

Jahrgang 9/10 -Themenfeld 4 (Optionales Modul)

Lebensstile und Essgewohnheiten

Inhaltsbezogene und praxisbezogene Kompetenzbereiche (s. CV 8/2010 S.11,12)

Themen	Fachwissen	Erkenntnisgewinnung	Beurteilung und Bewertung	Medien/Test
Einführung in die Schulküche, Belehrung (s. Anhang) Voraussetzung für den praktischen Unterricht!!!!	Die Schülerinnen und Schüler...	Die Schülerinnen und Schüler...	Die Schülerinnen und Schüler...	Allg. Medien: Hauswirtschaft Bergedorfer Kopiervorlagen, Arbeitsbuch Hauswirtschaft, Cornelia Schlieper, Verlag Handwerk und Technik
Ernährungstrends und Ernährungsformen	<ul style="list-style-type: none"> beschreiben Ernährungsgewohnheiten und Ernährungstrends, z.B. Fastfood, Slowfood, Convenience-Food, Lightprodukte. 	<ul style="list-style-type: none"> untersuchen und vergleichen Ernährungsgewohnheiten und Ernährungstrends im Hinblick auf Gesundheit, Tagesablauf, Mahlzeitengestaltung, Kosten, Zeitaufwand und Einkaufsquellen. 	<ul style="list-style-type: none"> bewerten das eigene Konsum- und Alltagsverhalten. bewerten Ernährungstrends im Hinblick auf vollwertige Ernährung und persönliche Gesundheit. 	Allg. Medien: BZGA Broschüren Ernährung und Gesundheit Essgewohnheiten+ Aktuelle Materialien DGE, Krankenkasse, Filme
dito	<ul style="list-style-type: none"> benennen Merkmale von Functional Food (u.a. Milchprodukte, Getränke, Süßwaren). 	<ul style="list-style-type: none"> untersuchen Functional Food im Hinblick auf gesundheitlichen Nutzen, Geschmack, Preis, Werbeversprechen und vergleichen sie mit Standardprodukten. 	<ul style="list-style-type: none"> diskutieren und bewerten den gesundheitlichen Nutzen von Functional Food 	
dito	<ul style="list-style-type: none"> ermitteln Besonderheiten der Ernährungsformen , z.B. Vegetarismus, Trennkost. 	<ul style="list-style-type: none"> untersuchen die Folgen der Ernährungsformen. 	<ul style="list-style-type: none"> diskutieren und bewerten Vor- und Nachteile unterschiedlicher Ernährungsformen. 	Referate: Vegetarismus, Fastfood, Übergewicht, Ess-Brechsucht, Magersucht, Diäten

dito	<ul style="list-style-type: none"> • benennen Besonderheiten von Diäten (z.B. zur Gewichtsveränderung, zur Vorbeugung und Behandlung von Erkrankungen). 	<ul style="list-style-type: none"> • erläutern Zusammenhänge zwischen den jeweiligen gesundheitlichen Beeinträchtigungen und den daraus resultierenden Ernährungsempfehlungen. • untersuchen mögliche Nutzen und Risiken verschiedener Reduktionsdiäten. 	<ul style="list-style-type: none"> • diskutieren und bewerten Vor- und Nachteile unterschiedlicher Diätformen. • Diskutieren gesellschaftliche Vorstellungen vom “idealen Körper”. 	<u>Test:</u> Ernährungsformen, Diätformen 1 Arbeit pro Halbjahr (Gewichtung: 1/3 schriftlich 2/3 praktisch /theoretisch)
Lebensweisen und Konsumentscheidungen	<ul style="list-style-type: none"> • benennen verschiedene Lebensstile (Alltagsvorstellungen und -theorien zur Bedeutung von Lebensweisen). 	<ul style="list-style-type: none"> • erläutern Lebensstile und Gewohnheiten des Konsum- und Alltagshandelns. 	<ul style="list-style-type: none"> • diskutieren Lebensstile nach Kriterien der Vereinbarkeit von Familie und Berufe (work-life-balance). • diskutieren Alltagsvorstellungen zu Lebensweisen und Konsumentscheidungen. 	
dito	<ul style="list-style-type: none"> • nennen regionale, nationale, internationale Unterschiede von Lebensstil und Lebensplanung. 	<ul style="list-style-type: none"> • erläutern soziale, kulturelle, und religiöse Zusammenhänge von Lebensstilen (regional, national, international). 		

Stundenverteilung für Praxis- und Theorieanteil im Verhältnis 1:1 !!!