmitteln und -geräten
- Entsorgung von Produkten und Produktverpackungen in der Schulküche
  - Mülltrennung in der Schulküche

### Unterrichtsvorhaben II:

**Thema:** *Ausgewogene Mahlzeiten – (k)ein Problem!*

#### **Zu entwickelnde Sachkompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- beschreiben die eigenen Ernährungsgewohnheiten (machen sich ihre Nahrungsvorlieben und –abneigungen bewusst)
- können einfache Gerichte zubereiten, den Geschmack erproben und für sich beurteilen
- erläutern Möglichkeiten den Tisch alltags- und situationsgerecht einzudecken
- benennen Tischmanieren und wenden sie an

**Inhaltsfelder:** KLP IF 1a (Ernährungsphysiologische & gesundheitliche Aspekte der Nahrungszubereitung), KLP IF 2 (Alltagsvorstellungen zu Essen & Ernährung)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Nahrungszubereitung:
  - Speisen und Gerichte, die einer ausgewogenen Ernährung entsprechen
- Essbiografie
  - Ess- und Trinkgewohnheiten
- Esskultur
  - Tischmanieren



## 5.1.2 Jahrgangsstufe 10

### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** *Arbeiten im Betrieb?/ Arbeiten im privaten Haushalt? – aber sicher!*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- erklären sicherheitsrelevante Aspekte in der Schulküche sowie den sicheren Umgang mit Arbeitsmitteln bei der Nahrungszubereitung.
- benennen Gefahrenquellen im privaten Haushalt und erläutern deren Vermeidungsmöglichkeiten.
- analysieren durch konkrete Arbeitsaufträge angeleitet komplexere kontinuierliche Texte
- beschreiben komplexere fachspezifische Sachverhalte sprachlich angemessen unter Verwendung relevanter Fachbegriffe
- erklären Maßnahmen zum hygienischen Umgang mit Lebensmitteln im Betrieb.
- erläutern Maßnahmen zur persönlichen Hygiene sowie zur Arbeitsplatz- und Lebensmittelhygiene.
- berücksichtigen situationsgerecht grundlegende Sicherheits- und Hygieneregeln bei der praxisgeleiteten Arbeit in der Schulküche.
- erläutern und berücksichtigen situationsgerecht arbeitsorganisatorische Voraussetzungen.
- erstellen gruppenintern einen Ämterplan (arbeitsteiliges Planen und Organisieren von Arbeitsschritten) und setzen ihn im praxisgeleiteten Unterricht um.
- arbeiten im Team.
- reflektieren Verantwortungsübernahme und Zusammenarbeit in den Lerngruppen.
- erläutern die Handhabung eingesetzter Nahrungsmittel, Arbeitsgeräte und -mittel.
- lesen und verstehen Rezepte und setzen sie sachgerecht im praxisgeleiteten Unterricht um.
- beherrschen Grundtechniken der Nahrungszubereitung.
- entscheiden über die Reihenfolge von Arbeitsschritten und begründen ihre Entscheidung.
- bedienen und reinigen Arbeitsgeräte und -mittel sachgerecht.
- entsorgen Wertstoffe entsprechend der regionalen gesetzlichen Vorgaben und den schulischen Gegebenheiten.

**Inhaltsfelder:** KLP IF 1c (Ernährungsphysiologische und gesundheitliche Aspekte der Nahrungszubereitung)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Sicherheit im privaten Haushalt:
  - Regeln in der Küche
  - Sicherheitsregeln und Unfallgefahren
- Hygiene im Betrieb:
  - Personen-, Arbeitsplatz- und Lebensmittelhygiene
  - Spülen
- Arbeitsplanung und -organisation im privaten Haushalt:
  - Arbeitsplatzgestaltung

- Ämterplan
- Rezeptsprache
- Sachgerechter Umgang mit Arbeitsmitteln und -geräten:
  - Einsatz von Messern (Schneidetechniken)
  - Küchenwaage, Messbecher, Litermaß, Löffelmaß, Messermaß
  - Handrührgerät
  - Küchenmaschine
  - Herd
  - Backofen
- Entsorgung von Produkten und Produktverpackungen im privaten Haushalt:
  - Mülltrennung im privaten Haushalt

### Unterrichtsvorhaben II:

**Thema:** *Jeder is(s)t anders*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- beschreiben die eigenen Ernährungsgewohnheiten (machen sich ihre Nahrungsvorlieben und –abneigungen bewusst)
- kennen, identifizieren und verstehen soziokulturelle und historische Einflussfaktoren auf unterschiedliche Formen des Essverhaltens
- analysieren und reflektieren soziale, religiöse, historische und familiäre Einflussfaktoren, Alltagsvorstellungen und -theorien zur Bedeutung von Essen und Mahlzeitengestaltung sowie auch Normen und Regeln im Bereich Ernährung
- benennen geographische und historische Einflussfaktoren und erläutern deren Bedeutung für kulturell unterschiedliche Essgewohnheiten
- verstehen und reflektieren die Wirkung und Bedeutung der Einflussfaktoren auf die eigene Essbiografie und die „Gewordenheit“ des eigenen Essverhaltens
- entwickeln auf dieser Grundlage situationsgerechte Handlungsalternativen und nutzen diese für die bewusste Gestaltung der eigenen Essbiografie
- führen ein Ess- und Trinkprotokoll und werten dieses anhand von vorgegebenen Kriterien aus
- beurteilen das eigene Ernährungsverhalten aufgrund von Informationen über eine gesundheitsförderliche Ernährung
- beurteilen unterschiedliche Ess- und Tischsitten sowie deren Veränderbarkeit unter Berücksichtigung soziokultureller Bedingungen und religiöser Gepflogenheiten
- präsentieren Speisen und Gerichte unter ästhetischen und funktionalen Gesichtspunkten

**Inhaltsfelder:** IF 1b (Ernährungsphysiologische und gesundheitliche Aspekte der Nahrungszubereitung), IF 3 (Ernährung und Esskultur)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten:
  - Geschichte
  - Kultur
  - Familie, Freunde, Schule
  - Körper und Seele

- Medien und Werbung
- Lebensstil
- Wirtschaft und Geografie
- Esskultur:
  - Ernährungsgewohnheiten und Ernährungsformen verschiedener regionaler, kultureller und religiöser Gruppen
  - Alltagsvorstellungen zur Bedeutung von Essen und Mahlzeitengestaltung
  - Normen und Regeln im Bereich Ernährung
  - Tischmanieren
- Essbiografie:
  - Auseinandersetzung mit den eigenen Ess- und Trinkgewohnheiten
- Richtlinien und Empfehlungen für eine ausgewogene Ernährung:
  - Ernährungskreis
  - Ernährungspyramide
  - Vollwertig essen und trinken nach den Regeln der DGE
- Nahrungszubereitung:
  - Speisen und Gerichte, die einer ausgewogenen Ernährung entsprechen

### Unterrichtsvorhaben III:

**Thema:** *Konsumieren mit Köpfchen*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- analysieren verschiedene, regionale Märkte im Hinblick auf Erreichbarkeit, Produktauswahl, Preise, Qualität und Beratung
- erläutern die Bedeutung der Lebensmittelkennzeichnung und unterscheiden zwischen fakultativen und obligatorischen Angaben
- entscheiden sich für die Auswahl von Lebensmitteln aufgrund ihrer Kennzeichnung sowie weiterer Informationen
- kennen die Haupterntezeiten von verschiedenen Obst- und Gemüsearten und wissen, dass viele Obst- und Gemüsearten von weit her transportiert werden müssen, wenn man sie außerhalb der Saison kauft.
- wissen, dass frisches Obst und Gemüse aus der Region nur in ihrer Saison erhältlich ist.
- bewerten ausgewählte Lebensmittelgruppen sowie das regionale Produktangebot im Hinblick auf ihre ernährungsphysiologische und sensorische Qualität sowie Saisonalität, Nachhaltigkeit und Preisgestaltung
- können selbständig in unterschiedlichen Medien recherchieren und sich zielgerichtet Informationen beschaffen
- stellen ein Menü aus saisonalen und regionalen Produkten zusammen
- analysieren durch konkrete Arbeitsaufträge angeleitet komplexere kontinuierliche Texte
- überprüfen vorgegebene Fragestellungen und eigene Vermutungen (Käuferfallen) mittels Erkundungen und Befragungen
- erstellen aus einer vorgegebenen inhaltlichen Auswahl (Medien-) Produkte zu fachbezogenen Sachverhalten (Werbestrategien) und präsentieren diese intentional im (schul-) öffentlichen Raum

- planen und realisieren ein fachbezogenes Projekt und werten dieses anhand von vorgegebenen Kriterien aus
- vergleichen Verfahren der ökologischen und konventionellen Erzeugung sowie die Verarbeitung ausgewählter Lebensmittel
- sind in der Lage selbstständig nach den Vorgaben der Lehrkraft die Einkäufe für ihren praxisgeleiteten Unterricht zu tätigen

**Inhaltsfelder:** WP KLP IF 1 (Ernährung und Märkte)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Verlockungen im Supermarkt:
  - Supermarkterkundung/ Verlockungen im Supermarkt
  - Werbestrategien
  - Verbraucherschutz
- Lebensmittelkennzeichnung:
  - Das Etikett
  - Pflicht- und freiwillige Angaben
  - Zusatzstoffe
- Regionale Märkte im Lebensmittelbereich:
  - Regionale / saisonale Lebensmittel
  - Siegel
- Bio-Lebensmittel versus konventionelle Lebensmittel
- Nahrungszubereitung:
  - Speisen und Gerichte unter Berücksichtigung von Regionalität und Saisonalität

Unterrichtsvorhaben IV:

**Projektarbeit:** *Planung und Umsetzung eines Themenmenüs*

**Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- erläutern Planungsschritte zur Umsetzung eines Themenmenüs.
- recherchieren selbstständig in eingegrenzten Mediensammlungen und beschaffen zielgerichtet Informationen
- arbeiten im Team.
- erstellen ein Portfolio zu einem selbstgewählten Thema
- erstellen teamintern eine passende Menüfolge zu einem selbstgewählten Thema
- entscheiden teamintern über die Umsetzung der Speise(n) aus ihrem Menü unter Berücksichtigung der unterrichtlichen Vorgaben (z.B. Zeit)
- übernehmen im Rahmen des Einkaufs die Planung und die Durchführung
- organisieren und verantworten die Präsentation ihres Themenmenüs
- planen und realisieren ein fachbezogenes Projekt und werten dieses anhand von vorgegebenen Kriterien aus

- charakterisieren die Bedeutung und die Funktion von Speisen und Gerichten bei unterschiedlichen Anlässen
- bewerten die Umsetzung eines Menus im Hinblick auf die thematische Passung.
- bewerten Rezepte im Hinblick auf ihre Verständlichkeit und Umsetzbarkeit.

**Inhaltsfelder:** KLP IF 1c (Ernährungsphysiologische und gesundheitliche Aspekte der Nahrungszubereitung)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Planung und Umsetzung eines Themenmenüs:
  - Essen in anderen Ländern
  - Essen zu besonderen Anlässen
- Präsentation des Themas/ des Themenmenüs:
  - 5-10 Minuten Vortrag
  - Anschauungsmittel (Bilder, Grafiken, Broschüren etc.)
- Regeln zur Zusammenstellung eines Menüs:
  - Anlass bzw. Motto des Menüs
  - Vor-, Haupt- und Nachspeise
  - das Gesetz der Abwechslung/ die Geschmacksrichtungen der Gänge unterscheiden sich spürbar voneinander und harmonisieren miteinander
  - ein ernährungsphysiologisch ausgewogen, nicht zu üppiges Menü
  - Auswahl von Lebensmitteln und Speisen, die der Jahreszeit entsprechen
  - Rücksichtnahme auf die Vorlieben bzw. Allergien/ Krankheiten der „Gäste“ (Lebensmittelunverträglichkeiten, Vegetarier, etc.)
- Projektmappe:
  - Deckblatt
  - Inhaltverzeichnis
  - Einkaufszettel
  - Organisationsplan
  - Rezepte
- Einkauf :
  - Planung und Durchführung des Einkaufs für die gesamte Lerngruppe
  - Auswahl von saisonalen (und regionalen) Lebensmitteln
  - Berücksichtigung des wirtschaftlichen Faktors
- Nahrungszubereitung:
  - nur frische, unverarbeitete Produkte (keine Fertigprodukte wie etwa vorgefertigter Teig, paniertes Fleisch etc.)
- Tischkultur:
  - Tischsitten
  - Vergleich von Tischdekorationen: Alltag - festlicher Anlass
  - passendes Ambiente zum Motto

## 5.2 Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben Wahlpflichtunterricht

### 5.2.1 Jahrgangsstufe 6.1 / 6.2 / 7.1 (1 Halbjahr)

#### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** *Die Küche als Arbeitsplatz*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- benennen Gefahrenquellen im privaten Haushalt und in der Schulküche und erläutern deren Vermeidungsmöglichkeiten
- erklären sicherheitsrelevante Aspekte in der Schulküche sowie den sicheren Umgang mit Arbeitsmitteln bei der Nahrungszubereitung
- erläutern Maßnahmen zur persönlichen Hygiene sowie zur Arbeitsplatz- und Lebensmittelhygiene
- wissen, welche gesundheitliche Gefährdung von Salmonellen ausgehen kann und können durch sachgerechte Verarbeitung gefährdeter Lebensmittel eine Infektion mit Salmonellen verhindern
- richten einen Arbeitsplatz fachgerecht ein
- entscheiden sich für ergonomisch optimierte Arbeitsweisen
- be- und verarbeiten einfach handhabbare Lebensmittel und beherrschen Grundtechniken der Nahrungszubereitung
- erstellen gruppenintern einen Ämterplan (arbeitsteiliges Planen und Organisieren von Arbeitsschritten) und setzen ihn im praxisgeleiteten Unterricht um
- arbeiten im Team
- reflektieren Verantwortungübernahme und Zusammenarbeit in den Lerngruppen
- entsorgen Wertstoffe entsprechend der regionalen gesetzlichen Vorgaben und den schulischen Gegebenheiten
- erläutern Handhabung, Funktion und Einsatzmöglichkeiten eingesetzter Arbeitsmittel und komplexer Geräte und Maschinen im Haushalt
- beschreiben Aspekte zur sichern Handhabung technischer Geräte
- erläutern Maßnahmen zur Reinigung und Pflege hauswirtschaftlicher Geräte und Maschinen

**Inhaltsfelder:** KLP IF1a (Ernährungsphysiologische und gesundheitliche Aspekte der Nahrungszubereitung), WP KLP IF 3 (Technische Geräte)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Wiederholung und Vertiefung aus der Jahrgangsstufe 5:
  - Sicherheit in der Schulküche
  - Hygiene in der Schulküche/ Gesundheitsgefahren durch Salmonellen
  - Spülen
  - Arbeitsplanung und Organisation
  - Entsorgung von Produkten und Produktverpackungen
- Sachgerechter Umgang mit Arbeitsmitteln und -geräten:
  - Einsatz von Messern (Schneidetechniken)

- Küchenwaage, Messbecher, Litermaß, Löffelmaß, Messermaß
- Handrührgerät
- Küchenmaschine
- Herd
- Backofen
- Mikrowelle
- Vielseitige Küchenhelfer
- Nahrungszubereitung:
  - Grundkenntnisse der Nahrungszubereitung
  - Speisen und Gerichte unter Berücksichtigung der sachgerechten Nutzung von Arbeitsmitteln und -geräten

### Unterrichtsvorhaben II:

**Thema:** Ausgewogene Ernährung

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- beschreiben die Zusammensetzung einer gesundheitsförderlichen Ernährung.
- erläutern den Ernährungskreis und die Bedeutung der einzelnen Lebensmittelgruppen.
- beurteilen Nahrungsmittelgruppen im Hinblick auf ihre jeweilige Bedeutung für eine ausgewogene Ernährung.
- dokumentieren und beurteilen ihr eigenes Ess- und Trinkverhalten anhand des Ernährungskreises.
- bewerten die Angemessenheit des eigenen Essverhaltens auch im Hinblick auf gesellschaftliche Konventionen.
- beschreiben einfache Sachverhalte sprachlich angemessen unter Verwendung relevanter Fachbegriffe.
- überprüfen vorgegebene Fragestellungen mittels Experimenten.

**Inhaltsfelder:** KLP IF1a (Ernährungsphysiologische und gesundheitliche Aspekte der Nahrungszubereitung), KLP IF 2 (Alltagsvorstellungen zu Essen und Ernährung)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Nahrungszubereitung:
  - Speisen und Gerichte, die einer ausgewogenen Ernährung entsprechen
- Richtlinien und Empfehlungen für eine ausgewogene Ernährung:
  - Ernährungskreis
  - Ernährungspyramide
  - Vollwertig essen und trinken nach den Regeln der DGE
- Essbiografie
  - Ess- und Trinkprotokoll
- Esskultur
  - Tischmanieren

## 5.2.2 Jahrgangsstufe 7.2 (1 Halbjahr/ nach der Wahl des Schwerpunktes)

### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** Konsumieren mit Köpfchen

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- analysieren verschiedene, regionale Märkte im Hinblick auf Erreichbarkeit, Produktauswahl, Preise, Qualität und Beratung
- erläutern die Bedeutung der Lebensmittelkennzeichnung und unterscheiden zwischen fakultativen und obligatorischen Angaben
- entscheiden sich für die Auswahl von Lebensmitteln aufgrund ihrer Kennzeichnung sowie weiterer Informationen
- kennen die Haupterntezeiten von verschiedenen Obst- und Gemüsearten und wissen, dass viele Obst- und Gemüsearten von weit her transportiert werden müssen, wenn man sie außerhalb der Saison kauft.
- wissen, dass frisches Obst und Gemüse aus der Region nur in ihrer Saison erhältlich ist.
- bewerten ausgewählte Lebensmittelgruppen sowie das regionale Produktangebot im Hinblick auf ihre ernährungsphysiologische und sensorische Qualität sowie Saisonalität, Nachhaltigkeit und Preisgestaltung
- können selbständig in unterschiedlichen Medien recherchieren und sich zielgerichtet Informationen beschaffen
- stellen ein Menü aus saisonalen und regionalen Produkten zusammen
- analysieren durch konkrete Arbeitsaufträge angeleitet komplexere kontinuierliche Texte
- überprüfen vorgegebene Fragestellungen und eigene Vermutungen (Käuferfallen) mittels Erkundungen und Befragungen
- erstellen aus einer vorgegebenen inhaltlichen Auswahl (Medien-) Produkte zu fachbezogenen Sachverhalten (Werbestrategien) und präsentieren diese intentional im (schul-) öffentlichen Raum
- planen und realisieren ein fachbezogenes Projekt und werten dieses anhand von vorgegebenen Kriterien aus
- vergleichen Verfahren der ökologischen und konventionellen Erzeugung sowie die Verarbeitung ausgewählter Lebensmittel
- sind in der Lage selbstständig nach den Vorgaben der Lehrkraft die Einkäufe für ihren praxisgeleiteten Unterricht zu tätigen

**Inhaltsfelder:** WP KLP IF 1 (Ernährung und Märkte)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Verlockungen im Supermarkt:
  - Supermarkterkundung/ Verlockungen im Supermarkt
  - Werbestrategien
  - Verbraucherschutz
- Lebensmittelkennzeichnung:
  - Das Etikett
  - Pflicht- und freiwillige Angaben



- Zusatzstoffe
- Siegel
- Regionale Märkte im Lebensmittelbereich:
  - Regionale/ saisonale Lebensmittel
- Bio-Lebensmittel versus konventionelle Lebensmittel
- Nahrungszubereitung:
  - Speisen und Gerichte unter Berücksichtigung von Regionalität und Saisonalität

### Unterrichtsvorhaben II:

**Thema:** *Spurensuche auf dem Teller – was steckt in unseren Lebensmitteln?*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- beherrschen Grundtechniken der Nahrungszubereitung
- lesen und verstehen und Rezepte und setzen sie sachgerecht in der Praxis um
- erläutern den Ernährungskreis und die Bedeutung der einzelnen Lebensmittelgruppen
- beurteilen Speisen und Gerichte anhand des Ernährungskreises
- dokumentieren und beurteilen ihr eigenes Ess- und Trinkverhalten anhand des Ernährungskreises
- benennen Lebensmittelgruppen und erläutern deren Stellenwert in der Ernährung
- können die Lebensmittel zu Gruppen zusammenfassen, kennen den Aufbau der aktuellen AID-Ernährungspyramide, die Hauptnährstoffe sowie die Ernährungsempfehlungen. Sie können die Empfehlungen und deren Umsetzung im Alltag kritisch beurteilen.
- wissen, dass in Erfrischungsgetränken viel Zucker enthalten ist und können anhand der Nährwertangaben ausrechnen, wie viele Zuckerwürfel in ausgewählten Getränken sind.
- wissen, dass durch Zitronensäure der Zuckergehalt überdeckt wird. Sie können die Erfrischungsgetränke im Hinblick auf ihre Bedeutung für eine ausgewogene Ernährung bewerten.
- kennen schmackhafte Alternativen zu den Industriegetränken und können sie sachgerecht herstellen, den Geschmack erproben und für sich beurteilen.
- wissen, dass Lagerung und Verarbeitung den Vitamin-C-Gehalt von Obst beeinträchtigen.
- Sie können industriell produzierte Smoothies bezüglich ihrer Zutaten kritisch beurteilen. Sie wissen, dass Abbildungen auf Verpackungen die Geschmackswahrnehmung beeinflussen können.
- können Obst sachgerecht zu Smoothies verarbeiten, die selbst hergestellten Smoothies sowie die Industrieprodukte sensorisch prüfen und vergleichen.
- wissen, welche Nährstoffe Getreide enthält, sie kennen den Aufbau eines Getreidekorns und können die Mehlsorten ernährungsphysiologisch bewerten.
- können ausgewählte Zutatenlisten von Brot sachgerecht lesen und beurteilen, ob es sich bei der Ware wirklich um ein Vollkornprodukt handelt.
- können selbstausgewählte Rezepte sachgerecht zubereiten und sie in Bezug auf eine gesundheitsförderliche Ernährungsweise beurteilen.
- wissen, welche Eigenschaften Ballaststoffe haben und kennen ihre gesundheitsförderlichen Wirkungen auf den Magen-Darm-Trakt.
- wissen, dass bei vielen Backrezepten helles Mehl durch sehr fein gemahlene Weizenvollkornmehl ersetzt werden kann. Sie können ausgewählte Speisen mit Vollkornprodukten und Vollkornmehl sachgerecht zubereiten und diese in Bezug auf eine gesundheitsförderliche Ernährungsweise beurteilen.

- wissen, dass für den Muskelaufbau zusätzliche Eiweißpulver und -shakes nicht erforderlich sind. Sie kennen eiweißreiche Lebensmittel und können diese sachgerecht zubereiten.
- wissen, dass in vielen Lebensmitteln „versteckte“ Fette und Zucker enthalten sind und können ausgewählte Lebensmittel daraufhin untersuchen sowie kritisch beurteilen. Sie können schmackhafte Desserts mit wenig Fett und Zucker sachgerecht zubereiten, den Geschmack erproben und für sich bewerten.
- beurteilen Nahrungsmittelgruppen im Hinblick auf ihre jeweilige Bedeutung für eine ausgewogene Ernährung
- können Zusammenhänge zwischen der Ernährung und der persönlichen Gesundheit erkennen und reflektieren
- kennen Inhaltsstoffe von Lebensmitteln und ihre Wirkung im Stoffwechsel.
- kennen Ernährungsempfehlungen und setzen sich kritisch mit diesen auseinander.
- entwickeln Handlungsoptionen, die sie für die Gestaltung einer gesundheitsförderlichen Ernährung nutzen können

**Inhaltsfelder:** WP KLP IF 1 (Ernährung und Märkte)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Lebensmittelgruppen:
  - Bedeutung der Nährstoffe
  - Energie-und Nährstoffbedarf
  - Erfrischungsgetränke
  - Kohlenhydrate( Getreide/ Ballaststoffe/ Süßigkeiten)
  - Eiweiß
  - Fett
  - Zucker
  - Kräuter und Gewürze
- Richtlinien und Empfehlungen für eine ausgewogene Ernährung:
  - Ernährungskreis
  - Ernährungspyramide
  - Vollwertig essen und trinken nach den Regeln der DGE
- Nahrungszubereitung:
  - Speisen und Gerichte, die einer ausgewogenen Ernährung entsprechen

## 5.2.3 Jahrgangsstufe 8

### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** *Hamburger, Hering oder Heuschrecken? – Essen ist Geschmackssache*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- kennen, identifizieren und verstehen soziokulturelle und historische Einflussfaktoren auf unterschiedliche Formen des Essverhaltens
- analysieren und reflektieren soziale, religiöse, historische und familiäre Einflussfaktoren, Alltagsvorstellungen und -theorien zur Bedeutung von Essen und Mahlzeitengestaltung sowie auch Normen und Regeln im Bereich Ernährung
- benennen geographische und historische Einflussfaktoren und erläutern deren Bedeutung für kulturell unterschiedliche Essgewohnheiten
- verstehen und reflektieren die Wirkung und Bedeutung der Einflussfaktoren auf die eigene Essbiografie und die „Gewordenheit“ des eigenen Essverhaltens
- entwickeln auf dieser Grundlage situationsgerechte Handlungsalternativen und nutzen diese für die bewusste Gestaltung der eigenen Essbiografie
- führen ein Ess- und Trinkprotokoll und werten dieses anhand von vorgegebenen Kriterien aus
- präsentieren Speisen und Gerichte unter ästhetischen und funktionalen Gesichtspunkten
- beurteilen unterschiedliche Ess- und Tischsitten sowie deren Veränderbarkeit unter Berücksichtigung soziokultureller Bedingungen und religiöser Gepflogenheiten

**Inhaltsfelder:** KLP IF 3 (Ernährung und Esskultur)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten:
  - Geschichte
  - Kultur
  - Familie, Freunde, Schule
  - Körper und Seele
  - Medien und Werbung
  - Lebensstil
  - Wirtschaft und Geografie
- Esskultur:
  - Ernährungsgewohnheiten und Ernährungsformen verschiedener regionaler, kultureller und religiöser Gruppen
  - Alltagsvorstellungen zur Bedeutung von Essen und Mahlzeitengestaltung
  - Normen und Regeln im Bereich Ernährung
  - Tischmanieren
- Essbiografie:
  - Auseinandersetzung mit den eigenen Ess- und Trinkgewohnheiten

## Unterrichtsvorhaben II:

**Thema:** *Wissenswertes rund um Fleisch und Vegetarismus*

### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- erläutern Zusammenhänge von Ernährung und Gesundheit
- beschreiben die Bedeutung einer qualitätsorientierten Lebensmittelauswahl für die Gesundheitsförderung
- erläutern hygienische Maßnahmen in der Küche zur Beachtung gesundheitsförderlicher Nahrungszubereitung
- analysieren und interpretieren mit Hilfestellungen komplexere diskontinuierliche Texte wie Grafiken, Statistiken, Rezepte, Schaubilder, Diagramme sowie Bilder, Karikaturen und Filme
- überprüfen vorgegebene Fragestellungen und eigene Vermutungen mittels Erkundungen und Befragungen in der Schule sowie im schulischen Umfeld
- identifizieren unterschiedliche Perspektiven sowie kontroverse Standpunkte und geben diese zutreffend wieder
- nehmen andere Positionen ein und vertreten diese probeweise (Perspektivwechsel)
- identifizieren und verstehen die weitreichenden Auswirkungen des Fleischkonsums für das Individuum, die Gesellschaft und die Umwelt
- können Kriterien benennen, welche gegen einen hohen Fleischkonsum sprechen
- entwickeln eine größere Wertschätzung gegenüber dem Leben des Lebensmittels
- entwickeln eine kritische Haltung im Hinblick auf den eigenen Fleischkonsums
- wissen, welche Fleischsorten es gibt
- können beurteilen, ob der Mensch Fleisch zum überleben braucht
- wissen, welche Nährstoffe Fleisch enthält und recherchieren, wofür der Mensch die in Fleisch enthaltenen Nährstoffe benötigt
- wissen, wie viel Fleisch der Mensch pro Tag/ pro Woche benötigt
- interpretieren, warum viele Konsumenten Fleisch so preiswert wie möglich kaufen und nicht bereit sind mehr dafür zu zahlen
- können den Unterschied zwischen konventioneller und ökologischer Tierhaltung erklären
- können Gründe für den steigenden Fleischkonsum benennen
- können Werbung und Informationsmaterial in Hinblick auf das vermittelte Image von Fleisch analysieren

**Inhaltsfelder:** KLP WP IF5 (Gesundheit und Ernährung), KLP IF 4 (Ökonomie und Ökologie der Nahrungsmittelproduktion)

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gesundheitsförderliche Lebensmittelauswahl unter Wirtschaftlichkeits- und Nachhaltigkeitsaspekten:
  - Auseinandersetzung mit den Vorteilen vom Fleischverzehr, aber auch den möglichen Folgen eines zu hohen Fleischkonsums für den Körper
  - Gegenüberstellung des Fleischkonsums der letzten Jahrhunderte mit der Gegenwart
  - Haltungsbedingungen von Tieren auf dem konventionellen und dem Bio-Hof
  - Auseinandersetzung mit dem positiven Image vom Fleisch

- Eigenverantwortung bei der Gesundheitsförderung:
  - Auseinandersetzung mit den eigenen Fleischkonsum
  - Sachgerechter Umgang mit Fleisch und Zubereitung verschiedener Fleischgerichte im praxisgeleiteten Unterricht

### Unterrichtsvorhaben III:

**Thema:** Lebensmittel schonend vor- und zubereiten

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- kennen grundlegende Garverfahren und können sie bei der Zubereitung von Lebensmitteln bewusst auswählen
- ordnen Gerichten und Lebensmitteln passende Garmethoden zu
- kennen die Bedeutung von Wirkstoffen (Vitaminen, Mineralstoffen und den sekundären Pflanzenstoffen) für den Körper
- entnehmen modellhaften Darstellungen fragengeleitet relevante Informationen
- be- und verarbeiten ausgewählte Lebensmittel unter nährstoffhaltenden Aspekten und schonenden Garverfahren
- erörtern die Notwendigkeit der Berücksichtigung nährstoffschonender Techniken bei der Planung und Zubereitung von Gerichten
- überprüfen vorgegebene Fragestellungen und eigene Vermutungen mittels Experimenten und Versuchen
- bewerten verschiedene Möglichkeiten der Zubereitung ausgewählter Lebensmittel im Hinblick auf den Nährstoff- und Fettgehalt, sowie die Verdaulichkeit
- bereiten Lebensmittel schonend vor und wenden nährstoffschonende Garverfahren in praxisgeleiteten Unterrichtsphasen an und übernehmen so Verantwortung für ihre eigene Vitamin-, Mineralstoff und sekundäre Pflanzenstoffversorgung

**Inhaltsfelder:** WP KLP IF 5 (Gesundheit und Ernährung)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gesundheitsförderliche Lebensmittelauswahl und –zubereitung:
  - ausgewählte Garverfahren
  - Vorkommen von Vitaminen, Mineralstoffen und den sekundären Pflanzenstoffen in Lebensmitteln
  - Einfluss verschiedener Faktoren auf den Vitamingerhalt/ -verlust
  - Versuche zu: „Vitaminverlust von Nahrungsmitteln“
  - Tipps für die gesundheitsförderliche Lebensmittelauswahl und den nährstoffschonenden Umgang mit Lebensmitteln
- Eigenverantwortung bei der Gesundheitsförderung:
  - Nährstoffschonender Umgang mit Lebensmitteln und Anwendung von nährstoffschonenden Garverfahren im praxisgeleiteten Unterricht
  - Übernahme von Verantwortung für eigene Vitamin-, Mineralstoff und sekundäre Pflanzenstoffversorgung

## 5.2.4 Jahrgangsstufe 9

### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** *Bearbeitete Lebensmittel-, „In aller Munde“ und doch verachtet!*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- erläutern Zusammenhänge von Ernährung und Gesundheit
- beschreiben die Bedeutung einer qualitätsorientierten Lebensmittelauswahl für die Gesundheitsförderung
- erläutern an einem Fallbeispiel Qualitätsmerkmale im Nahrungsmittelbereich
- bewerten verschiedene Möglichkeiten der Zubereitung ausgewählter Lebensmittel im Hinblick auf die Förderung der Gesundheit
- wissen, was „Convenience Food“ bedeutet und können je zwei Produkte ihrer Ernährung den vier verschiedenen Bearbeitungsstufen (küchenfertig, garfertig, zubereitungsfertig und verzehrfertig) von Convenience Food zuordnen sowie die Be- bzw. Verarbeitungsstufen (im Sinne von „gewürzt“, „geschnitten“, „gekocht“, usw.) benennen, welche von der Industrie übernommen wurden
- bewerten die zubereiteten Speisen und Gerichte im Hinblick auf Situations- und Alltagsangemessenheit
- bewerten Speisen hinsichtlich Geschmack, Preis, Arbeitsaufwand
- wissen, dass die Lebensmittelindustrie Billigrohstoffe für Fertiggerichte verwendet
- können Vor- und Nachteile von Convenience Food benennen
- können Schnellgerichte selbst herstellen, ohne dafür vorgefertigte Produkte verwenden zu müssen
- untersuchen Fast-Food-Gerichte im Hinblick auf eine ausgewogene Ernährung
- lernen Fast-Food-Produkte exemplarisch zu untersuchen und zu analysieren, ihr eigenes Essverhalten diesbezüglich zu reflektieren und den Gesundheitswert von Fast-Food begründet zu beurteilen.
- können Vor- und Nachteile von Fast-Food-Produkten nennen
- kennen Beispiele für Novel-Food
- vergleichen herkömmliche Lebensmittel mit Novel-Produkten in Hinblick auf Inhaltsstoffe/ Zusatzstoffe, den gesundheitlichen Wert, Kosten-Nutzen-Faktor, etc.
- können Vor- und Nachteile von Novel-Food-Produkten nennen

**Inhaltsfelder:** WP KLP IF 5 (Gesundheit und Ernährung)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Convenience Food:
  - Be- bzw. Verarbeitungsstufen
  - Vor- und Nachteile von Convenience Food
  - Zutatenliste/ Zusatzstoffe
  - Vergleich von Fertigprodukten mit selbst hergestellten Speisen

- Fast Food:
  - Fast Food – Vielfältiges Angebot
  - Vor-und Nachteile von Fast Food
  - Fast-Food-Gerichte richtig auswählen und passend kombinieren
- Novel Food:
  - Einblick in die vielfältigen Angebote von Novel-Food-Produkten (Functional Food, „Light“-Produkte)
  - Vor-und Nachteile von Novel Food
  - Vergleich von herkömmlichen Lebensmitteln mit Novel-Produkten in Hinblick auf Inhaltsstoffe/ Zusatzstoffe, den gesundheitlichen Wert, Kosten-Nutzen-Faktor, etc.

Unterrichtsvorhaben II:

**Thema:** *Meine Ernährung verändert sich*

**Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- benennen Energie- und Nährstoffbedarf in unterschiedlichen Lebenssituationen von Kindern und Jugendlichen
- nutzen Informationen aus diskontinuierlichen Texten als Grundlage für eigene Berechnungen (Energiebedarf, Tagesbedarf)
- beurteilen Diäten in Hinblick auf eine ausgewogene Ernährung
- beschreiben Nahrungsmittelunverträglichkeiten sowie ihre Folgen
- erörtern Werbestrategien für Nahrungsergänzungsmittel in Hinblick auf ihren Informationsgehalt, ihre Botschaften und ihre Wirkungsmechanismen
- erörtern den Einfluss von Nahrungsergänzungsmitteln auf die Gesundheit von Verbrauchern/Verbraucherinnen und entscheiden sich für oder gegen den Konsum
- recherchieren selbstständig und beschaffen zielgerichtet Informationen zu Lebensmittelintoleranzen und allergieauslösenden Zusatzstoffen
- bewerten den möglichen Zusammenhang zwischen Lebensmitteln und Allergien sowie Lebensmittelproduktion und Allergien

**Inhaltsfelder:** WP KLP IF 8 (Ernährung in unterschiedlichen Lebenssituationen und Lebensphasen)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Energie- und Nährstoffbedarf
- Ernährung für besondere Ansprüche:
  - Sportlerernährung
  - Diäten
  - Nahrungsergänzungsmittel/ Werbestrategien für Nahrungsergänzungsmittel
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -Allergien:
  - Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Lebensmittelallergien
  - Folgen von Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Lebensmittelallergien
  - Zusammenhang zwischen Lebensmitteln und Allergien sowie Lebensmittelproduktion und Allergien

### Unterrichtsvorhaben III:

**Thema:** *Belastet Essen Umwelt und Gesundheit?*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- kennen ausgewählte Zusatzstoffe und wissen, wozu diese eingesetzt werden und welchen Einfluss sie auf den menschlichen Körper haben
- recherchieren selbstständig und beschaffen zielgerichtet Informationen zu allergieauslösenden Zusatzstoffen
- können Lebensmittel kritisch hinterfragen, indem sie anhand von exemplarischer Beispiele erarbeiten, dass es Lebensmittelimitate gibt, woraus diese bestehen, wie die Hersteller versuchen, die Verwendung von Imitaten zu „verschleiern“ und ob und wie man sie erkennen kann.
- formulieren in Ansätzen einen begründeten eigenen Standpunkt und prüfen, ob der erreichte Wissensstand die Basis für ein eigenes Urteil hinreichend ist
- nehmen andere Positionen ein und vertreten diese probeweise (Perspektivwechsel)
- entscheiden sich in fachlich geprägten Situationen begründet für Handlungsoptionen und wägen Alternativen ab
- informieren sich über die Nutzung von Gentechnik
- diskutieren über die Nutzung von Gentechnik
- überdenken ihre Essgewohnheiten

**Inhaltsfelder:** KLP IF 4 (Ökonomie und Ökologie der Nahrungsmittelproduktion)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Nahrungsergänzungsmittel und Nahrungsersatzmittel:
  - Zusatzstoffe
  - Lebensmittelimitate
  - Schöne neue Lebensmittel – Welche Gefahren lauern hinter der Fassade (Pestizide, Medikamente, Düngemittel)
- Gentechnik in Lebensmitteln:
  - Gentechnik in Lebensmitteln – wie funktioniert das?
  - Welche genmanipulierten Lebensmittel wir theoretisch im Supermarkt kaufen können
  - Wie sich genmanipulierte Lebensmittel auf dem Markt erkennen lassen
  - Warum genmanipulierte Lebensmittel die Umwelt gefährden
  - Argumente für und gegen transgene Pflanzen und Tiere

### Unterrichtsvorhaben III:

**Thema:** *Schulabschluss- und dann? Berufe rund um den Haushalt*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler



- nennen und beschreiben Berufe des hauswirtschaftlichen Umfelds
- recherchieren selbstständig in unterschiedlichen Medien und beschaffen zielgerichtet Informationen zu Berufen des hauswirtschaftlichen Umfelds
- beschreiben unterschiedliche Anforderungen und Kompetenzerwartung an Berufe mit hauswirtschaftlichem Schwerpunkt
- erörtern Rechte und Pflichten von Auszubildenden und ausbildenden Betrieben
- beurteilen hauswirtschaftliche Berufe in Hinblick auf eigene Interessen und Fähigkeiten

**Inhaltsfelder:** WP KLP IF 10 (Berufsorientierung)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Berufsfelder rund um den Haushalt:
  - Berufsfeld Fleischer, Bäcker, Konditor ( Herr Rieger-Patenschaft)
  - Rechte und Pflichten in Ausbildung und Beruf

## 5.2.5 Jahrgangsstufe 10

Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** *Wertschätzung und Verschwendung von Lebensmitteln*

**Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- erläutern die ungleiche Verteilung von Lebensmitteln
- wissen und erläutern, was die Arbeit der gemeinnützigen Organisation „die Tafeln“ umfasst
- können das Kulturphänomen der Mülltaucher darstellen und unter ökonomischen, ethischen, rechtlichen, sozialen und ökologischen Aspekten diskutieren
- erläutern die ungleiche Verteilung ausgewählter Lebensmittel im globalen Vergleich sowie deren Folgen für die Menschen
- erläutern und begründen, welche Auswirkungen der Hühnerfleischkonsum bei uns auf Afrika hat
- können exemplarisch Lösungsmöglichkeiten für die verschiedenen Probleme der Lebensmittelverschwendung entwickeln und eine begründete Entscheidung treffen
- kennen Kriterien für eine sinnvolle Vorratshaltung und setzen sie um
- kennen Lagerorte und wissen, was bei diesen zu beachten ist, und können unterscheiden, welche Lebensmittel dort gelagert werden und welche nicht.
- erläutern, dass von Vorratsschädlingen und Schimmel gesundheitliche Gefahren ausgehen und nennen Vorbeugungs- und Bekämpfungsmaßnahmen.

**Inhaltsfelder:** KLP IF 4 (Ökonomie und Ökologie der Nahrungsmittelproduktion)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Essen im Eimer: Die große Lebensmittelverschwendung
  - Prozesse der Erzeugung, Verarbeitung, Verteilung, Nutzung und Entsorgung von Nahrungsmitteln
  - taste the waste
  - zu gut für die Tonne
- Tafeln, Mülltaucher, Export von Hühnerfleisch nach Afrika – Eine zweite Chance für Lebensmitteln?!
  - Kulturphänomen Mülltaucher
  - Die Tafeln – Verbindung von Lebensmittelverschwendung und Gemeinwohl
  - Hühnerfleisch – Der „Rest“ landet in Afrika
- Lebensmittelverschwendung muss nicht sein – Wie können Verpackungsaufschriften helfen?
  - Mindesthaltbarkeitsdatum und Verbrauchsdatum
- Vorratshaltung im privaten Haushalt:
  - Lebensmittel sachgerecht im Kühlschrank und im Vorratsschrank lagern
  - Vorratsschädlinge vermeiden

### Unterrichtsvorhaben II:

**Thema:** *Fair Trade*

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- verstehen und reflektieren Marktmechanismen und Wirtschaftssysteme
- bewerten und gestalten Konsum- und Entscheidungsprozesse situationsgerecht
- treffen Konsumententscheidungen, reflektiert und selbstbestimmt
- analysieren und bewerten eigenes Konsum- und Alltagshandeln auf der Grundlage des Nachhaltigkeitskonzepts und nutzen diese Reflexion für Entscheidungen

**Inhaltsfelder:** KLP IF (4 Ökonomie und Ökologie der Nahrungsmittelproduktion)

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Was bedeutet fairer Handel mit Waren?
- Kriterien für den Kauf von Lebensmitteln und Kleidungsstücken

### Unterrichtsvorhaben III:

**Thema:** Rund um die erste eigene Wohnung

#### **Zu entwickelnde Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler

- können sich mit ihren eigenen Wohnbedürfnissen und Zukunftswünschen auseinandersetzen und diese mit anderen vergleichen

- kennen unterschiedliche Funktionen des Wohnens sowie verschiedene Wohnformen
- nutzen und reflektieren verschiedene Wege der Informationsbeschaffung sowie der Angebote verschiedener Institutionen und Unternehmen im Hinblick auf einen bedürfnisgerechten Nutzen (z. B. Wohnungsanzeigen, Versicherungsagenturen, Mieterschutzbund, Verbraucherzentrale usw.)
- kennen unterschiedliche Aufgabenfelder im privaten Haushalt
- beschaffen Informationen zu verschiedenen Versicherungen
- formulieren eine begründete Empfehlung zu Versicherungen
- erstellen Grundriss-Skizzen zur Küchenplanung
- formulieren einen begründeten Standpunkt zum Thema "Arbeitsteilung in der Familie"
- reflektieren die Verschiedenheit individueller Ressourcen und setzen sich mit Gelingensbedingungen und Risikofaktoren für ein persönliches Finanz- und Versorgungsmanagement auseinander
- können kostengünstig und alltagsgerecht Mahlzeiten (für eine Person) herstellen und planen
- wissen, dass Wäsche vorsortiert werden muss und können diese Aufgabe durchführen
- kennen die Bedeutung von Symbolen zur Wäschepflege
- kennen unterschiedliche Waschvorgänge und können die Waschmaschine sachgerecht bedienen

**Inhaltsfelder:** WP KLP IF 2 (Wohnen), IF 6 (Haushaltsmanagement)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Wohnungssuche und Finanzierung
  - Wohnbedürfnisse und Zukunftswünsche
  - Wohnungsanzeigen lesen und verstehen
  - Auskommen mit dem Einkommen
- Mietvertrag und Versicherungen
- Arbeits- und Aufgabenverteilung im Haushalt
- eine Küche einrichten
- Wäschepflege
- Familie und Beruf
- Wohnungseinweihung

