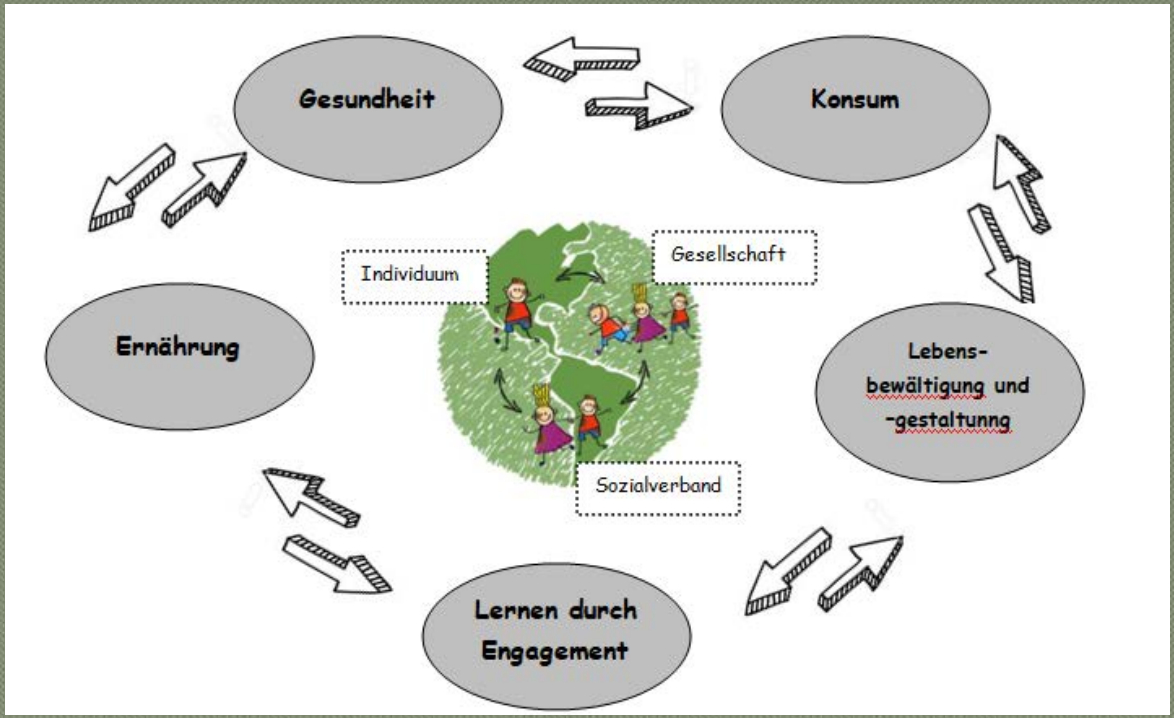
AES

Alltagskultur-Ernährung-Soziales

Wahlpflichtfach / Hauptfach ab Klasse 7



Alltagskultur-Ernährung-Soziales

Ernährung

- ✓ Ernährungsgewohnheiten
- ✓ Gesunde Ernährung hält fit
- ✓ Vollwertige Ernährung – ausgewogenen Ernährung
- ✓ Ernährungstrends
- ✓ Bestandteile der Nahrung - Nährstoffe und ihre Wirkung
- ✓ Lebensmittelauswahl / Lebensmittvergleich
- ✓ Lebensmittelproduktion
- ✓ Nachhaltiges Handeln
- ✓ Lebensmittelqualität & Umweltverträglichkeit
- ✓ Lebensmittelindustrie
- ✓ u.v.m.

CNR
Carl-Netter-Realschule

Alltagskultur-Ernährung-Soziales

Alltagskultur

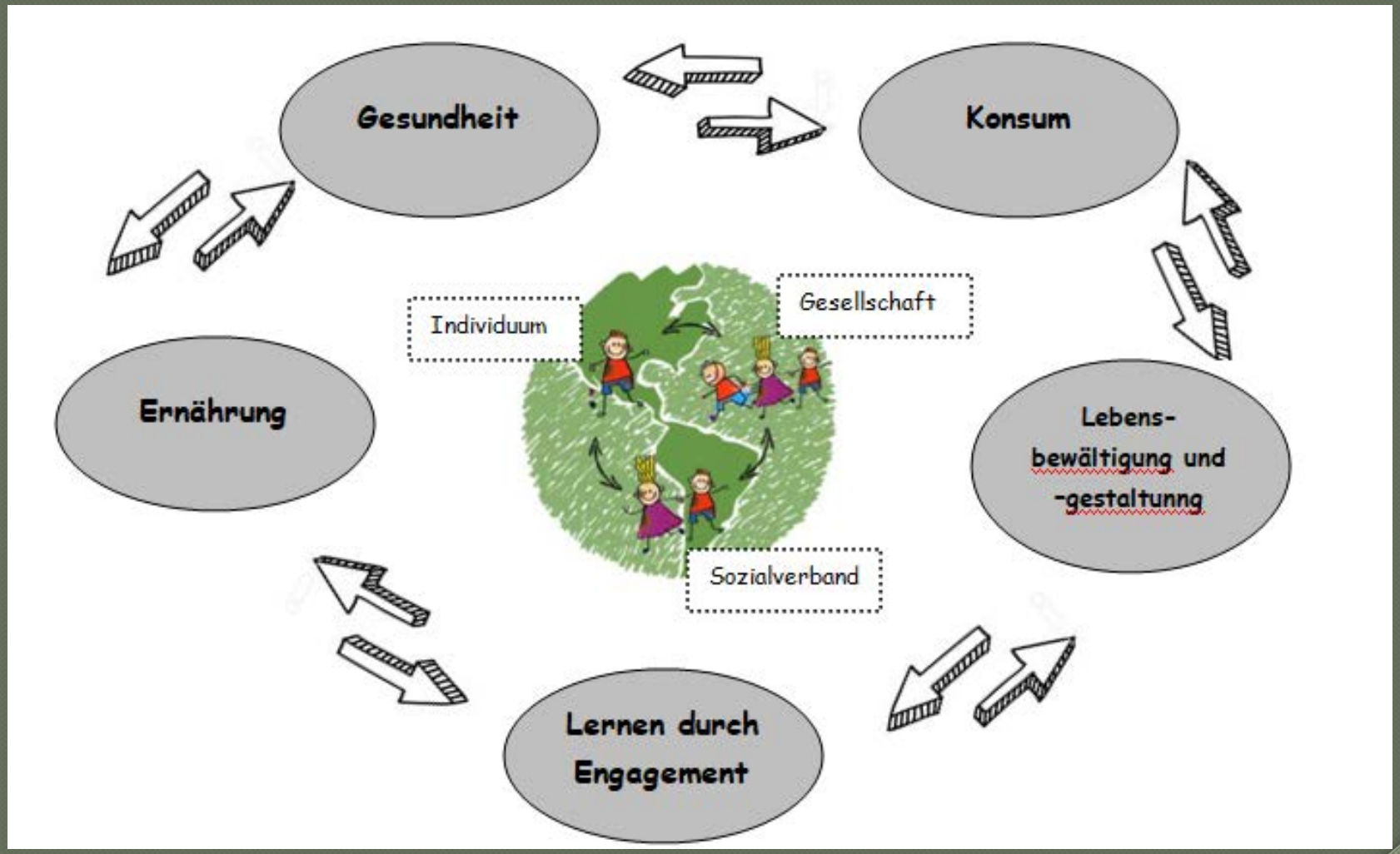
- ✓ Verantwortungsvolles Handeln
- ✓ Erfolgreich in der Küche arbeiten
- ✓ Essverhalten kennenlernen und bewerten
- ✓ Planung und Organisation in Küche und Haushalt
- ✓ Esskultur
- ✓ Konsumentscheidungen
- ✓ Verbraucherschutz
- ✓ So isst die Welt
- ✓ Verbraucherbildung
- ✓ u.v.m.

Alltagskultur-Ernährung-Soziales

Soziales

- ✓ Soziales Engagement
- ✓ Soziale Berufsfelder
- ✓ Gesundheitsmanagement
- ✓ Kreative Freizeitgestaltung
- ✓ Mode und Konsum
- ✓ Individuelle Lebensplanung
- ✓ Lebensbewältigung in sozialer Verantwortung
- ✓ Familie
- ✓ Lebensformen früher /heute
- ✓ u.v.m.

Alltagskultur-Ernährung-Soziales



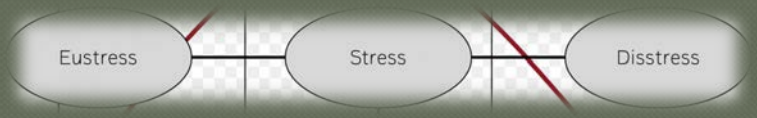
CNR
Carl-Netter-Realschule

Alltagskultur-Ernährung-Soziales

Ernährung

- Zubereitung von Speisen
- Essbiografien
- Ernährungsbezogenes Wissen
- Wie und was essen wir!?
- Lebensmittelkennzeichnung
- Nährstoffe
- Ernährungstrends
- …

Alltagskultur-Ernährung-Soziales



Gesundheit

- Gesundheitsmanagement
- mein Körper – Gesundheit erhalten
- Schönheit und Wohlbefinden
- Körpergestaltung
- Gesundheitsbezogenes Wissen
- Geht es mir und dir gut?
- Erste Hilfe
- Stress - Konflikte
- …

Alltagskultur-Ernährung-Soziales

Konsum

- Konsumentscheidung
- Einkaufmöglichkeiten
- Nachhaltigkeit
- Verbraucherschutz – Qualität
- Verbraucherbildung
- Fair kaufen
- Globale Zusammenhänge
- Werbung
- Kauftypen
- …

Alltagskultur-Ernährung-Soziales

Lebensbewältigung und Lebensgestaltung

- Freizeitgestaltung
- Haushalt
- Familie
- Lebensstile
- Lebensplanung
- Zusammenleben-Lebensformen
- Mein Style – dein Style
- …

Alltagskultur-Ernährung-Soziales

Lernen durch Engagement

- Aktive Teilhabe am demokratischen Zusammenleben
- Ehrenämter
- kleinere Projektvorhaben
- …