



# **Lehrplan**

*für die Sekundarstufe I der weiterführenden allgemein bildenden Schulen  
Regionalschulen, Gemeinschaftsschulen, Förderzentren*

**Fachliche Konkretionen**

**Verbraucherbildung**

Herausgeber:  
Ministerium für Bildung und Frauen des Landes Schleswig – Holstein  
Brunswiker Str. 16-22,  
24105 Kiel

In Kooperation mit  
Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig – Holstein (IQSH)  
Schreberweg 5,  
24119 Kronshagen

Druck und Vertrieb:  
Glückstädter Werkstätten  
Stadtstr. 36  
25348 Glückstadt  
Telefon: 04124 607-0  
Telefax: 04124 607-188

Lehrpläne im Internet  
<http://lehrplan.lernnetz.de>

**August 2009**

# Inhaltsverzeichnis

|          |   |           |
|----------|---|-----------|
| <b>1</b> | <b>Lernausgangslage</b>                             | <b>1</b>  |
| <b>2</b> | <b>Fachliches Lernen als Erwerb von Kompetenzen</b> | <b>2</b>  |
| <b>3</b> | <b>Struktur des Faches</b>                          | <b>3</b>  |
| <b>4</b> | <b>Kernbereiche</b>                                 | <b>5</b>  |
| <b>5</b> | <b>Leistungen und ihre Bewertungen</b>              | <b>12</b> |

# 1 Lernausgangslage

Der Unterricht in Verbraucherbildung setzt in der Sekundarstufe I als eigenständiges Fach ein. Das Fach umfasst die Kernbereiche Konsum und Lebensstil sowie Ernährung und Gesundheit. Schülerinnen und Schüler verfügen in diesen Bereichen über vielfältige und durchaus unterschiedliche lebensweltliche Erfahrungen. Sie bringen Erfahrungen über ihre eigene Essbiografie und eigenen Essgewohnheiten ein und kontrastieren diese zu denen anderer. Sie nehmen altersgemäß am Konsum teil, indem sie über eigene finanzielle Mittel verfügen. In ihrer Handlungsweise sind die Schülerinnen und Schüler maßgeblich durch das Verhalten ihres sozialen Umfelds beeinflusst.

In der Grundschule erwerben die Schülerinnen und Schüler Grundlagen in den Kernbereichen der Verbraucherbildung. Besonders im Heimat- und Sachunterricht werden Kenntnisse zum Zusammenhang von Ernährung und Gesundheit und Erfahrungen im Umgang mit eigenem Geld sowie Bewusstseinsbildung im Hinblick auf das Zusammenleben in einer Gemeinschaft erlangt. Der Umgang mit Texten und anderen Medien zu Themen der Verbraucherbildung, insbesondere die Erschließung von informativen und appellativen Texten erfolgt im Deutschunterricht. Interkulturelle Angebote erfahren die Grundschülerinnen und -schüler im schulischen Alltag sowie bei Projekten und schulischen Veranstaltungen.

Vor dem Hintergrund dieser Bandbreite individueller Wissens-, Kenntnis- und Erfahrungsstände ist es das Ziel, Schülerinnen und Schüler in die Lage zu versetzen, dass sie als Konsumenten ihre Entscheidungen selbstbestimmt, gesundheitsfördernd, qualitätsorientiert, nachhaltig und sozial verantwortlich treffen.

Das Fach Verbraucherbildung kann in der Regional-, in der Gemeinschaftsschule und in den Förderzentren bereits im 5. Schuljahr unterrichtet werden, spätestens erfolgt der Unterricht ab dem 7. Schuljahr. Die Kontingenzstundentafeln gewähren den Schulen Freiräume zur organisatorischen Umsetzung des Faches mit eigenen Schwerpunktsetzungen, die in dem schulinternen Fachcurriculum festgelegt werden.

## 2 Fachliches Lernen als Erwerb von Kompetenzen

### **Kernbereich I : Konsum und Lebensstil**

Das Fach Verbraucherbildung hat die Aufgabe, im Sinne der Nachhaltigkeit den Zusammenhang von Konsum und Lebensstil unter ökonomischen, ökologischen und sozialpolitischen Aspekte aufzuzeigen und die Schülerinnen und Schüler zu befähigen, ihr Handeln bewusst zu gestalten und entsprechend Verantwortung zu übernehmen. Damit dies gelingt, benötigen Verbraucherinnen und Verbraucher Kompetenzen eines individuellen Ressourcenmanagements für die Bewältigung ihrer ökonomischen und sozialen Sicherung und für die Entwicklung nachhaltiger Lebens- und Haushaltsstile (*Food and Consumer Literacy*).

### **Kernbereich II : Ernährung und Gesundheit**

Sich zu ernähren ist eine zentrale Alltagspraktik, die entsprechende Kulturtechniken voraussetzt. In modernen Gesellschaften sind Ernährung und Gesundheit der Verantwortung des Einzelnen überlassen. Die familiäre Tradierung kann dieses notwendige Wissen nicht oder nicht ausreichend sichern. Schülerinnen und Schüler lernen im Fach Verbraucherbildung ihr Essverhalten zu verstehen und zu gestalten. In der Verantwortung für ihr Handeln und dessen Folgen benötigen sie Kompetenzen (*Functional Literacy*), um die Zukunftsfähigkeit von Nahrungs- und Ernährungskompetenz (*Nutrition und Health Literacy*) zu sichern. Der Zugang zur Ernährungsbildung entspricht dem Verständnis der Allgemeinbildung anderer Kulturtechniken (Schreiben, Lesen, Rechnen).

Das Fach Verbraucherbildung unterstützt die Schülerinnen und Schüler im Prozess der Berufsorientierung. Sie setzen sich altersangemessen, zielgerichtet und realitätsbezogen mit den Strukturen und Anforderungen der Berufswelt auseinander. Fächerübergreifende Lernangebote, auch unter Einbeziehung außerschulischer Lernorte, ermöglichen Kontakte zur Arbeitswelt und verhelfen zu Realitätserfahrungen.

Die zu erwerbenden Kompetenzen sind im Lehrplan bezogen auf das zu erreichende Niveau offen formuliert. Die Festlegung erfolgt im Schulinternen Fachcurriculum unter Berücksichtigung des angestrebten Schulabschlusses sowie der für die Umsetzung vorgesehenen Klassenstufe. Der Unterricht berücksichtigt das Prinzip der individuellen Förderung.

### 3 Struktur des Faches

Folgende Übersicht zeigt die verbindlich zu unterrichtenden Kernbereiche und Lernfelder sowie die damit verbundenen Kompetenzerwartungen.

Der Lehrplan Verbraucherbildung ist für zwei Drittel der Unterrichtszeit eines mindestens zweistündigen Faches ab Klassenstufe 7 ausgelegt. Alle Themen können spiralcurricular aufgebaut und in ihrem Anspruch an die jeweilige Klassenstufe (ab Orientierungsstufe) angepasst werden. Aufbau, Schwerpunktsetzungen und damit verbunden zeitliche Ressourcen werden innerschulisch im Rahmen der Vorgaben der Kontingenzstundentafel eigenverantwortlich diskutiert und festgelegt. Die Planung der gesamten Unterrichtszeit wird in der Fachkonferenz abgestimmt und im schulinternen Fachcurriculum dokumentiert.

| Kernbereiche          | Lernfelder                                    | Kompetenzen   |
|-----------------------|---|---|
| Konsum und Lebensstil | Rolle als Verbraucherin / Verbraucher         | <p>Bedürfnisse identifizieren, Wege der Bedarfsdeckung kennen sowie die eigene Konsumbiographie analysieren und reflektieren</p> <p>Einflussfaktoren auf Konsumententscheidungen sowie Käuferfallen erkennen, analysieren und Entscheidungsprozesse situationsgerecht bewerten und gestalten</p> <p>Sich mit den komplexen Abläufen, Zusammenhängen und Strukturen in Gesellschaft und Wirtschaft auseinandersetzen</p> <p>Verbraucherrechte und -pflichten kennen und gegenüber Anbietern und Institutionen selbstbewusst und selbstbestimmt agieren</p> |
|                       | Wirtschaftliche und nachhaltige Lebensführung | <p>Lebensstile und Lebensweisen identifizieren und reflektieren, daraus Handlungsstrategien für die eigene Lebensgestaltung ableiten</p> <p>Eigenes Konsum- und Alltagshandeln auf der Grundlage des Nachhaltigkeitskonzepts analysieren, bewerten und diese Reflektion für Entscheidungen nutzen</p> <p>Den privaten Haushalt als Betrieb kennen, wirtschaftliches Denken und Handeln im Alltag umsetzen</p> <p>Prinzipien und Möglichkeiten des</p>   |

| Kernbereiche             | Lernfelder                                 | Kompetenzen   |
|--------------------------|--|---|
|                          | Private Lebensführung als Potential        | <p>Finanz- und Vorsorgemanagements kennen und verstehen sowie ihre Instrumente anwenden</p> <p>Fähigkeit entwickeln, Verantwortung für das eigene Handeln / Leben und Agieren in der Gemeinschaft übernehmen und die Tragweite der eigenen Handlungen / Entscheidungen abschätzen</p> <p>Unterschiedliche Formen, Zukunftschancen und Risiken der Lebensgestaltung erkennen und in Bezug auf die eigene Lebensplanung nutzen</p> <p>Die Bedeutung sowie Möglichkeiten von Zeit- und Selbstmanagement erkennen und auf die eigene Lebensweise übertragen und anwenden</p> <p>Vielfalt der individuellen und gesellschaftlichen Ressourcen kennen sowie die Prinzipien des Ressourcenmanagements verstehen und anwenden</p> |
| Ernährung und Gesundheit | Essen und Ernährung                        | <p>Essbiografie und Essgeschichte reflektieren und Gestaltungsalternativen entwickeln</p> <p>Den Zusammenhang von Esskultur und Kommunikation verstehen</p>   |
|                          | Ernährung und Gesundheitsförderung         | <p>Zusammenhang von Ernährung und Gesundheit erkennen</p> <p>Verantwortung für die eigene Ernährung und Gesunderhaltung übernehmen</p>  |
|                          | Kultur und Technik der Nahrungszubereitung | <p>Auseinandersetzung mit den kulturellen Voraussetzungen, der Bedeutung von Nahrung, Speisen und Mahlzeiten</p> <p>Zusammenhang gesundheitlicher, ökologischer, ökonomischer und sozialer sowie arbeitswissenschaftlicher Aspekte verstehen und reflektieren</p>   |

## 4 Kernbereiche

### 4.1 Kernbereich: Konsum und Lebensstil

|  |  |
|--|--|
| <b>Rolle als Verbraucherin / Verbraucher</b>   |  |
| <p>In einer komplexen Welt von Angebot und Konsum wird es immer schwieriger, sich zu orientieren und selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen.</p> <p>Zielsetzung ist es, in einer Konsumgesellschaft als informierte und verantwortungsbewusste Verbraucherinnen und Verbraucher zu handeln. Orientiert an der Lebenswelt der Schülerinnen und Schüler und realen Situationen wird Konsumverhalten problematisiert. Hierbei lernen die Schülerinnen und Schüler vor dem Hintergrund der Rechte und Pflichten von Verbrauchern und Verbraucherinnen ihre Entscheidungen kritisch, bewusst und reflektiert zu treffen.</p> |  |
| <b>Sachkompetenz</b>   | <p>Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- setzen sich kritisch mit der gezielten Manipulation durch Anbieter und Medien auseinander.</li> <li>- lernen eigene Bedürfnisse und andere mögliche Einflussfaktoren kennen und analysieren kritisch.</li> <li>- stellen Kosten / Nutzenüberlegungen für ein bewusstes Kaufverhalten an.</li> <li>- kennen Produktkennzeichnungen sowie Prüf- und Qualitätssiegel und nutzen diese für ihre Konsumententscheidung.</li> </ul> |
| <b>Methodenkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- erkunden und erfassen Kaufverhalten in Realsituationen und werten dieses aus.</li> <li>- beschaffen und erfassen Produktinformationen, werten die Informationen aus und beurteilen diese.</li> </ul>  |
| <b>Selbst- und Sozialkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- treffen Konsumententscheidungen reflektiert und selbstbestimmt.</li> <li>- erfahren Konsequenzen des Konsumverhaltens für die Gemeinschaft und ordnen sie ein.</li> <li>- übernehmen Verantwortung für das eigene Handeln und zeigen sich selbst- und sozialverantwortlich im Umgang mit anderen.</li> </ul>  |
| <b>Mögliche Inhalte</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Bedarf, Bedürfnis, Nachfrage</li> <li>➤ Verbraucherrechte und -pflichten</li> <li>➤ Medien, Werbung und Verbraucherfallen</li> <li>➤ Märkte und technologische Entwicklungen</li> <li>➤ Konsumentenverhalten</li> <li>➤ ...</li> </ul>  |
| <b>Begriffe</b>  | Einkaufsfallen, Garantie, Gewährleistung, Jugendschutz, Käufertypen, Konsum, Konsum- und Verbrauchsgüter, Prüf- und Qualitätssiegel, Verbraucherschutz, Verkaufsstrategien, Verträge, Warentests, Werbung, ...   |
| <b>Fächerübergreifend (vernetzend)</b>   | <p>Wirtschaft/Politik: Marktformen, Angebot und Nachfrage</p> <p>Deutsch: Appellative Texte, Filmsequenzen analysieren</p> <p>Kunst: Werbewirkung</p> <p>Mathematik: Kosten-Nutzen-Rechnungen</p>  |



| <b>Wirtschaftliche und nachhaltige Lebensführung</b>   |   |
|--|---|
| <p>Das wirtschaftliche und soziale Leben der Menschen ist geprägt von vielfältigen Lebensformen und Bedürfnissen. Dem steht gegenüber, dass jeder Haushalt nur über begrenzte Mittel verfügt, mit denen er als wirtschaftlicher Betrieb handelt. Zum Erhalt unserer Lebensgrundlagen ist die Einsicht erforderlich, dass Bedürfnisbefriedigung Einzelner nur auf der Basis einer nachhaltigen, umweltgerechten Entwicklung gelingen kann.</p> <p>Ziel ist es, das Spannungsfeld bewusst zu erfahren, grundlegende ökonomische und ökologische Zusammenhänge zu begreifen und die Notwendigkeit eines nachhaltigen Lebensstils zu erfassen.</p> |   |
| <b>Sachkompetenz</b>   | <p>Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- verfügen über Kenntnisse von sozialen Strukturen und Lebensstilen.</li> <li>- vergleichen wirtschaftliches Handeln im privaten Haushalt mit Wirtschaftsbetrieben.</li> <li>- erkennen ökonomische und ökologische Zusammenhänge im Konsum- und Alltagshandeln.</li> <li>- erwerben Kenntnisse über den planvollen Umgang mit finanziellen und materiellen Ressourcen.</li> <li>- kennen Instrumente der privaten Absicherung und Vorsorge.</li> </ul>  |
| <b>Methodenkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- bearbeiten Fallbeispiele, entwickeln und präsentieren Lösungsansätze.</li> <li>- werten Grafiken und Statistiken aus.</li> <li>- beziehen selbstständig außerschulische Lernorte ein.</li> <li>- führen Buch über eigenes „Haushalts“- und Finanzmanagement.</li> </ul>  |
| <b>Selbst- und Sozialkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- reflektieren Lebensstile und Lebensweisen und leiten daraus Handlungsstrategien für die eigene Lebensgestaltung ab.</li> <li>- organisieren und optimieren ihre Arbeitsabläufe im Alltag.</li> <li>- treffen wirtschaftliche Entscheidungen und beziehen Fragen der Nachhaltigkeit mit ein.</li> <li>- handeln selbst- und sozialverantwortlich im Umgang mit vorhandenen Ressourcen.</li> </ul>   |
| <b>Mögliche Inhalte</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lebensräume beleben und gestalten</li> <li>➤ Lebensstile im Vergleich</li> <li>➤ Finanzmanagement / -dienstleistung, Vorsorgen im Leben, notwendige Absicherungen von Lebensrisiken</li> <li>➤ Haushalt als Betrieb</li> <li>➤ Strukturwandel in privaten Haushalten und der Wirtschaft</li> <li>➤ Nachhaltigkeit – der ökologische Fußabdruck / Ökobilanz</li> <li>➤ Ökonomisches und ökologisches Handeln</li> <li>➤ Lebensstil und Konsumgewohnheiten im globalen und regionalen Zusammenhang</li> <li>➤ Der kritische und strategische Konsument</li> <li>➤ ...</li> </ul> |

|  |   |
|--|---|
| <b>Begriffe</b>                        | Einkommen, Fairer Handel, fixe und variable Kosten, Globalisierung, Haushaltsbudget, kritischer Konsum, Lebensgestaltung, -führung, -stil, Nachhaltigkeit, ökologischer Fußabdruck, ökonomisches Prinzip, Recycling, Vermögen, Vermögensplanung, Versicherung, Vorsorge, Zahlungsverkehr, ... |
| <b>Fächerübergreifend (vernetzend)</b> | Mathematik: Haushaltsrechnungen<br>Wirtschaft/Politik: Strukturwandel - Arbeitsmarkt - Ökonomie<br>Biologie: Nachhaltigkeit - ökologisches Handeln<br>Erdkunde / Weltkunde: Lebensmittelproduktion / Kulturlandschaft   |

| <b>Private Lebensführung als Potential</b>   |   |
|--|---|
| <p>Menschen sehen sich vielfältigen Entscheidungsanforderungen ausgesetzt. Die persönlichen Potentiale werden selbst erkannt und im Sinne einer gesunden und selbstbestimmten Lebensführung genutzt. Im Zentrum steht die Entwicklung von Kompetenzen zur Alltagsbewältigung in Familie, Beruf und Gemeinschaft.</p> |   |
| <b>Sachkompetenz</b>   | <p>Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kennen die Bedeutung sozialer Prozesse.</li> <li>- erkennen Chancen und Probleme des Zusammenlebens im Privaten und in der Gesellschaft.</li> <li>- vergleichen unterschiedliche Formen, Zukunftschancen und Risiken der Lebensgestaltung.</li> <li>- reflektieren Möglichkeiten des Zeit- und Selbstmanagements.</li> <li>- kennen die Vielfalt der individuellen und gesellschaftlichen Ressourcen.</li> </ul> |
| <b>Methodenkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- bearbeiten Fallbeispiele, entwickeln und präsentieren Lösungsansätze.</li> <li>- erstellen Selbst- und Zeitmanagementmodelle.</li> <li>- führen Rollenspiele durch.</li> </ul>   |
| <b>Selbst- und Sozialkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- erkennen eigene Begabungen, Talente und Vorlieben.</li> <li>- übernehmen Verantwortung für das eigene Handeln/Leben und das Agieren in der Gemeinschaft.</li> <li>- verstehen, reflektieren und bewerten eigene Handlungen und schätzen ihre Tragweite ein.</li> <li>- wenden die Prinzipien des Ressourcenmanagements in ihrem Alltag an.</li> <li>- handeln selbst- und sozialverantwortlich im Umgang mit vorhandenen Ressourcen.</li> </ul>  |
| <b>Mögliche Inhalte</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Du und ich als ein Teil der Gesellschaft</li> <li>➤ Umgang mit Konflikten</li> <li>➤ Verantwortung für eigenes Handeln</li> <li>➤ Haushalts-, Familien- und Selbstmanagement</li> <li>➤ Lebensplanung und -gestaltung</li> <li>➤ Individuelle und gesellschaftliche Ressourcen</li> <li>➤ ...</li> </ul>   |
| <b>Begriffe</b>  | <p>Ehrenamt, Kommunikation, Lebenslage, Lebenszyklus, Lebens- und Zukunftsplanung, Ressourcen (Gesundheit, Zeit, Geld, Bildung, etc.), Selbst- und Zeitmanagement, Sozialverantwortung, Zivilcourage, ...</p>   |
| <b>Fächerübergreifend (vernetzend)</b>   | <p>Wirtschaft/Politik: Berufsorientierung, Lebensplanung, Konflikte im Arbeitsleben<br/> Deutsch: Umgang mit Konflikten, Rollenspiele</p>   |

## 4.2 Kernbereich: Ernährung und Gesundheit

|  |  |
|--|--|
| <b>Essen und Ernährung</b>   |  |
| <p>Individuelle Essgewohnheiten entwickeln sich im Lebenslauf unter vielfältigen, soziokulturellen, interkulturellen und historischen Einflüssen. Die Essbiografie eines Menschen bestimmt sein Essverhalten und seine Essmuster. Über das Essen wird die Welt sinnlich und sozial erschlossen. Esserfahrungen werden geknüpft an Emotionen, im Gehirn gespeichert und strukturieren die Wahrnehmung für weitere Erfahrungen.</p> <p>Das eigene Essverhalten zu verstehen, ist daher eine Voraussetzung für die weitere Gestaltung der eigenen Essbiografie. Essen als Mittel der Kommunikation zu nutzen, hat eine herausragende Bedeutung im sozialen Kontext.</p> |  |
| <b>Sachkompetenz</b>   | <p>Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kennen und verstehen sozio- und interkulturelle Einflussfaktoren, ihre Wirkungen und Bedeutungen für das Essverhalten.</li> <li>- identifizieren und reflektieren historische Einflüsse und deren Auswirkungen in heutiger Zeit.</li> <li>- analysieren und bewerten den Zusammenhang von Alltag und Gewohnheit.</li> </ul>                       |
| <b>Methodenkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- legen Essprotokolle an und werten essbiografische Dokumente aus.</li> <li>- werten historische Quellen der Ernährungsgeschichte aus.</li> <li>- werten statistisches Material sowie Umfragen aus.</li> <li>- präsentieren Arbeitsergebnisse fachbezogen.</li> </ul>   |
| <b>Selbst- und Sozialkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- erkunden die Herkunft der Gewohnheiten ihres Essverhaltens.</li> <li>- nutzen situationsgerechte Handlungsmöglichkeiten zur weiteren Gestaltung der Essbiografie.</li> <li>- gestalten eine kommunikative und sinnliche Essatmosphäre.</li> <li>- erkennen, analysieren und vergleichen eigenes Essverhalten mit dem anderer; sie tolerieren das Essverhalten anderer.</li> </ul> |
| <b>Mögliche Inhalte</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Essen und Identität: Soziale, historische, religiöse und familiäre Wurzeln</li> <li>➤ Essgewohnheiten und individuelle Essmuster, Rhythmen und Routinen</li> <li>➤ Vorlieben, Abneigungen, Präferenzen</li> <li>➤ Essen zu Hause, unterwegs, in der Schule, mit Freunden</li> <li>➤ Nahrung, Ernährung und Gastlichkeit</li> <li>➤ Genussfähigkeit</li> <li>➤ ...</li> </ul>      |
| <b>Begriffe</b>  | Ernährungsgewohnheiten, Essbiografie, Essmuster, Essverhalten, Rhythmen und Routinen, Sensorik und Sinnlichkeit des Essens, Symbolgehalt von Nahrung, ...  |
| <b>Fächerübergreifend (vernetzend)</b>   | <p>Deutsch: Mediengesellschaft - Essen in den Medien</p> <p>Kunst: Das Ästhetisch - Kulturelle des Essens</p> <p>Geschichte: Auf den historischen Spuren der Esskultur</p> <p>Sprachen: Esskulturen anderer Länder</p>   |

| <b>Ernährung und Gesundheitsförderung</b>  |  |
|--|--|
| <p>Das Verständnis vom Zusammenhang von Nahrung und Ernährung fördert die Gesundheit des Einzelnen und trägt zur Gesunderhaltung bei.<br/>Dazu sind Kenntnisse erforderlich über Lebens- und Genussmittel, Nahrung und Verzehr, Wirkungen im Stoffwechsel und Auswirkungen auf den Körper. Rahmenbedingungen und Kontexte einer alltäglichen Lebensweise sind Hintergrund zur Reflexion und Förderung von individuellen Gesundheitsressourcen.</p> |  |
| <b>Sachkompetenz</b>   | <p>Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nehmen Körpersignale (Durst, Hunger, Appetit, Sättigung) wahr und verstehen sie.</li> <li>- kennen Lebensmittel und deren Inhaltsstoffe und verstehen deren Wirkungen im Stoffwechsel.</li> <li>- erkennen den Zusammenhang von Bewegung und Ernährung.</li> <li>- kennen Ernährungsempfehlungen und setzen sich damit und mit allgemeinen Ernährungsinformationen kritisch auseinander.</li> <li>- kennen rechtliche Rahmenbedingungen für Nahrungs- und Genussmittel.</li> <li>- setzen sich kritisch mit Einflüssen idealer Körperbilder auseinander.</li> </ul>       |
| <b>Methodenkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- kennen Vermittlungsmodelle (Ernährungskreise, Ernährungspyramiden) und überprüfen damit ihr eigenes Essverhalten.</li> <li>- nutzen Produktinformationen.</li> </ul>  |
| <b>Selbst- und Sozialkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- stellen den Zusammenhang von Nahrung und Ernährung für die persönliche Gesundheit (körperliche und geistige Entwicklung) her und reflektieren ihr Essverhalten.</li> <li>- entwickeln einen genussvollen und verantwortlichen Umgang mit dem eigenen Körper durch Essen und Trinken.</li> <li>- unterscheiden Körperbilder und akzeptieren Diversität.</li> <li>- unterscheiden und tolerieren Rollenverständnisse.</li> </ul>  |
| <b>Mögliche Inhalte</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ernährungsempfehlungen und deren Vermittlungsmodelle</li> <li>➤ Nahrungs- und Genussmittel unter rechtlichen Rahmenbedingungen</li> <li>➤ Nährstoffdichte, Energiedichte und Energiebilanz</li> <li>➤ Unerwünschte Nahrungsbegleitstoffe</li> <li>➤ Langzeiteffekte der Bewegung für das Essverhalten</li> <li>➤ Prävention und Gesundheitsförderung</li> <li>➤ Körperbilder, Selbstwertgefühl, Essstörungen</li> <li>➤ Gesundheit, Selbstwirksamkeit des Essverhaltens</li> <li>➤ Ernährung und Leistungsfähigkeit</li> <li>➤ Neuartige Lebensmittel, Nahrungsergänzungsmittel</li> <li>➤ ...</li> </ul> |
| <b>Begriffe</b>  | <p>Bodymaßindex (BMI), Energie- und Nährstoffdichte, Ernährungsempfehlungen, Ernährungskreis, Essstörungen, gentechnisch veränderte Organismen (GVO), Grund- und Leistungsumsatz, Körperbilder, Lebensmittel- und Futtermittelgesetz (LMFG), Ernährungspyramide, Nahrungs- und Genussmittel, neuartige Lebensmittel, Prävention, Selbstwirksamkeit, Stoffwechsel, ...</p>  |
| <b>Fächerübergreifend (vernetzend)</b>   | <p>Sport: Sich fit halten; Biologie: Stoffwechsel; Chemie: Experimente<br/>Ästhetische Bildung: Körperbilder in der Geschichte, Kleiderreform</p>  |

| <b>Kultur und Technik der Nahrungszubereitung</b>  |  |
|--|--|
| <p>Alltag und Vielfalt der interkulturellen Lebensstile verschiedenster sozialer Ausprägung bestimmen die Esskulturen mit ihren Auswirkungen auf Auswahl, Zubereitung und Verzehr von Nahrung. Ziel ist das kompetente Handeln im Alltag bei der Kultur und Technik der Nahrungszubereitung und Mahlzeitengestaltung. Dabei ist die Fülle des Angebots kritisch zu hinterfragen und auf eine alltags- und situationsgerechte Ausgewogenheit zu überprüfen und anzuwenden.</p> <p>Die Verbindung gesundheitlicher, ökologischer, ökonomischer und sozialer sowie arbeitswissenschaftlicher Gesichtspunkte ist zu berücksichtigen.</p> |  |
| <b>Sachkompetenz</b>   | <p>Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- unterscheiden Lebensmittel und Produkte durch Sinnesprüfung und erkennen die Bedeutung ihrer Sinnlichkeit.</li> <li>- kennen Grundsätze der Hygiene und wenden sie an.</li> <li>- treffen eine Auswahl von Lebensmitteln und stellen Speisen unter Berücksichtigung der Nachhaltigkeit her.</li> <li>- planen und gestalten Mahlzeiten situations- und alltagsgerecht.</li> <li>- kennen Ess- und Tischkulturen und wenden sie an.</li> </ul> |
| <b>Methodenkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- kennen grundlegende Techniken der Nahrungszubereitung und wenden sie an.</li> <li>- beschaffen, erarbeiten, reflektieren und nutzen Informationen.</li> <li>- arbeiten nach Anleitungen.</li> <li>- kreieren selbstständig Speisen und organisieren entsprechende Arbeitsprozesse.</li> </ul>   |
| <b>Selbst- und Sozialkompetenz</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- genießen und wertschätzen Speisen und Mahlzeiten.</li> <li>- wertschätzen Nahrung, Speisen und Rituale fremder Kulturen.</li> <li>- organisieren Arbeitsabläufe selbstbestimmt und situationsangemessen.</li> <li>- wertschätzen geleistete Arbeit und gemeinsame Gestaltung.</li> <li>- zeigen Bereitschaft zur Mitverantwortung und üben Kooperations- und Teamfähigkeit.</li> </ul>  |
| <b>Mögliche Inhalte</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ess- und Tischkulturen</li> <li>➤ Ästhetisch - kulinarische und zielgruppenspezifische Speisengestaltung</li> <li>➤ Arbeitsteilung, -planung und -organisation</li> <li>➤ Sachgerechter Umgang mit Lebensmitteln, Arbeitsmaterialien und Werkstoffen</li> <li>➤ Grundtechniken und Grundrezepte</li> <li>➤ Lebensmittelauswahl, -qualität und -sicherheit</li> <li>➤ ...</li> </ul>   |
| <b>Begriffe</b>  | <p>Arbeitsgestaltung, Ess- und Tischkultur, Grundausrüstung, Grundrezepte, Grundtechniken, Hygiene, Küchengeräte, Lebensmittel- und Produktkennzeichnung, rationelles Arbeiten, Reinigung und Pflege, Tischsitten und -gebräuche, Unfallverhütung, ...</p>   |
| <b>Fächerübergreifend (vernetzend)</b>   | <p>Fremdsprachen: Essen in verschiedenen Kulturen<br/>         Deutsch: Gebrauchstexte<br/>         Naturwissenschaften: Experimente<br/>         Technik: Arbeitsabläufe</p>  |

## 5 Leistungen und ihre Bewertungen

Die Leistungen werden auf der Basis der im Fach erworbenen Sach-, Methoden-, Selbst- und Sozialkompetenz bewertet.

### Unterrichtsbeiträge

Die Leistungsbewertung bezieht sich auf Unterrichtsbeiträge, die in mündlicher, schriftlicher und praktischer Form erbracht werden.

### Kriterien und Verfahren

Folgende Leistungen können zur Beurteilung herangezogen werden:

#### Mündliche Leistungen

- Kontinuität, Qualität und Quantität der Beiträge der Schülerinnen und Schüler
- Formen der Darstellung und Präsentation von Referaten und Berichten und sonstigen Ergebnissen
- Mitarbeit, Einsatz und Ideenvielfalt in Unterrichtsgesprächen und Diskussionen in allen Aktionsformen des Unterrichts
- ...

#### Schriftliche Leistungen

- Festhalten von Fortschritten im Portfolio, Aufzeigen des Lernzuwachses
- Reflexion durch Selbst- und Fremdeinschätzung im Portfolio
- Schriftliche Leistungen (Lernzielkontrolle, Hausaufgaben, Tests etc.)
- ....

#### Praktische Leistungen

- Ergebnis der „Handlungsprodukte“ sowie der im Arbeitsprozess gezeigten Teilleistungen im Umgang mit fachspezifischem Material und vielfältigen Methoden
- ....

### Zeugnisnote

Die Zeugnisnote wird nach fachlicher und pädagogischer Abwägung aus den einzelnen Noten mehrerer verschiedenartiger Unterrichtsbeiträge gebildet.