

# Übersichtsraster Lehrplan Ernährungslehre an der EuBo

## Sekundarstufe II : Ernährungslehre

Unterrichtsvorhaben 1	Inhaltsfelder	Kompetenzen
<b>Einführungsphase (EF)</b>		
<b>I</b> <b>Der Energie- und Nährstoffbedarf von Menschen variiert –</b> <i>Wie kann ich meinen individuellen Bedarf adäquat decken?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hauptnährstoffe und ihre Funktion</li> <li>• Energie- und Nährstoffbedarf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UF1 Wiedergabe</li> <li>• UF2 Auswahl</li> <li>• UF4 Vernetzung</li> <li>• E5 Auswertung</li> </ul>
<b>II</b> <b>Kohlenhydrate sind nicht gleich Kohlenhydrate –</b> <i>Wie viel Zucker darf es sein?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hauptnährstoffe und ihre Funktion</li> <li>• Verdauung, Resorption und Speicherung der Hauptnährstoffe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UF3 Systematisierung</li> <li>• E2 Wahrnehmung und Messung</li> <li>• E4 Untersuchungen und Experimente</li> <li>• E6 Modelle</li> <li>• K1 Dokumentation</li> </ul>
<b>III</b> <b>Ohne Fette geht es nicht –</b> <i>Sind Fette besser als ihr Ruf?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hauptnährstoffe und ihre Funktion</li> <li>• Verdauung, Resorption und Speicherung der Hauptnährstoffe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• E3 Hypothesen</li> <li>• K2 Recherche</li> <li>• K3 Präsentation</li> <li>• B1 Kriterien</li> </ul>
<b>IV</b> <b>Auf die Qualität der Proteine kommt es an –</b> <i>Welche Proteinlieferanten sind für mich geeignet?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hauptnährstoffe und ihre Funktion</li> <li>• Hauptnährstofflieferanten und ihre Herstellung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• E1 Probleme und Fragestellungen</li> <li>• K3 Präsentation</li> <li>• K4 Argumentation</li> <li>• B1 Kriterien</li> <li>• B2 Entscheidungen</li> <li>• B3 Werte und Normen</li> </ul>

## Übersichtsraster Lehrplan Ernährungslehre an der EuBo

<b>Qualifikationsphase (Q1) – GRUNKURS</b>		
<b>I</b> <b>Bedeutung von Wasser, Mineralstoffen und Vitaminen im Stoffwechsel des Menschen – Welche Folgen hat eine Unter- und Überversorgung an ausgewählten Mineralstoffen, Vitamin D und C sowie Wasser?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bedeutung des Wassers</li> <li>• Vitamine und Mineralstoffe</li> <li>• Nährstoffträger</li> <li>• Hormonelle Regulation</li> <li>• Lebensmittelunverträglichkeiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UF1 Wiedergabe</li> <li>• UF3 Systematisierung</li> <li>• UF4 Vernetzung</li> <li>• E1 Probleme und Fragestellungen</li> <li>• E5 Auswertung</li> <li>• K3 Präsentation</li> </ul>
<b>II</b> <b>B-Vitamine – Welche Rolle spielen sie im Stoffwechsel des Menschen?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stoffwechsel der Hauptnährstoffe</li> <li>• Vitamine [und Mineralstoffe]</li> <li>• Nährstoffträger</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• K1 Dokumentation</li> <li>• UF4 Vernetzung</li> <li>• E5 Auswertung</li> <li>• E6 Modelle</li> </ul>
<b>III</b> <b>Ernährung und Sport – Bessere Leistung durch bedarfsadäquate Ernährung?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Physiologische und stoffwechselphysiologische Zusammenhänge und Lebensbedingungen</li> <li>• Nährstoff- und Energiebedarf</li> <li>• Prinzipien für die Zusammenstellung einer bedarfsgerechten Kost</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UF4 Vernetzung</li> <li>• E5 Auswertung</li> <li>• K4 Argumentation</li> <li>• B2 Entscheidungen</li> </ul>
<b>IV</b> <b>Fit im Alter – Besser leben durch eine bedarfsadäquate Ernährung?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Physiologische und stoffwechselphysiologische Zusammenhänge und Lebensbedingungen</li> <li>• Nährstoff- und Energiebedarf</li> <li>• Prinzipien für die Zusammenstellung einer bedarfsgerechten Kost</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• K1 Dokumentation</li> <li>• K2 Recherche</li> <li>• K3 Präsentation</li> <li>• K4 Argumentation</li> <li>• B1 Kriterien</li> </ul>

## Übersichtsraster Lehrplan Ernährungslehre an der EuBo

<b>Qualifikationsphase (Q2) – GRUNDKURS</b>		
<b>I</b> <b>Gewicht im Griff – Krank durch Diät?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regulation der Nährstoffaufnahme</li> <li>• Stoffwechselprozesse und Stoffwechselstörungen</li> <li>• Formen der Fehlernährung</li> <li>• Krankheitsbilder, Therapie und Prophylaxe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UF1 Wiedergabe</li> <li>• E2 Wahrnehmung und Messung</li> <li>• E5 Auswertung</li> <li>• E7 Arbeits- und Denkweisen</li> <li>• K4 Argumentation</li> <li>• B1 Kriterien</li> </ul>
<b>II</b> <b>Leben mit Diabetes mellitus – Was ist zu beachten?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stoffwechselprozesse und Stoffwechselstörungen</li> <li>• Formen der Fehlernährung</li> <li>• Krankheitsbilder, Therapie und Prophylaxe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UF1 Wiedergabe</li> <li>• UF2 Auswahl</li> <li>• E5 Auswertung</li> <li>• K4 Argumentation</li> <li>• B1 Kriterien</li> </ul>
<b>III</b> <b>Zukunftsfähige Ernährung – Wie ernähre ich mich in einer globalisierten Welt „richtig“?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ernährung als mehrdimensionales Phänomen</li> <li>• Vollwerternährung und alternative Ernährungsformen</li> <li>• Strategien der Wirtschaft</li> <li>• Ernährungssituation der Bevölkerung unter verschiedenen regionalen und globalen Bedingungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• E4 Untersuchungen und Experimente</li> <li>• B1 Kriterien</li> <li>• B2 Entscheidungen</li> <li>• B3 Werte und Normen</li> </ul>