

Baustein 5a: (alternativ zu 5b) Naturbelassene und industriell hergestellte Nahrungsmittel im Vergleich

1. Zeitlicher Umfang

Unterrichtsstunden 16 – 24

2. Kompetenzen

Fachkompetenz

Der Schüler kann:

- naturbelassene, regionale, saisonale Lebensmittel nennen und in die Speisenplanung einbeziehen
- vorgefertigte Produkte mit selbst hergestellten Speisen im Hinblick auf zeitlich-organisatorische, finanzielle und gesundheitliche Aspekte vergleichen und der Situation angemessene Entscheidungen treffen
- vorgefertigte Lebensmittel ernährungsphysiologisch aufwerten
- mechanische und elektrische Geräte funktionsgerecht, ökologisch, ökonomisch einsetzen und dabei Unfallgefahren vermeiden

Methodenkompetenz

Der Schüler kann:

- den gesundheitlichen Wert von Speisen anhand der Zutatenliste bewerten
- der Zubereitungsanleitung einer Verkaufspackung Informationen entnehmen und die Anweisungen in konkrete Handlung umsetzen
- Arbeitsergebnisse präsentieren und erläutern

Sozialkompetenz

Der Schüler kann:

- im Wettstreit mit anderen, Speisen zubereiten und dabei fair handeln

Selbstkompetenz

Der Schüler kann:

- konstruktive Kritik abgeben und begründen
- sein eigenes Essverhalten überdenken und situationsabhängig eine verantwortungsvolle Entscheidung bezüglich gesunder Ernährung treffen

3. Lerninhalte

- Lebensmitteleinkäufe nach Qualität, gesundheitlichen Aspekten, Verarbeitungsgrad der Produkte und Preis bewerten
- Speisen nach gesundheitlichem Wert, Geschmack, Zeitaufwand und Preis bewerten
- Die zunehmende Technisierung im Haushalt und in der Lebensmittelindustrie als Belastungsfaktor wahrnehmen
- Regionale, saisonale und weitgehend naturbelassene Erzeugnisse in der Speisenplanung und -zubereitung bevorzugen
- Schnellgerichte der konventionellen Herstellung mit Fertigprodukten vergleichen und nach unterschiedlichen Gesichtspunkten bewerten
- Sinnvolle Alternativen zu Convenience Produkten
- Möglichkeiten der Vorratshaltung hinsichtlich des Nutzens, sowie des zeitlichen und finanziellen Aufwandes
- Ökonomischer Umgang mit Arbeitszeit, Arbeitsaufwand und Arbeitskraft

4. Lehrplanbezug

- 8.1.1, 8.1.2, 8.2.1, 8.3.1, 8.3.2, 8.6.1,

5. Rückmeldung

- Arbeitspläne, Speisenpläne etc. für konkrete Situationen erstellen
- Kochduell

Anlage

Sequenzplanung



Volksschule Musterhausen Hauptschule

Schuljahr:

Jahrgangsstufe: 8

Bescheinigung

Der Schüler/ die Schülerin

.....

hat den 16-stündigen Baustein

Naturbelassene und industriell hergestellte Nahrungsmittel, Speisen und Getränke

der Berufsorientierung besucht und folgende Kompetenzen weiterentwickelt:

Der Schüler/ Die Schülerin	selbstständig	begleitet	geführt
▪ bezieht bevorzugt naturbelassene, regionale und saisonale Lebensmittel in die Speisenplanung ein			
▪ vergleicht vorgefertigte Produkte mit selbst hergestellten Speisen im Hinblick auf verschiedene Gesichtspunkte wie Zeitaufwand, Gesundheitswert, Kosten ...			
▪ kann den gesundheitlichen Wert einer Speise anhand der Zutatenliste vorgefertigter Produkte bewerten			
▪ kann Convenience-Produkte ernährungsphysiologisch aufwerten			

Musterhausen,

Unterschrift

Sequenzplanung

1. UE	Begriffsklärung : Convenience Food Konventionell hergestellte Speisen Fertigprodukt Betriebserkundung kombiniert mit Einkauf (3 Gruppen) Einkauf auswerten (Einkaufskorb) Nahrungszubereitung: Pfannkuchen und Apfelmus Bewerten nach Geschmack, Preis, (Zeitaufwand), gesundheitlicher Wert Packungsaufschrift lesen		
2. UE	Schüler planen ein Vorhaben		
	Team 1 Pizza selbst hergestellt Salat selbst hergestellt	Team 2 Fertiger Pizzateig Fertige Tomatensoße Fertige Salatsoße	Team 3 Fertige Pizza Fertig vorbereiteter Salat Fertige Salatsoße
	Bewerten nach Geschmack, Preis, Zeitaufwand, gesundheitlicher Wert Packungsaufschrift lesen, Abfall		
3. UE	Planung einer Speisenfolge mit unterschiedlichen Convenience-Produkten Gleiche Situation Beachten der erarbeiteten Punkte der 2. UE Zusammenstellen eines Katalogs für Schnellgerichte Möglichkeiten der Aufwertung von fertigen Speisen Zubereiten einer Speisenfolge unter dem Aspekt der Ergänzung und Aufwertung Einkaufszettel		
4. UE	Kochduell Zubereiten einer Speisenfolge unter Verwendung von Convenience-Produkten Bewerten nach Geschmack, Preis, Zeitaufwand, gesundheitlicher Wert Packungsaufschrift lesen		