



# **Schulinterner Lehrplan**

## **Hauswirtschaft**

### **Sekundarstufe I**



## Schulinterner Lehrplan – Arbeitslehre Hauswirtschaft Jahrgangsstufen bis 5 und 7

### Übergeordnete Kompetenzerwartungen

<b>Kompetenzbereich Sachkompetenz</b>		
Die Schülerinnen und Schüler		
SK1	ordnen einfache fachbezogene Sachverhalte ein	
SK2	formulieren ein erstes Grundverständnis zentraler Dimensionen von Arbeit im Haushalt und wenden elementare Fachbegriffe sachgerecht an	
SK3	stellen in elementarer Form hauswirtschaftliche Strukturen dar	
SK4	beschreiben grundlegende hauswirtschaftliche Prozesse	
<b>Kompetenzbereich Methoden- und Verfahrenskompetenz</b>		
Die Schülerinnen und Schüler		
MK1	<i>Informationsbeschaffung und -entnahme</i>	recherchieren unter Anleitung in eingegrenzten Mediensammlungen und beschaffen – auch unter Nutzung von Inhaltsverzeichnis, Register und Glossar - zielgerichtet Informationen aus Büchern und digitalen Medien
MK2		entnehmen Einzelmaterialien niedriger Strukturiertheit fragenrelevante Informationen
MK3		entnehmen einfachen modellhaften Darstellungen fragengeleitet Informationen
MK4		erheben angeleitet Daten durch Beobachtung, Erkundung und den Einsatz vorgegebener Messverfahren,
MK5		Identifizieren ausgewählte Lebensmitteleigenschaften durch die Nutzung unterschiedlicher Sinne
MK6		analysieren in elementarer Form einfache kontinuierliche Texte
MK7	<i>Aufbereitung, Strukturierung, Analyse und Interpretation</i>	analysieren und interpretieren in elementarer Form diskontinuierliche Texte wie Diagramme, Statistiken, Schaubilder Rezepte und Grafiken einfacher Strukturiertheit
MK8		überprüfen vorgegebene Fragestellungen und eigene Vermutungen mittels Erkundungen und Befragungen in der Schule sowie im schulischen Umfeld
MK9		identifizieren unterschiedliche Standpunkte im eigenen Erfahrungsbereich und geben diese zutreffend wieder
MK10		analysieren einfache Fallbeispiele aus dem Alltag
MK11		entwickeln angeleitet Kriterien für die Qualität von zubereiteten Speisen
MK12	<i>Darstellung und Präsentation</i>	beschreiben einfache Sachverhalte sprachlich angemessen unter Verwendung relevanter Fachbegriffe
MK13		erstellen mit Hilfestellung einfache Skizzen, Diagramme und Schaubilder zur Darstellung von Informationen
MK14		präsentieren einfache Speisen und Gerichte unter ästhetischen und funktionalen Gesichtspunkten

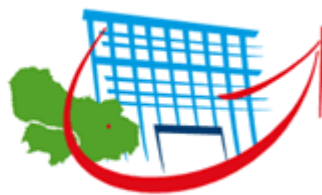


## Schulinterner Lehrplan – Arbeitslehre Hauswirtschaft Jahrgangsstufen bis 5 und 7

### Übergeordnete Kompetenzerwartungen

<b>Kompetenzbereich Urteils- und Entscheidungskompetenz</b>	
	Die Schülerinnen und Schüler
UK1	beurteilen grundlegende fachbezogene Sachverhalte und Verfahren vor dem Hintergrund vorgegebener Kriterien
UK2	formulieren in Ansätzen einen begründeten eigenen Standpunkt
UK3	beurteilen deutlich voneinander unterscheidbare Motive, Bedürfnisse und Interessen von Personen und Gruppen
UK4	beurteilen überschaubare Situationen oder Ereignisse aus verschiedenen Perspektiven
UK5	beurteilen im Kontext eines einfachen Falles oder Beispiels mit Entscheidungscharakter Möglichkeiten, Grenzen und Folgen darauf bezogenen Handelns
UK6	entscheiden sich in vorstrukturierten, fachlich geprägten Situationen begründet für eine Handlungsoption

<b>Kompetenzbereich Handlungskompetenz</b>	
	Die Schülerinnen und Schüler
HK1	be- und verarbeiten einfach handhabbare Lebensmittel
HK2	bedienen und pflegen einfache Geräte und Maschinen
HK3	entwickeln unter Anleitung – auch simulativ – einzelne Lösungen und Lösungswege für überschaubare fachbezogene Probleme
HK4	erstellen in Inhalt und Struktur klar vorgegebene (Medien-) Produkte zu fachbezogenen Sachverhalten und präsentieren diese im unterrichtlichen Zusammenhang
HK5	vertreten die eigenen Positionen auch in der Auseinandersetzung mit kontroversen Sichtweisen in angemessener Form im unterrichtlichen Zusammenhang
HK6	nehmen vorgegebene andere Positionen ein und bilden diese probeweise ab
HK7	organisieren ein überschaubares Projekt im schulischen Umfeld



„Arbeitsplatz Küche“ – 40 Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Hauswirtschaft gleich Kochen?	⇒ hauswirtschaftliche Arbeitsfelder benennen (z.B. Kochen, waschen, einkaufen, pflegen) [SK]	SK 2, 3, 4	–
Arbeitsplatz Lehrküche	⇒ Einrichtung und ihre Funktion kennen lernen, z.B. Begriffe: Herd, Spüle, Küchenschrank, Kühlschrank [SK] ⇒ Ordnungssystem erkennen [SK]	SK 1, 2, 3 UK 1, 2 MK 11, 12 HK 3	- Küchenrallye - Inventar der Küchenschränke erkunden (z.B. Gläser, Geschirr, Besteck, Arbeitsgeräte, Töpfe) - Arbeitsbesteck und Essbesteck, Kochgeschirr und Essgeschirr unterscheiden, Farbmarkierungen beachten
Achtung Unfall (-gefahren)	⇒ Gefahrenquellen im privaten Haushalt erkennen [SK] ⇒ Vermeidungsmöglichkeiten benennen [SK] ⇒ Maßnahmen bei Unfällen kennen [SK] ⇒ Maßnahmen bei der Arbeit umzusetzen [UK]	SK 1, 3 UK 1 MK 1, 4, 7, 10 HK 3, 4	- Notruf - Fluchtweg
Hygiene – ein Muss!	⇒ wesentliche Regeln zur persönlichen Hygiene erarbeiten [SK] ⇒ Maßnahmen zur Arbeitshygiene erklären [SK] ⇒ hygienischen Umgang mit Lebensmitteln erklären und umsetzen [SK, HK]	SK 1, 2, 4 UK 1 MK 4, 7, 10 HK 1, 4	- Hände waschen, Haare binden, Schürze tragen, Schmuck ablegen - Spülvorgang, Spülbecken und Abfalleimer sauber halten, sachgemäß reinigen (Ämterplan) - Küchenreinigung - waschen oder schälen von Lebensmitteln, verwenden von Schneidebrettern <b>Zubereitung:</b> Götterspeise (Probespülen)

<sup>1</sup> (SK = Sachkompetenz, UK = Urteils- und Entscheidungskompetenz, MK = Methoden- und Verfahrenskompetenz, HK=Handlungskompetenz)



„Arbeitsplatz Küche“ – 40 Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>2</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Gute Vorbereitung ist alles!	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ ungenießbare Teile entfernen und Formen des Schärens anwenden [SK]</li> <li>⇒ Nahrungsmitteln mit verschiedenen Geräten zerkleinern [SK]</li> </ul>	SK 1, 4      MK 5, 11, 12, 13, 14 UK 1          HK 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schalen entfernen Banane mit der Hand, Gurke mit dem Sparschäler, Zwiebeln mit dem Küchenmesser</li> <li>- Messer, Hobel, Reibe</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Essbarer Fliegenpilz, Brotfisch</p>
Messen, wiegen, schätzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Messbecher richtig handhaben und anwenden [SK, HK]</li> <li>⇒ Lebensmittel schätzen [SK, HK]</li> </ul>	SK 1, 2, 4      MK 4, 12 UK 1, 6          HK 2, 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Messen von Flüssigkeiten</li> <li>- z.B. 125 g Butter</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> 'Sündige' Küsse, Birnenigel</p>
Messer – eine scharfe Sache	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Arten, Funktion und Handhabung erläutern [SK]</li> <li>⇒ sicheren Umgang mit dem Arbeitsmittel erklären [SK]</li> <li>⇒ sachgerechte Reinigung durchführen [SK, HK]</li> </ul>	SK 1, 2, 4      MK 1, 12 UK 1              HK 1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tunnelgriff, Krallengriff</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Früchteschaschlik, Obstsalat mit Schokoraspeln</p>
Der Backofen	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Schalter des Backofens zuordnen und bedienen [SK, HK]</li> <li>⇒ Zubehörteile benennen [SK]</li> <li>⇒ Funktionsweisen beschreiben [SK]</li> <li>⇒ Gefahren erkennen und vermeiden</li> </ul>	SK 1, 4          MK 1, 4, 12 UK 1, 2, 6      HK 2, 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Funktions-, Temperaturschalter</li> <li>- Rost, Backblech, Fettpfanne</li> <li>- Ober-/Unterhitze, Umluft</li> <li>- Benutzung von Topfhandschuhen</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Apfelringkörnchen, Apfel-Blätter-Teig, Süße Schuhsohlen, Schweineöhrchen, Monster-Taler, Blitzkuchen</p>

<sup>2</sup> (SK = Sachkompetenz, UK = Urteils- und Entscheidungskompetenz, MK = Methoden- und Verfahrenskompetenz, HK=Handlungskompetenz)



„Arbeitsplatz Küche“ – 40 Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>3</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Das Kochfeld	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Schalter den entsprechenden Kochstellen zu ordnen [SK]</li> <li>⇒ Topfgrößen auf die Größe der Kochstelle abstimmen [SK]</li> <li>⇒ niedrige, mittlere, starke Hitze den einzelnen Garvorgängen zu ordnen [SK, HK]</li> <li>⇒ Gefahren erkennen und vermeiden [SK]</li> <li>⇒ sachgerechte Reinigung und Pflege durchführen [SK, HK]</li> </ul>	SK 1, 4      MK 1, 12, 13 UK 1, 2, 6    HK 2, 4	- Ein-, Zurück- und Ausschalten üben <b>Zubereitung:</b> Bunte Reispfanne, Fischstäbchen mit Kartoffelbrei und Tomatensalat, Hexenkessel
Gerührt – nicht geschüttelt	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ mechanische Handrührgeräte kennen und anwenden lernen [SK, HK]</li> <li>⇒ sachgerechte Handhabung des elektrischen Handrührgerätes [SK, HK]</li> <li>⇒ Gefahren im Umgang mit elektrischen Geräten berücksichtigen [SK]</li> </ul>	SK 1, 4      MK 4, 11, 12 UK 1, 6      HK 2	- Kochlöffel, Gabel, Schneebesen - Quirle für weiche Massen; Knethaken für feste Massen; Pürierstab zum Zerkleinern <b>Zubereitung:</b> Kaltgerührte Creme, Obstsalat mit Vanillesahne, Bananen-Jogurt-Shake
<b>Zusatzanforderung</b> Ab in die Tonne	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Verpackungsmaterial unterscheiden [SK]</li> <li>⇒ Abfalltrennung kennen und durchführen [SK, HK]</li> <li>⇒ umweltbewusste Beseitigung von Müll [SK, HK]</li> </ul>	SK 1, 2, 4    MK 1, 4, 9, 10 UK 2          HK 3	- Tüten, Packungen, Flaschen, Gläser - Metall, Glas, Papier, organische Abfälle
Tischlein deck dich	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Grundregeln zur Anordnung eines Gedeckes erlernen [SK]</li> <li>⇒ Verhaltensformen bei Tisch kennen und anwenden [SK, HK]</li> </ul>	SK 1          MK 12 UK 1, 2, 4    HK 4	- Tisch decken und abräumen <b>Zubereitung:</b> Spagetti mit Tomatensoße und Gurkensalat
Das Kochrezept – ein guter Plan!	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Inhalte von Rezepten verstehen [SK]</li> <li>⇒ Bedeutung bildlicher Darstellungen und Symbole erkennen [SK]</li> <li>⇒ gängige Abkürzungen beherrschen und anwenden [SK, HK]</li> <li>⇒ Reihenfolge der Arbeitsschritte erkennen und begründet einsetzen [SK, UK]</li> </ul>	SK 4          MK 1, 2 UK 1, 6      HK 2, 3	- Zutaten und Geräte bereitstellen - Zutaten und Geräte vorbereiten - z.B. g=Gramm, l=Liter, EL=Esslöffel - Arbeitsschritte aufteilen <b>Zubereitung:</b> Würzige Pizza-Taler, Thunfisch-Toast

<sup>3</sup> (SK = Sachkompetenz, UK = Urteils- und Entscheidungskompetenz, MK = Methoden- und Verfahrenskompetenz, HK=Handlungskompetenz)



„Arbeitsplatz Küche“ und „Zusammen arbeiten und genießen“ – 40 Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>2</sup>	Übergeordnete Kompetenz		Praktische Umsetzung
Alles im Griff	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ benennen von Arbeitsmitteln in der Schulküche (SK)</li> <li>⇒ be- und verarbeiten Lebensmittel (HK)</li> <li>⇒ bedienen und pflegen Geräte und Maschinen (HK)</li> </ul>	SK 1, 4 UK 1	MK 5, 7, 11, 13 HK 1, 2, 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Hähnchen-Pita</li> <li>– Bunte Reispfanne</li> <li>– Partybrot Peppone</li> </ul>
Erst vorbereiten, dann zubereiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ ordnen Lebensmittel verschiedenen Bearbeitungsverfahren sowie die hierzu benötigten Arbeitsmittel zu (SK)</li> <li>⇒ be- und verarbeiten Lebensmittel (HK)</li> </ul>	SK 1, 4 UK 1	MK 2, 4, 8, 12 HK 1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Pellkartoffeln mit Tzaziki</li> <li>– Milchreis mit Kompott</li> <li>– Armer Ritter</li> </ul>
Mehr als kochen: Garmethoden	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ ordnen Lebensmittel verschiedenen Bearbeitungsverfahren sowie die hierzu benötigten Arbeitsmittel zu (SK)</li> <li>⇒ erläutern Rezepte und beschreiben einfache Prozesse der Speisearbeitung (SK)</li> <li>⇒ beurteilen Verarbeitungsprozesse und die Qualität der Arbeitsergebnisse (UK)</li> <li>⇒ be- und verarbeiten Lebensmittel (HK)</li> </ul>	SK 1, 4 UK 1	MK 5, 11, 12, 13, 14 HK 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Schneller Gemüse-Auflauf</li> <li>– Apfelkuchen</li> <li>– Amerikaner</li> <li>– Muffins</li> <li>– Saison-Gebäck (z.B. Weckmänner, Osterhasen)</li> </ul>
<b>Zusatzanforderung</b> Lange lecker	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ vergleichen und beurteilen unterschiedliche Methoden zur Konservierung von Lebensmittel</li> </ul>	SK 2 UK 4	MK 4, 12 HK 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Marmelade</li> <li>- Einfrieren von Vorräten (z.B. Kräutern, Biskuitboden)</li> </ul>
Tausendsassa Küchenmaschine	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ erläutern die Handhabung und Funktion eingesetzter Arbeitsmittel(SK)</li> <li>⇒ ordnen Lebensmittel verschiedenen Be- und Verarbeitungsverfahren sowie die hierzu benötigten Arbeitsmittel zu (SK)</li> <li>⇒ unterscheiden sich für Ressourcen schonende Arbeitsweisen (UK)</li> </ul>	SK 2, 4 UK 4	MK 1, 4, 12 HK 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kartoffelspalten mit Krautsalat</li> <li>- Porrecremesuppe</li> </ul>



## Schulinterner Lehrplan – Arbeitslehre WPI-Hauswirtschaft Jahrgangsstufen bis 6-7

### Übergeordnete Kompetenzerwartungen

<b>Kompetenzbereich Sachkompetenz</b>		
	Die Schülerinnen und Schüler	
SK1	ordnen einfache fachbezogene Sachverhalte ein	
SK2	formulieren ein erstes Grundverständnis zentraler Dimensionen von Arbeit im Haushalt und wenden elementare Fachbegriffe sachgerecht an	
SK3	stellen in elementarer Form hauswirtschaftliche Strukturen dar	
SK4	beschreiben grundlegende hauswirtschaftliche Prozesse	
<b>Kompetenzbereich Methoden- und Verfahrenskompetenz</b>		
	Die Schülerinnen und Schüler	
MK1	<i>Informationsbeschaffung und -entnahme</i>	recherchieren selbstständig in eingegrenzten Mediensammlungen und beschaffen zielgerichtet Informationen
MK2		entnehmen mehreren Einzelmaterialien niedriger Strukturiertheit fragenrelevante Informationen und setzen diese zueinander in Beziehung
MK3		entnehmen modellhaften Darstellungen für Fragestellungen relevante Informationen
MK4		erheben selbstständig Daten durch Beobachtung, Erkundung und den Einsatz von Messverfahren
MK5		identifizieren ausgewählte Lebensmitteleigenschaften durch die Nutzung unterschiedlicher Sinne
MK6		identifizieren Eigenschaften von Materialien und technischen Systemen durch Messungen
MK7	<i>Aufbereitung, Strukturierung, Analyse und Interpretation</i>	analysieren durch konkrete Arbeitsaufträge angeleitet kontinuierliche Texte
MK8		analysieren und interpretieren mit Hilfestellungen diskontinuierliche Texte wie Grafiken, Statistiken, Rezepte, Schaubilder, Diagramme so-wie Bilder, Karikaturen und Filme
MK9		überprüfen vorgegebene Fragestellungen und eigene Vermutungen mittels Experimenten, Erkundungen und Befragungen
MK10		identifizieren unterschiedliche Perspektiven sowie kontroverse Stand-punkte und geben diese zutreffend wieder
MK11		analysieren Fallbeispiele auch außerhalb des unmittelbaren eigenen Erfahrungsbereichs
MK12		entwickeln selbstständig Kriterien für die Qualität von technischen Systemen sowie zubereiteten Speisen und Gerichten
MK13	<i>Darstellung und Präsentation</i>	beschreiben fachspezifische Sachverhalte sprachlich angemessen unter Verwendung relevanter Fachbegriffe (
MK14		erstellen selbstständig einfache Skizzen, Diagramme und Schaubilder zur Darstellung von Informationen und Messdaten
MK15		präsentieren Speisen, Gerichte und Werkstücke unter ästhetischen und funktionalen Gesichtspunkten





## Schulinterner Lehrplan – Arbeitslehre WPI-Hauswirtschaft Jahrgangsstufen bis 6-7

### Übergeordnete Kompetenzerwartungen

<b>Kompetenzbereich Urteils- und Entscheidungskompetenz</b>	
	Die Schülerinnen und Schüler
UK1	beurteilen in Ansätzen fachbezogene Sachverhalte, Systeme und Verfahren vor dem Hintergrund relevanter, auch selbst entwickelter Kriterien
UK2	formulieren in Ansätzen einen begründeten eigenen Standpunkt und prüfen, ob der erreichte Wissensstand als Basis für ein eigenes Urteil hinreichend ist
UK3	beurteilen in Ansätzen unterschiedliche Handlungsweisen und dahinter liegende Interessen hinsichtlich der zugrundeliegenden Wertmaßstäbe sowie deren Verallgemeinerbarkeit
UK4	beurteilen in Ansätzen auch komplexere Situationen oder Ereignisse aus verschiedenen Perspektiven
UK5	beurteilen im Kontext eines Falles oder Beispiels mit Entscheidungs-charakter Möglichkeiten, Grenzen und Folgen des darauf bezogenen Handelns
UK6	entscheiden sich in fachlich geprägten Situationen begründet für Handlungsoptionen und wägen Alternativen ab

<b>Kompetenzbereich Handlungskompetenz</b>	
	Die Schülerinnen und Schüler
HK1	be- und verarbeiten Lebensmittel und Werkstoffe
HK2	bedienen und pflegen Arbeitsmittel, Werkzeuge, Geräte und Maschinen
HK3	entwickeln auch in kommunikativen Zusammenhängen Lösungen und Lösungswege für fachbezogene Probleme und setzen diese ggf. um
HK4	erstellen aus einer vorgegebenen inhaltlichen Auswahl (Medien-)Produkte zu fachbezogenen Sachverhalten und präsentieren diese intentional im (schul-)öffentlichen Raum
HK5	vertreten die eigenen Positionen auch in der Auseinandersetzung mit kontroversen Sichtweisen in angemessener Form im (schul-)öffentlichen Raum
HK6	nehmen andere Positionen ein und vertreten diese probeweise (Perspektivwechsel)
HK7	planen und realisieren ein fachbezogenes Projekt und werten dieses anhand von vorgegebenen Kriterien aus



„Clever in der Küche – Wie werde ich ein Küchenprofi?“ – 18 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung	
Ordnung muss sein	benennen Einrichtungen, Funktionsbereiche und Arbeitsmittel in der Schulküche (SK)	SK 1, 2, 4 UK 1, 2	MK 12, 13 HK 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Arbeitsgeräte sinnvoll einsetzen</li> <li>– Arbeitsbereich sinnvoll einrichten</li> </ul>
Tatort Küche Gefahr erkannt - Gefahr gebannt!	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ erklären sicherheitsrelevante Aspekte in der Schulküche (SK)</li> <li>⇒ benennen Gefahrenquellen im privaten Haushalt und erläutern deren Vermeidungsmöglichkeiten (SK)</li> <li>⇒ bewerten Sicherheitsvorkehrungen im privaten Haushalt im Hinblick auf deren Effektivität (UK)</li> </ul>	SK 1, 4 UK 1	MK 1, 4, 8, 11 HK 3, 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Gefahrensymbole erkennen</li> <li>– Rettungswege, Rettungsmittel</li> <li>– Zubereitung: Erdbeer-Joghurt-Quark, Obstsalat, Quarkspeise mit frischem Obst</li> <li>– Gefahreinschätzung z.B. bei Reinigungsmitteln</li> </ul>
Mir ist der Appetit vergangen! Hygiene in der Küche – ein Muss!	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ erläutern Maßnahmen zur persönlichen Hygiene sowie zur Arbeitsplatz- und Lebensmittelhygiene (SK)</li> <li>⇒ erklären Maßnahmen zum hygienischen Umgang mit Lebensmitteln im Betrieb (SK)</li> <li>⇒ bewerten das eigene Arbeitsverhalten sowie körpernahe Gegenstände (u.a. Kleidung, Schmuck) im Hinblick auf potenzielle Gefährdungen (SK)</li> </ul>	SK 1, 2, 4 UK 1	MK 4, 8, 11 HK 1, 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Persönliche Hygiene, Arbeitsplatzhygiene, Lebensmittelhygiene</li> <li>– Hygieneregeln anwenden</li> <li>– Zubereitung: Partybrot 'Peppone'</li> </ul>
Verdorben oder noch genießbar?	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Wertschätzung von Lebensmitteln (SK)</li> <li>⇒ Korrekte Lagerung von Lebensmitteln (SK)</li> <li>⇒ Haltbarkeit der Lebensmittel bewerten</li> <li>⇒ MHD und Verfallsdatum erklären</li> </ul>	SK 2, 4 UK 1, 6	MK 1, 4, 5, 9 HK 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>– BMEL: "Zu gut für die Tonne"</li> <li>– <a href="http://www.lebensmittelwertschaetzen.de/">www.lebensmittelwertschaetzen.de/</a></li> <li>– Zubereitung: Pizza, Eintöpfe, Aufläufe als 'Restverwerter'</li> </ul>
Unsichtbare Gefahren: Salmonellen & Co.	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ erläutern spezifische Maßnahmen zur Lebensmittelhygiene</li> <li>⇒ Lebensmittelrecht</li> </ul>	SK 1, 4 UK 1	MK 1, 8 HK 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>– MHD, Verfallsdatum</li> <li>– Zubereitung: Makronen, Geflügelpita</li> </ul>

<sup>1</sup> (SK = Sachkompetenz, UK = Urteils- und Entscheidungskompetenz, MK = Methoden- und Verfahrenskompetenz, HK=Handlungskompetenz)



**„Geht’s auch ohne Chemie im Haushalt?“ – 12 U-Std.**

<b>Unterrichtsreihen/-themen</b>	<b>Konkretisierte Kompetenzerwartungen<sup>2</sup></b>	<b>Übergeordnete Kompetenz</b>	<b>Praktische Umsetzung</b>	
Spülen im Handumdrehen	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ entscheiden über die Reihenfolge von Arbeitsschritten und begründen ihre Entscheidung (UK)</li> <li>⇒ entscheiden sich für ergonomisch optimierte und Ressourcen schonende Arbeitsweisen (UK)</li> </ul>	SK 1, 4 UK 1, 6	MK 1, 8, 9, 14 HK 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Wasserverbrauch einschränken</li> <li>– Geschirr fachgerecht reinigen</li> <li>– Zubereitung: Hackfleisch-Käse-Suppe, Pizzabrötchen, Hot Dog Spezial</li> </ul>
Wie verhalte ich mich umweltbewusst?	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ recherchieren selbstständig in eingegrenzten Mediensammlungen und beschaffen zielgerichtet Informationen (MK)</li> <li>⇒ erheben selbstständig Daten durch Beobachtung, Erkundung und den Einsatz von Messverfahren(MK)</li> <li>⇒ identifizieren unterschiedliche Perspektiven sowie kontroverse Standpunkte und geben diese zutreffend wieder (MK)</li> <li>⇒ analysieren Fallbeispiele auch außerhalb des unmittelbaren eigenen Erfahrungsbereichs (MK)</li> <li>⇒ bedienen und pflegen Arbeitsmittel, Werkzeuge, Geräte und Maschinen (HK)</li> <li>⇒ nehmen andere Positionen ein und vertreten diese probeweise (Perspektivwechsel) (HK)</li> <li>⇒ Nachhaltigkeit im Haushalt</li> <li>⇒ Verbraucherinnen- und Verbraucherschutz</li> <li>⇒ entscheiden sich für ergonomisch optimierte und Ressourcen schonende Arbeitsweisen (UK)</li> </ul>	SK 1, 4 UK 1, 6	MK 1, 4, 10, 11 HK 2, 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Vergleich von Reinigungsmitteln</li> <li>– Arbeitstechniken zur Reinigung (z.B. schlangenförmiges Wischen)</li> <li>– Einsatz von mechanischen Reinigungsmittel im Vergleich zu chemischen Reinigungsmitteln</li> <li>– Wirkungsweise chemischer und mechanischer Mittel bewerten</li> <li>– Materialien kennen und sachgemäß reinigen</li> <li>– Durchführen der Grundreinigung</li> <li>– Zubereitung: Pizza-Schnecken, Schweineöhrchen</li> </ul>

<sup>2</sup> (SK = Sachkompetenz, UK = Urteils- und Entscheidungskompetenz, MK = Methoden- und Verfahrenskompetenz, HK=Handlungskompetenz)



„Wie viel High Tech braucht die Küche?“ – 20 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>3</sup>	Übergeordnete Kompetenz		Praktische Umsetzung
Messen und Wiegen	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ be- und verarbeiten Lebensmittel und Werkstoffe (HK)</li> <li>⇒ beschreiben einfache Prozesse der Speisearbeitung (SK)</li> </ul>	SK 4 UK 1	MK 13 HK 1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Löffelmaß, Litermaß, Augenmaß Abkürzungen</li> <li>– Zubereitung: Amerikaner, Apfelmuffins, Schafskäsedip, Plätzchen</li> </ul>
Lizenz zum Kochen! Scharfe Messer und andere Küchenhelfer!	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ be- und verarbeiten Lebensmittel und Werkstoffe (HK)</li> <li>⇒ beschreiben einfache Prozesse der Speisearbeitung (SK)</li> </ul>	SK 4 UK 1	MK 13 HK 1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Tunnelgriff, Krallengriff, Messerarten, Vorbereitung, Zerkleinerung, von Lebensmitteln</li> <li>– Zubereitung: Paprika-Tomaten-Gemüse, Mallorquine-Salat</li> </ul>
Trendgeräte im Haushalt	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ benennen Arbeitsmittel in der Schulküche (SK)</li> <li>⇒ entscheiden sich begründet für den Einsatz von Arbeitsmitteln unter Berücksichtigung von Sicherheitsaspekten (UK)</li> <li>⇒ entscheiden sich für Ressourcen schonende Arbeitsweisen (UK)</li> <li>⇒ beurteilen Verarbeitungsprozesse und die Qualität der Arbeitsergebnisse im Hinblick der Hygieneregeln sowie der Sicherheit (UK)</li> <li>⇒ erläutern die Handhabung und Funktion eingesetzter Arbeitsmittel</li> </ul>	SK 1, 4 UK 1, 6	MK 4, 5, 11, 12, 13 HK 1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Elektrisches Handrührgerät</li> <li>– Passierstab</li> <li>– Backofen und Kochfeld wiederholen</li> <li>– Küchenkleingeräte sinnvoll einsetzen</li> <li>– Zubereitung: Amerikaner, Blitzkuchen, Weckmänner, Quarkspeise, Spagetti mit Tomatensoße, Frikadellen mit Teufelssoße</li> </ul>
Alles im Griff am Arbeitsplatz?	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ entscheiden sich für ergonomisch optimierte und Ressourcen schonende Arbeitsweisen (UK)</li> </ul>	SK 1, 2, 4 UK 1	MK 5, 8, 12, 14 HK 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Einrichten eines Arbeitsplatzes</li> <li>– Lesen und Umsetzen eines Rezeptes</li> <li>– Zubereitung: Quarkdip mit Gemüstreifen</li> </ul>
Erst vorbereiten, dann zubereiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ ordnen Lebensmitteln verschiedenen Bearbeitungsverfahren sowie die hierzu benötigten Arbeitsmittel zu (SK)</li> <li>⇒ beschreiben einfache Prozesse der Speisearbeitung (SK)</li> </ul>	SK 5 UK 1	MK 13 HK 1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Vorbereitung, Zerkleinerung, Aufbereitung von Lebensmitteln</li> <li>– Zubereitung: Möhreintopf, Rohkostsalat</li> </ul>

<sup>3</sup> (SK = Sachkompetenz, UK = Urteils- und Entscheidungskompetenz, MK = Methoden- und Verfahrenskompetenz, HK=Handlungskompetenz)



„No-name oder Markenprodukt?“ - 16 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>4</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
<p>Die tolle Knolle – Wo kommt sie her und welche darf es sein?</p> <p>Die Geschichte</p> <p>Die Kartoffelpflanze</p> <p>Der Kartoffelanbau</p> <p>Die Kartoffelsorten</p> <p>Inhaltsstoffe</p> <p>Veränderungen durch küchentechnische Verarbeitung</p> <p>Verschiedene Märkte</p> <p>Handelsklassen,</p> <p>Qualitätsmerkmale, Kochtypen</p> <p>Praktische Umsetzung/Anwendung:</p> <p>Geschmacksprüfung für Biokartoffeln und konventionell angebaute Kartoffel</p>	<p>⇒ benennen besondere Lebensmittelgruppen und erläutern deren Stellenwert (SK)</p> <p>⇒ analysieren durch konkrete Arbeitsaufträge angeleitet kontinuierliche Texte (MK)</p> <p>⇒ benennen besondere Lebensmittelgruppen und erläutern deren Stellenwert (SK)</p> <p>⇒ bewerten ausgewählte Lebensmittelgruppen und das regionale Produktangebot im Hinblick auf ihre ernährungsphysiologische und sensorische Qualität sowie im Hinblick auf Saisonalität, Nachhaltigkeit, Preisgestaltung und Qualität. (UK)</p> <p>⇒ analysieren und interpretieren mit Hilfestellungen komplexerer diskontinuierliche Texte wie Grafiken, Statistiken, Rezepte, Schaubilder, Diagramme sowie Bilder, Karikaturen und Filme (MK)</p> <p>⇒ analysieren verschiedene regionale Märkte im Hinblick auf Erreichbarkeit, Produktauswahl, Preise, Qualität und Beratung (SK)</p> <p>⇒ beurteilen verschiedene Einkaufsstätten für ausgewählte Lebensmittelgruppen im Hinblick auf Auswahlmöglichkeiten (UK)</p> <p>⇒ bewerten Gattungsmarken (No-name-Produkte) und Markenartikel hinsichtlich ihrer Qualität, ihrer Produktionskosten und ihres Preises (UK)</p>	<p>SK 3, 4</p> <p>UK 2, 5</p> <p>MK 7, 8, 14, 15</p> <p>HK 6, 7</p>	<p>– <b>Experimente:</b> Eiweißnachweis, Stärkenachweis, Vitamin-C-Gehalt vor und nach dem Garen von Kartoffeln</p> <p>– <b>Links:</b>  <a href="http://www.lernenaufdembauernhof.de/(Arbeitsblatt%20Kartoffel)">www.lernenaufdembauernhof.de/(Arbeitsblatt Kartoffel)</a>  <a href="http://www.hamsterkiste.de/005/Kartoffel/000.html">www.hamsterkiste.de/005/Kartoffel/000.html</a>  <a href="http://www.ernaehrung-und-verbraucherbildung.de/docs/SchmeXperiment-Druckfassung_280205.pdf">www.ernaehrung-und-verbraucherbildung.de/docs/SchmeXperiment-Druckfassung_280205.pdf</a>  <a href="http://www.lfl.bayern.de">www.lfl.bayern.de</a>  <a href="https://information-medien-agrar.de">https://information-medien-agrar.de</a></p> <p>– <b>Filme:</b>  Das Leben der Kartoffel (enthält Werbung – Dauer 4:15 Minuten)</p> <p>Löwenzahn Classics 112 – Eine tolle Knolle (Dauer 23:29 Minuten)</p> <p>Die Kartoffel – Welt der Wunder (Dauer 9:05 Minuten)</p> <p>Sachgeschichte: K7 – Kartoffel-Spezial (Dauer 33:00 Minuten, kostenpflichtig 39,00  Zubereitungen: Bratkartoffeln, Kartoffelsuppe</p>

<sup>4</sup> (SK = Sachkompetenz, UK = Urteils- und Entscheidungskompetenz, MK = Methoden- und Verfahrenskompetenz)



„No-name oder Markenprodukt?“ - 16 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>5</sup>	Übergeordnete Kompetenz		Praktische Umsetzung
Welche Firmen stecken hinter No Name Produkten? Welche Marken stecken hinter Discounter Produkten? Lebensmittel-Check	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ entnehmen mehreren Einzelmaterialien niedriger Strukturiertheit fragenrelevante Informationen und setzen diese zueinander in Beziehung</li> <li>⇒ identifizieren ausgewählte Lebensmitteleigenschaften durch die Nutzung unterschiedlicher Sinne</li> <li>⇒ entwickeln selbstständig Kriterien für die Qualität von technischen Systemen sowie zubereiteten Speisen und Gerichten</li> <li>⇒ erstellen aus einer vorgegebenen inhaltlichen Auswahl (Medien-) Produkte zu fachbezogenen Sachverhalten und präsentieren diese intentional im (schul-) öffentlichen Raum</li> <li>⇒ vertreten die eigenen Positionen auch in der Auseinandersetzung mit kontroversen Sichtweisen in angemessener Form im (schul-) öffentlichen Raum</li> </ul>	SK  UK	MK 2, 5, 12 HK 4, 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Vergleich von Produkten</li> <li>– Einfluss der Werbung auf das Kaufverhalten</li> <li>– Filme: ZDF-Mediathek Die Tricks der Lebensmittelindustrie Youtube: Nelson Müller No-Name oder Marke</li> <li>– Zubereitung: Puddingcremes, Fischstäbchen, TK-Pizza</li> </ul>
<b>Zusatzanforderungen</b> Mehr als kochen: Garmethoden	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ ordnen Lebensmitteln verschiedene Be- und Verarbeitungsverfahren sowie die hierzu benötigten Arbeitsmittel zu (SK)</li> <li>⇒ erläutern Rezepte und beschreiben einfache Prozesse der Speisearbeitung (SK)</li> <li>⇒ beurteilen Verarbeitungsprozesse und die Qualität der Arbeitsergebnisse (UK)</li> </ul>	SK 1, 4  UK 1	MK 5, 12, 13, 14 HK 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Garmethoden umsetzen: braten, dünsten, kochen, backen</li> <li>– Zubereitung: Paprika-Tomaten-Soße mit Nudeln</li> </ul>
Tausendsassa Küchenmaschine	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ erläutern die Handhabung und Funktion eingesetzter Arbeitsmittel (SK)</li> <li>⇒ entscheiden sich für Ressourcen schonende Arbeitsweisen (UK)</li> </ul>	SK 1, 4 UK 1, 2, 6	MK 4, 12 HK 1, 2, 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Größere Mengen verarbeiten</li> <li>– Bedienungsaufwand erkennen</li> <li>– Reinigungsaufwand abschätzen</li> <li>– Zubereitung: Rohkostsalate, schwere Teige</li> </ul>

<sup>5</sup> (SK = Sachkompetenz, UK = Urteils- und Entscheidungskompetenz, MK = Methoden- und Verfahrenskompetenz)



## Schulinterner Lehrplan – Arbeitslehre WPI Schwerpunkt: Hauswirtschaft Jahrgangsstufen bis 8-10

### Übergeordnete Kompetenzerwartungen

<b>Kompetenzbereich Sachkompetenz</b>	
Die Schülerinnen und Schüler	
SK1	systematisieren komplexere fachbezogene Sachverhalte
SK2	formulieren ein vertieftes Grundverständnis zentraler Dimensionen von Arbeit und wenden zentrale Fachbegriffe im erweiterten thematischen Kontext an
SK3	analysieren die Funktionen und Rollen sowie die Handlungsmöglichkeiten ausgewählter Personen und Gruppen
SK4	analysieren hauswirtschaftliche und ökonomische Strukturen
SK5	analysieren hauswirtschaftliche und ökonomische Prozesse

<b>Kompetenzbereich Methoden- und Verfahrenskompetenz</b>		
Die Schülerinnen und Schüler		
MK1	<i>Informationsbeschaffung und -entnahme</i>	recherchieren selbstständig innerhalb und außerhalb der Schule in unterschiedlichen Medien und beschaffen zielgerichtet Informationen
MK2		identifizieren die unter einer Fragestellung relevanten Informationen innerhalb einer Zusammenstellung verschiedener Materialien, gliedern diese und ordnen sie in thematische Zusammenhänge ein
MK3		entnehmen Modellen Kern- und Detailaussagen und entwickeln einfache modellhafte Vorstellungen zu fachbezogenen Sachverhalten
MK4		erheben selbstständig komplexere Daten durch Beobachtung, Erkundung, Simulation und den Einsatz von Messverfahren
MK5		identifizieren selbstständig Lebensmitteleigenschaften
MK6		identifizieren die Funktionsweise komplexerer ökonomischer Systeme durch Simulation
MK7	<i>Aufbereitung, Strukturierung, Analyse und Interpretation</i>	analysieren komplexere kontinuierliche Texte
MK8		analysieren und interpretieren komplexere diskontinuierliche Texte wie Grafiken, Statistiken, Rezepte, Schaubilder, Diagramme sowie Bilder, Karikaturen und Filme
MK9		formulieren Fragestellungen, entwickeln Hypothesen und überprüfen diese mithilfe selbst ausgewählter, geeigneter quantitativer (Umfrage, Zählung, Messung) und qualitativer (Beobachtung, Erkundung und Expertenbefragung) Verfahren sowie mit Experimenten und Simulationen
MK10		identifizieren unterschiedliche Perspektiven sowie kontroverse Standpunkte, geben diese zutreffend wieder und vergleichen sie miteinander
MK11		analysieren Fallbeispiele und nehmen Verallgemeinerungen vor
MK12		entwickeln Kriterien und Indikatoren zur Beschreibung, Erklärung und Überprüfung fachbezogener Sachverhalte
MK13		stellen fachspezifische Sachverhalte unter Verwendung geeigneter sprachlicher Mittel und Fachbegriffe adressatenbezogen sowie problemorientiert dar und präsentieren diese anschaulich
MK14	<i>Darstellung und Präsentation</i>	erstellen auch unter Nutzung digitaler Medien Skizzen, Diagramme und Strukturbilder, um Zusammenhänge und Probleme graphisch darzustellen
MK15		präsentieren ein Themenmenü unter ästhetischen und funktionalen Gesichtspunkten



## Schulinterner Lehrplan – Arbeitslehre WPI Schwerpunkt: Hauswirtschaft Jahrgangsstufen bis 8-10

### Übergeordnete Kompetenzerwartungen

<b>Kompetenzbereich Urteils- und Entscheidungskompetenz</b>	
	Die Schülerinnen und Schüler
UK1	beurteilen differenziert fachbezogene Sachverhalte, Systeme und Verfahren vor dem Hintergrund relevanter, auch selbst entwickelter Kriterien
UK2	formulieren einen begründeten eigenen Standpunkt und prüfen, ob der erreichte Wissensstand als Basis für ein eigenes Urteil hinreichend ist
UK3	beurteilen kriteriengeleitet unterschiedliche Handlungsweisen und dahinter liegende Interessen hinsichtlich der zugrundeliegenden Wertmaßstäbe sowie deren Verallgemeinerbarkeit
UK4	beurteilen komplexere Situationen oder Ereignisse aus verschiedenen Perspektiven
UK5	beurteilen im Kontext eines komplexeren Falles oder Beispiels mit Entscheidungscharakter Möglichkeiten, Grenzen und Folgen des darauf bezogenen Handelns
UK6	entscheiden sich in komplexeren, fachlich geprägten Situationen begründet für Handlungsoptionen, wägen Alternativen ab und beurteilen mögliche Konsequenzen

<b>Kompetenzbereich Handlungskompetenz</b>	
	Die Schülerinnen und Schüler
HK1	be- und verarbeiten auch schwer handhabbare Lebensmittel
HK2	bedienen und pflegen auch komplexere Arbeitsmittel, Geräte und Maschinen
HK3	entwickeln auch in kommunikativen Zusammenhängen Lösungen und Lösungswege für komplexere fachbezogene Probleme und setzen diese ggf. um
HK4	erstellen (Medien-)Produkte zu fachbezogenen Sachverhalten und präsentieren diese intentional im (schul-)öffentlichen Raum
HK5	vertreten die eigenen Positionen auch in der Auseinandersetzung mit kontroversen Sichtweisen in angemessener Form im (schul-)öffentlichen Raum und bereiten ihre Ausführungen mit dem Ziel der Überzeugung oder Mehrheitsfindung auch strategisch auf
HK6	nehmen andere Positionen ein und vertreten diese (Perspektivwechsel)
HK7	planen und realisieren ein fachbezogenes Projekt und werten dieses aus
HK8	dokumentieren Ergebnisse ihrer Berufsorientierung im Berufswahlpass oder einer anderen Dokumentationsform zum Einsatz im Berufswahlprozess





„Du bist, was du isst“ – 60 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Kleine Ernährungslehre	⇒ - wiederholen der Inhaltsstoffe der Lebensmittel		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Kohlenhydrate</li> <li>– Eiweiße</li> <li>– Fette</li> <li>– Vitamine</li> <li>– Mineralstoffe</li> <li>– Wasser</li> </ul>
Getreide	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ benennen besondere Lebensmittelgruppen und erläutern deren Stellenwert in der Ernährung</li> <li>⇒ analysieren verschiedene regionale Märkte im Hinblick auf Erreichbarkeit, Produktauswahl, Preise, Qualität und Beratung,</li> <li>⇒ erläutern die Produktanalyse als eine Möglichkeit, Produkte hinsichtlich ihrer Beschaffenheit, ihrer Leistungsfähigkeit und ihrer Produktionskosten zu vergleichen.</li> </ul>	SK 1      MK 1, 3, 5 UK 1, 2    HK 1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Aufbau des Getreidekorns</li> <li>– Inhaltsstoffe</li> <li>– Herstellung von Mehl</li> <li>– gesundes/ungesundes Getreide?</li> <li>– Vielfalt Getreide</li> <li>– Mais</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Couscous-Pfanne, Nudelgerichte, Haferflockenplätzchen, Pizzataschen, Scharfer Reistopf, Grießbrei, Milchreis mit Früchten</p>
Kein Ei aus Quälerei - oder?!	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ benennen besondere Lebensmittelgruppen und erläutern deren Stellenwert in der Ernährung</li> <li>⇒ analysieren verschiedene regionale Märkte im Hinblick auf Erreichbarkeit, Produktauswahl, Preise, Qualität und Beratung</li> </ul>	SK 1      MK 1, 2, 3, 7, 8, 10 UK 1, 2, 3    HK 1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Inhaltsstoffe</li> <li>– Haltungsformen</li> <li>– Kennzeichnung</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Jägerkohl mit Spiegelei, Kaiserschmarrn, Kokosmakronen, Eiersalat</p>

<sup>1</sup> (SK = Sachkompetenz, UK = Urteils- und Entscheidungskompetenz, MK = Methoden- und Verfahrenskompetenz, HK=Handlungskompetenz)



„Du bist, was du isst“ – 60 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz		Praktische Umsetzung
Saftig und lecker - Getränke	⇒ erläutern die Produktanalyse als eine Möglichkeit, Produkte hinsichtlich ihrer Beschaffenheit, ihrer Leistungsfähigkeit und ihrer Produktionskosten zu vergleichen	SK 1 UK 1	MK 4, 5, 7, 12 HK 7	– Mixen von Getränken <b>Zubereitung:</b> Alkoholfreie Cocktails
Die Ernährungspyramide	⇒ be urteilen Nahrungsmittelgruppen im Hinblick auf ihre jeweilige Bedeutung für eine ausgewogene Ernährung (UK) ⇒ beurteilen das eigene Ernährungsverhalten aufgrund von Informationen über eine gesundheitsförderliche Ernährung	SK 1 UK 1,2, 3	MK 2, 3 HK 1, 2, 3, 4	– Was ist eine vollwertige und ausgewogene Ernährung? – Die Lebensmittelgruppen – Auf das Maß kommt es an – Ein Tag mit der Ernährungspyramide <b>Zubereitung:</b> Schnelle Vollkornbrötchen, Kartoffel-Rahmsuppe, Gratinierte Milchkartoffeln
Qualität von Lebensmitteln- Sicher durch Kennzeichnung Hygienemaßnahmen	⇒ beurteilen Nahrungsmittelgruppen im Hinblick auf ihre jeweilige Bedeutung für eine ausgewogene Ernährung (UK) ⇒ beurteilen das eigene Ernährungsverhalten aufgrund von Informationen über eine gesundheitsförderliche Ernährung ⇒ erläutern spezifische Maßnahmen zur Lebensmittelhygiene	SK 2, 3 UK 1	MK 1, 4, 5, 8 HK 4	– Schimmelexperiment – Stationenlernen – Salmonellen Stationenlernen <b>Zubereitung:</b> Hackfleischgerichte, Chicken Nuggets
<b>Zusatzanforderung</b> Achte auf das Etikett!	⇒ wissen, welche Angaben laut Lebensmittelkennzeichnungsgesetz auf einem verpacktem Lebensmittel stehen müssen ⇒ für problematische Zutaten in der Zutatenliste sensibilisiert werden (z.B. alle Zutaten, die auf ...ose enden) ⇒ Ansprechpartner für Verbraucherinformationen und -schutz kennen lernen ⇒ bewusste Entscheidungen beim Einkauf treffen ⇒ die Bedeutung einer Lebensmittel-Ampel kennen und bewerten	SK 1, 5 UK 1, 2	MK 1, 3, 4, 5, 13 HK 1, 4	– Verkehrsbezeichnungen – Mengenangaben, Verbrauchsdatum, MHD – Rangfolge der Zutatenliste, Zusatzstoffe <b>Zubereitung:</b> Erdbeer-Quark, Spaghetti mit frischer Tomatensoße im Vergleich mit Fertigprodukten



„Ausgewogene Ernährung“ – 18 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Ernährung aktuell	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ setzen sich kritisch mit Lebensmitteln (in der Werbung) auseinander</li> <li>⇒ beschreiben und bewerten Nahrungsergänzungsmittel</li> <li>⇒ benennen Superfoods und bewerten diese</li> <li>⇒ setzen sich kritisch mit Ernährungstrends auseinander</li> </ul>	SK 1, 2, 3    MK 1, 2, 3, 7 UK 1, 2, 4    HK 1, 2, 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Wie beeinflusst uns Werbung?</li> <li>– Nahrungsergänzungsmittel</li> <li>– Muskeln um jeden Preis?</li> <li>– Essen "to go"</li> <li>– Wie super sind Superfoods?</li> <li>– Ernährungstrends</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Salate "to go" (Schichtsalate im Weck-Glas), Vegane Kürbissuppe, Müsliriegel, Avocado Dip mit Ofenkartoffeln, Fruchtiges Curry mit Huhn</p>
Ohne Energie läuft nichts	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ beschreiben die Zusammensetzung einer gesundheitsförderlichen Ernährung</li> </ul>	SK 1            MK 1, 3, 5 UK 1, 2        HK 1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Was ist der BMI?</li> <li>– Wie berechnet man den BMI?</li> <li>– Funktionen der Nährstoffe</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Nudelvariationen, Gemüse-Couscous mit Kräuterquark</p>



„Ernährung und Gesundheit“ – 22 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Ernährung muss sich anpassen	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ setzen sich kritisch mit nahrungsmittelbedingten Krankheiten auseinander</li> <li>⇒ beschreiben Nahrungsmittelallergien und erläutern Konsequenzen für das Ernährungsverhalten</li> </ul>	SK 1, 2, 3    MK 1, 2, 3, 10, 12 UK 1, 4, 6    HK 1, 2, 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Nahrungsmittelunverträglichkeit</li> <li>– Nahrungsmittelallergien</li> <li>– Lactoseintoleranz &amp; Co</li> <li>– Kennzeichnung von Allergenen</li> <li>– Lactoseintoleranz und Co.</li> <li>– Diabetes mellitus Typ I &amp; Typ II</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Gemüselasagne, Süßkartoffel-Möhren-Suppe</p>
Dem Schönheitsideal entsprechen wollen - Essstörungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ setzen sich mit Schönheit/Schönheitsidealen auseinander</li> <li>⇒ setzen sich mit verschiedenen Formen von Essstörungen auseinander</li> <li>⇒ sind in der Lage, Schutzfaktoren und Hilfsangebote zu benennen</li> </ul>	SK 1            MK 3, 4, 7 UK 1, 4        HK 1, 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Was ist Schönheit?</li> <li>– Schönheitsideale früher und heute</li> <li>– Formen von Essstörungen: (Magersucht, Bulimie, Binge-Eating, Orthorexia nervosa, Anorexia athletica)</li> <li>– Präventionsmöglichkeiten &amp; Hilfsangebote</li> </ul> <p><b>Mögliche externe Ergänzung:</b> Projekt/ReferentIn "Klang meines Körpers"</p> <p><b>Zubereitung:</b> Gemüsereis (mit Huhn), Joghurtknocken mit Obst, Putengeschnetzeltes mit Salat</p>



„Ernährungsverhalten im Vergleich – Fast Food, Diät und Co.“ – 20 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Kentucky Fried Chicken und der Pizza Hut - Fast Food kann auch gesund sein	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ reflektieren den eigenen Fast Food Konsum</li> <li>⇒ untersuchen Fast Food Gerichte im Hinblick auf eine ausgewogene Ernährung</li> <li>⇒ setzen sich mit Fast Food Alternativen auseinander</li> <li>⇒ bereiten eine Betriebsbesichtigung vor und nach</li> </ul>	SK 1, 2, 3    MK 2, 3, 5 UK 1, 2, 3, 4    HK 1, 2, 3, 4, 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Was ist eigentlich Fast Food?</li> <li>– Welcher Fast Food Typ bin ich?</li> <li>– Fast Food Gerichte im Vergleich</li> <li>– Alternative Fast Food Gerichte</li> <li>– Ein Blick hinter die Kulissen: Mc Donalds</li> </ul> <p><b>Film:</b> Supersize me <b>Unterrichtsgang:</b> Betriebsbesichtigung Mc Donalds Wesel <b>Zubereitung:</b> Fit-Burger, Kartoffelspalten/ Süßkartoffelspalten</p>
"Durch dick und dünn!" - Diäten	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ erläutern Gründe für ein diätetisches Essverhalten</li> <li>⇒ setzen sich kritisch mit verschiedenen Diäten auseinander</li> <li>⇒ analysieren Vor- und Nachteile verschiedener Fastenformen</li> </ul>	SK 1, 2    MK 1, 7, 15 UK 1, 2, 3    HK 4, 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Wer macht warum eine Diät?</li> <li>– Diäten im Vergleich (Low-Carb-Diät, Atkins-Diät...)</li> <li>– Vier Dimensionen von Hunger</li> <li>– Nicht immer gesund - auch Fasten hat Risiken und Nebenwirkungen</li> <li>– Pro- und Kontra-Diskussion Formula-Diät</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Gemüsepfanne, "Futter für die grauen Zellen" (Müsli, Obstvariationen...)</p>
<b>Zusatzanforderung</b> Andere Länder, andere Sitten!	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ benennen geographische und historische Einflussfaktoren und erläutern deren Bedeutung für unterschiedliche Essgewohnheiten</li> <li>⇒ beurteilen unterschiedliche Ess- und Tischsitten sowie deren Veränderbarkeit</li> </ul>	SK 1, 3, 4    MK 1, 2, 8, 14 UK 5    HK 1, 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Arbeitsmaterial "So isst die Welt!"</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Indisches Curry, Bulgur-Salat, Kichererbsen-Salat, Minestrone</p>



„Ich werde selbstständig - Haushaltsmanagement“ – 39 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Haushaltsmanagement: Eigener Haushalt, eigener Zeitplan, haben wir alles im Griff?	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ beschreiben ihren eigenen/familiären/privaten Haushalt und den Zeitplan<sup>^</sup></li> <li>⇒ benennen die verschiedenen Aufgaben, die bei der Hausarbeit anfallen</li> <li>⇒ setzen sich kritisch mit Arbeitsplanung und -organisation auseinander</li> <li>⇒ setzen sich kritisch mit der Frage auseinander, wie man die Hausarbeit auf die Haushaltsmitglieder verteilen kann</li> <li>⇒ beurteilen den privaten Haushalt im Wandel der Zeit</li> </ul>	<p>SK 1, 2, 3, 4 MK 1, 2, 3, 7, 15</p> <p>UK 1, 2, 4, 5 HK 1, 2, 3, 6</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Zeitstrahl: Haus- und Familienarbeit/ Haushalte im Wandel</li> <li>– Erstellen eines Haushaltsplans</li> <li>– Verwalten eines Haushaltsbuches</li> <li>– Familienorganisation - Welche (Existenz-) Bedürfnisse und Aufgaben haben wir?</li> <li>– Rollenverteilung bei der Hausarbeit</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Internationale Speisen Djuvec Reis mit Cevapcici, Indisches Linsen-Dal, Börek mit Schafskäse/Spinat, Köfte mit Fladenbrot, Thaiändisches Curry mit Gemüse, Quesadillas mit Guacamole</p>
Die richtige (Traum-) Wohnung finden	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ erklären, wie man eine Wohnung finden und mieten kann</li> <li>⇒ setzen sich kritisch mit den wichtigsten Punkten eines Mietvertrages auseinander</li> <li>⇒ beschreiben, welche Dinge bei einem Umzug wichtig zu beachten sind</li> <li>⇒ beschreiben am Beispiel des Wohnungsmarktes das "Angebot-Nachfrage-Prinzip"</li> </ul>	<p>SK 1 MK 1, 3, 4</p> <p>UK 1, 2 HK 1, 2, 3, 4</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Wohnungsannoncen lesen und aufgeben</li> <li>– Zusagen erhalten? - einen Mietvertrag unterzeichnen</li> <li>– Umzug geplant? Welche Kosten kommen auf mich zu?</li> <li>– Die Lücke auf dem Wohnungsmarkt - Podiumsdiskussion zur Wohnungsnot</li> </ul> <p>Mögliche externe Ergänzung: Referent: Mieterverein/Mieterbund</p> <p><b>Zubereitung:</b> Single Küche=Kreative Küche?!, Gemüsebaguette aus dem Backofen, Kochen in den eigenen vier Wänden - schnell und gesund?, Griechischer Salt mit Foccacia, Teig ist nicht gleich Teig!, Quarkölteig in verschiedenen Versionen</p>



„Ich werde selbstständig - Haushaltsmanagement“ – 39 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Gut versichert für die Zukunft - Versicherungen und Finanzübersichten	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ setzen sich kritisch mit der Vielfalt und dem Angebot der Versicherungen auseinander</li> <li>⇒ benennen die nötigsten Versicherungen, die man in Deutschland haben muss</li> <li>⇒ erklären die Unterschiede zwischen Lohn- und Einkommenssteuer</li> <li>⇒ recherchieren zu den Möglichkeiten einer Finanzübersicht</li> <li>⇒ setzen sich kritisch mit den Vor- und Nachteilen des Onlinebankings auseinander</li> </ul>	<p>SK 1, 2, 3    MK 1, 2, 3, 10, 12</p> <p>UK 1, 4, 6    HK 1,2, 3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Versicherungen für mich im Überblick</li> <li>– Brutto ist nicht gleich netto</li> <li>– Einnahmen = Gewinn?!</li> <li>– Ver- und Überschuldung</li> <li>– Wirtschaftskreislauf</li> <li>– Das eigene Girokonto</li> <li>– Onlinebanking</li> </ul> <p><b>Mögliche externe Ergänzung:</b> Referent: "School and Finance" (Expertenbefragung)</p> <p><b>Zubereitung:</b> Kreative Resteküche - Wie können Speisereste verwertet werden?, Bratkartoffeln mit Rührei, Arabische Gemüsepfanne mit Joghurt-Dip, Pizzabrot</p>
Sich für einen Beruf entscheiden - Ein Beruf für dich?!	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ benennen haushaltnahe Berufe</li> <li>⇒ beschreiben die Rechte und Pflichten eines Auszubildenden</li> <li>⇒ benennen Faktoren, die für die Berufswahl und die Bedeutung des späteren Lebens wichtig sind</li> <li>⇒ erläutern die Veränderungen der Arbeitswelten im Hinblick auf Arbeitszeiten, Löhne und Gesundheit</li> </ul>	<p>SK 1, 2, 3, 5    MK 3, 4, 7</p> <p>UK 1, 4, 5    HK 1, 3, 7, 8</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Berichte aus dem Berufspraktikum</li> <li>– Internet- Recherche zu den haushaltsnahen Berufen</li> </ul> <p><b>Mögliche externe Ergänzung:</b> Projekt/Referentin "Mein (Traum-) Beruf"</p> <p><b>Unterrichtsgang:</b> Besichtigung einer Ausbildungsgroßküche (Mehrgenerationenhaus)</p> <p><b>Zubereitung:</b> "Mealprep" schnelle und leckere Gerichte für die Arbeit., Gemüsebowl mit Hähnchenschnitzel, Linsensalat mit Hummus</p>



„Untragbar oder zukunftsfähig?“ – 21 U-Std.

Unterrichtsreihen/-themen	Konkretisierte Kompetenzerwartungen <sup>1</sup>	Übergeordnete Kompetenz	Praktische Umsetzung
Nachhaltigkeit -unser Konsum hat Auswirkungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ beschreiben das Prinzip der Nachhaltigkeit auch im Hinblick auf die Ernährung</li> <li>⇒ benennen Strategien zur Vermeidung von Lebensmittelverschwendung</li> <li>⇒ setzen sich kritisch mit den umweltschädlichen Folgen der Fleischproduktion auseinander</li> <li>⇒ reflektieren ihr eigenes Konsumverhalten kritisch</li> <li>⇒ beschreiben den Begriff "fair" und setzen sich kritisch mit fairem Handel von Lebensmittel und Textilien auseinander</li> </ul>	SK 1, 2      MK 1, 7, 15 UK 1, 2, 3, 5    HK 4, 5, 7, 8	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Die drei Säulen der Nachhaltigkeit</li> <li>– Der ökologische Fußabdruck</li> <li>– Die ökologische Landwirtschaft; Pflanzenanbau und Tierhaltung</li> <li>– Beim Einkauf an die Umwelt denken</li> <li>– Fair Play auch beim Einkauf</li> </ul> <p><b>Unterrichtsgang:</b> Markterkundung (Fairtrade/Eine-Welt-Laden, Bio-Bauernhof)</p> <p><b>Zubereitung:</b> Muss es immer Fleisch sein?, Teigtasche mit Gemüse, regional und saisonal</p>
<b>Zusatzanforderung</b> Online-Ökonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ beschreiben die bisherige und zukünftige Entwicklung des Onlinehandels</li> <li>⇒ benennen die verschiedenen Bezahlarten bei Onlineeinkäufen</li> <li>⇒ erläutern das "Auf und Ab" der Preise im Internet</li> <li>⇒ setzen sich kritisch mit Einflussfaktoren zu Digitalisucht auseinander</li> </ul>	SK 1, 3, 4      MK 1, 2, 8, 13, 14 UK 3, 5      HK 1, 3, 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Wunderbare Medienwelt - Welche vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten bietet das Internet? (Internet-Ralley)</li> <li>– Lebensmittel online einkaufen - Perspektiven des Lebensmittelhandels</li> <li>– Das Modell der Preisbildung, Angebot und Nachfrage regieren den Onlinehandel</li> <li>– "Copy and paste" Wie wird das Urheberrecht geschützt? Rechte und Pflichten des "gläsernen Kunden"</li> <li>– Kriterien einer Digitalisucht und Möglichkeiten einer "digital-detox"-Auszeit</li> </ul> <p><b>Zubereitung:</b> Rezepte Apps im Vergleich</p>