

## 20. Ernährung

### A. Fachbezogene Hinweise

Wie den allgemeinen Hinweisen zu entnehmen ist, bleiben auch für das Fach Ernährung die Einheitlichen Prüfungsanforderungen in der Abiturprüfung in der jeweils gültigen Fassung Grundlage für die Gestaltung der Aufgabenarten für die schriftliche Abiturprüfung. Der Umfang der Materialien für die Aufgabenvorschläge muss allerdings soweit reduziert werden, dass diese in einer angemessenen Lesezeit zu erfassen sind und eine Entscheidung der Schülerinnen und Schüler für die gewählte Aufgabe aus den zwei Vorschlägen möglich ist. Es ist von hoher Wichtigkeit, mit den Schülerinnen und Schülern im Unterricht rechtzeitig das Sichten von Materialien zu üben. Es ist darauf hinzuweisen, dass alle den Aufgaben beigelegten Materialien bearbeitet werden müssen.

Die Aufgabenstellungen umfassen, wie in den Einheitlichen Prüfungsvorgaben für das Unterrichtsfach Ernährung vorgegeben, die ersten 4 Phasen der vollständigen Handlung bis zum Handlungsprodukt. Lerninhalte, Methoden und Techniken der Vorstufe unter Einbezug des Lerngebiets 0 sind Grundlage aller thematischen Schwerpunkte.

Im Hinblick auf die Abiturprüfung 2010 wird empfohlen, das 5. Lerngebiet der Kursstufe (Welternährung und Globalisierung) in 13.2 zu unterrichten.

### B. Thematische Schwerpunkte

#### **Thematischer Schwerpunkt 1: Modediäten und alternative Kostformen**

Wichtige Unterrichtsvoraussetzungen sind die Lerngebiete „Ernährung als Lebensgrundlage“ und „Ernährungsabhängige Erkrankungen und Prävention“ sowie ausgewählte Inhalte aus dem Lerngebiet „Lebensmittelproduktion und Vermarktung“ und der Inhalt „Grundsätze der Speisenplangestaltung“.

#### Unterrichtsaspekte:

- Aufbau und Funktion der energieliefernden und nichtenergieliefernden Lebensmittelinhaltsstoffe
- Ernährungsphysiologische Wirkung der Nährstoffe im Intermediärstoffwechsel
- Physiologische, psychologische und soziologische Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten
- Entwicklung des Ess- und Trinkverhaltens in verschiedenen Lebensabschnitten
- Bedarfsadäquate Ernährung in verschiedenen Lebensabschnitten
- Grundsätze der Speisenplangestaltung
- Alternative Ernährungsformen und deren Möglichkeiten zur Aufrechterhaltung und Verbesserung der Gesundheit
- Qualität von Lebensmitteln: sensorische, ernährungsphysiologische, ökologische
- Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung
- Zusatzstoff-Zulassungsverordnung
- Werbung und Marktstrategien
- Stoffwechselerkrankungen, die durch Mangel-/Überernährung mitverursacht werden
- Angeborene Stoffwechselerkrankungen, die durch Ernährungsmaßnahmen behandelt werden können
- Erkrankungen, deren Verlauf durch Ernährungstherapie beeinflusst werden kann
- Erkrankungen, die durch Nahrungszusatzstoffe verursacht werden
- Ernährungsberatung und Ernährungstherapie (Diätetik) als Präventionsmaßnahmen

**Thematischer Schwerpunkt 2: Mikroorganismen in der Lebensmittelproduktion**

Wichtige Unterrichtsvoraussetzungen sind das Lerngebiet „Lebensmittelproduktion und Vermarktung“ sowie ausgewählte Inhalte aus dem Lerngebiet „Ernährungsabhängige Erkrankungen und Prävention“ und der Inhalt „Aufbau und Funktion der energieliefernden und nichtenergieliefernden Lebensmittelinhaltsstoffe“.

Unterrichtsaspekte:

- Aufbau und Funktion der energieliefernden und nichtenergieliefernden Lebensmittelinhaltsstoffe
- Technologische Verfahren in der Lebensmittelverarbeitung: mechanische, chemische, thermische, biochemische
- Veränderungen der Lebensmittel und deren Inhaltsstoffe bei der Lebensmittelverarbeitung
- Qualität von Lebensmitteln: sensorische, ernährungsphysiologische, ökologische
- Funktionelle Lebensmittel
- Einfluss verschiedener Umweltbedingungen auf Lebensmittel und lebensmittelverderbende Mikroorganismen
- Veränderungen der Lebensmittel während der Lagerung; optimale Lagerbedingungen
- Anforderungen an Personalhygiene, Produkthygiene und organisatorische Rahmenbedingungen
- Umsetzung der Lebensmittel-Hygiene-Verordnung in den Betrieben: Entwicklung eines Eigenkontroll-Systems, Aufgaben und Verfahren der amtlichen Lebensmittelüberwachung
- Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung
- Zusatzstoff-Zulassungsverordnung
- Werbung und Marketingstrategien
- Erkrankungen, die durch Nahrungszusatzstoffe verursacht werden
- Erkrankungen, die durch mangelnde Lebensmittelhygiene verursacht werden
- Bedeutung des Lebensmittel- und Bedarfsgegenständegesetzes und der amtlichen Lebensmittelüberwachung für die Prävention ernährungsabhängiger Erkrankungen

**Thematischer Schwerpunkt 3: Übergewicht bei Kindern**

Wichtige Unterrichtsvoraussetzungen sind die Lerngebiete „Ernährung als Lebensgrundlage“ sowie ausgewählte Inhalte aus dem Lerngebiet „Ernährungsabhängige Erkrankungen und Prävention“ und der Inhalt „Grundsätze der Speisenplangestaltung“.

Unterrichtsaspekte:

- Aufbau und Funktion der energieliefernden und nichtenergieliefernden Lebensmittelinhaltsstoffe
- Ernährungsphysiologische Wirkung der Nährstoffe im Intermediärstoffwechsel
- Physiologische, psychologische und soziologische Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten
- Entwicklung des Ess- und Trinkverhaltens in verschiedenen Lebensabschnitten
- Bedarfsadäquate Ernährung in verschiedenen Lebensabschnitten
- Grundsätze der Speisenplangestaltung
- Alternative Ernährungsformen und deren Möglichkeiten zur Aufrechterhaltung und Verbesserung der Gesundheit
- Stoffwechselerkrankungen, die durch Mangel-/Überernährung mitverursacht werden
- Erkrankungen, deren Verlauf durch Ernährungstherapie beeinflusst werden kann
- Ernährungsberatung und Ernährungstherapie (Diätetik) als Präventionsmaßnahmen