

Vom Lehrplan zum Unterricht

am Beispiel des Kompetenzschwerpunktes:

Ernährungsverhalten untersuchen und beurteilen (Hauswirtschaft 9/10)

Gliederung:

1	Aufbereitung des Kompetenzschwerpunktes hinsichtlich der anstehenden Planungsarbeiten	3
2	Erstellung eines Zuordnungsschemas für Kompetenzen und grundlegende Wissensbestände	5
3	Erstellung eines fachlichen Netzwerkes	6
4	Betrachtung der Faktoren der Unterrichtsplanung	7
5	Ermittlung der konkreten Ausgangssituation	8
6	Auswahl geeigneter Kontexte	9
7	Planung der Unterrichtssequenz	13
8	Didaktische Aufbereitung der Aufgabenstellung	14
9	Einordnung von Kontext und Aufgabenstellung in den Kompetenzschwerpunkt	16
10	Feststellung der Kompetenzentwicklung	18

1 Aufbereitung des Kompetenzschwerpunktes hinsichtlich der anstehenden Planungsarbeiten

Zur Vereinfachung der weiteren Arbeit werden die Teilkompetenzen gekennzeichnet.

Kompetenzschwerpunkt: Ernährungsverhalten untersuchen und beurteilen		
Verstehen	V1	- den Einfluss des Ernährungsverhaltens auf die physische und psychische Gesundheit nennen
	V2	- Zusammenhänge zwischen körperlichem Erscheinungsbild, Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen, Wohlbefinden und Essgewohnheiten bestimmen
Gestalten	G1	- Arbeitsaufgaben der Nahrungszubereitung fach-, situations- und alltagsgerecht selbstständig planen, ausführen und auswerten
	G2	- Ernährungspläne unter dem Aspekt der Gesunderhaltung und des Wohlbefindens zusammenstellen
Nutzen	N1	- Elemente der Lebensmittelkennzeichnung für die Auswahl von Lebensmitteln situationsgerecht nutzen
Bewerten	B1	- sich mit Schönheitsidealen und dem eigenen Körperbild auseinandersetzen
	B2	- Mahlzeiten unter Berücksichtigung ihrer Inhaltsstoffe sowie unter gesundheitlichen und kulturellen Aspekten bewerten
	B3	- ausgewählte Ernährungsformen und Diäten unter ökonomischen, ökologischen, gesundheitlichen, sozialen und/oder ethischen Aspekten beurteilen und zum eigenen Verhalten in Beziehung setzen
Kommunizieren	K1	- Möglichkeiten sowie Grenzen ausgewählter Ernährungsformen und Diäten dokumentieren und präsentieren
	K2	- Prozesse und Arbeitsergebnisse der Nahrungszubereitung präsentieren und beschreiben
	K3	- sensorische Wahrnehmungen beschreiben
	K4	- gesundheitliche Risiken bei Sucht und Drogen diskutieren
Grundlegende Wissensbestände		
<ul style="list-style-type: none"> - Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten - Ernährungsformen und Diäten - Ernährungstrends 		
Bezüge zu fächerübergreifenden Themen		
- Gesund und leistungsfähig ein Leben lang – Lebensgestaltung ohne Sucht und Drogen		

Abb.1: Kompetenzschwerpunkt „Ernährungsverhalten untersuchen und beurteilen“

2 Erstellung eines Zuordnungsschemas für Kompetenzen und grundlegende Wissensbestände

Das Zuordnungsschema verdeutlicht, welche grundlegenden Wissensbestände für die Entwicklung der Teilkompetenzen erforderlich sind. Ist eine Teilkompetenz nur einem Wissensbestand zugeordnet, muss sie zwingend an diesem Beispiel entwickelt werden. Bei Mehrfachnennungen ergeben sich Varianten für planerische Entscheidungen.

Die Zuordnung von grundlegenden Wissensbeständen zu Teilkompetenzen ist zwingend, wenn die Kompetenz nur einmal aufgeführt ist. Lässt sich die Kompetenz mehrmals zuordnen, ergeben sich Varianten für planerische Entscheidungen.

Kompetenzen	Verstehen	Gestalten	Nutzen	Bewerten	Kommunizieren
Wissensbestände					
Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten	V1, V2	G1	N1	B1	K3
Ernährungsformen und Diäten	V2	G1, G2	N1	B1, B2, B3	K1; K2
Ernährungstrends	V2	G2	N1	B2	K4

Abb. 2: Zuordnungsschema

3 Erstellung eines fachlichen Netzwerkes

Im fachlichen Netzwerk sind alle wesentlichen Fachbegriffe eingeordnet, die in diesem Kompetenzschwerpunkt zu den grundlegenden Wissensbeständen gehören bzw. diese untersetzen.

Dieses Netzwerk dient

- der Orientierung auf wesentliche Wissens Elemente bei der Unterrichtsplanung;
- als Prüfkriterium bei der Auswahl konkreter Beispiele und bei der Evaluierung des Lernfortschritts;
- als Abbild für das Wissensnetz, das sich im Unterrichtsprozess bei den Schülerinnen und Schülern herausbilden sollte (vernetztes und strukturiertes Wissen)

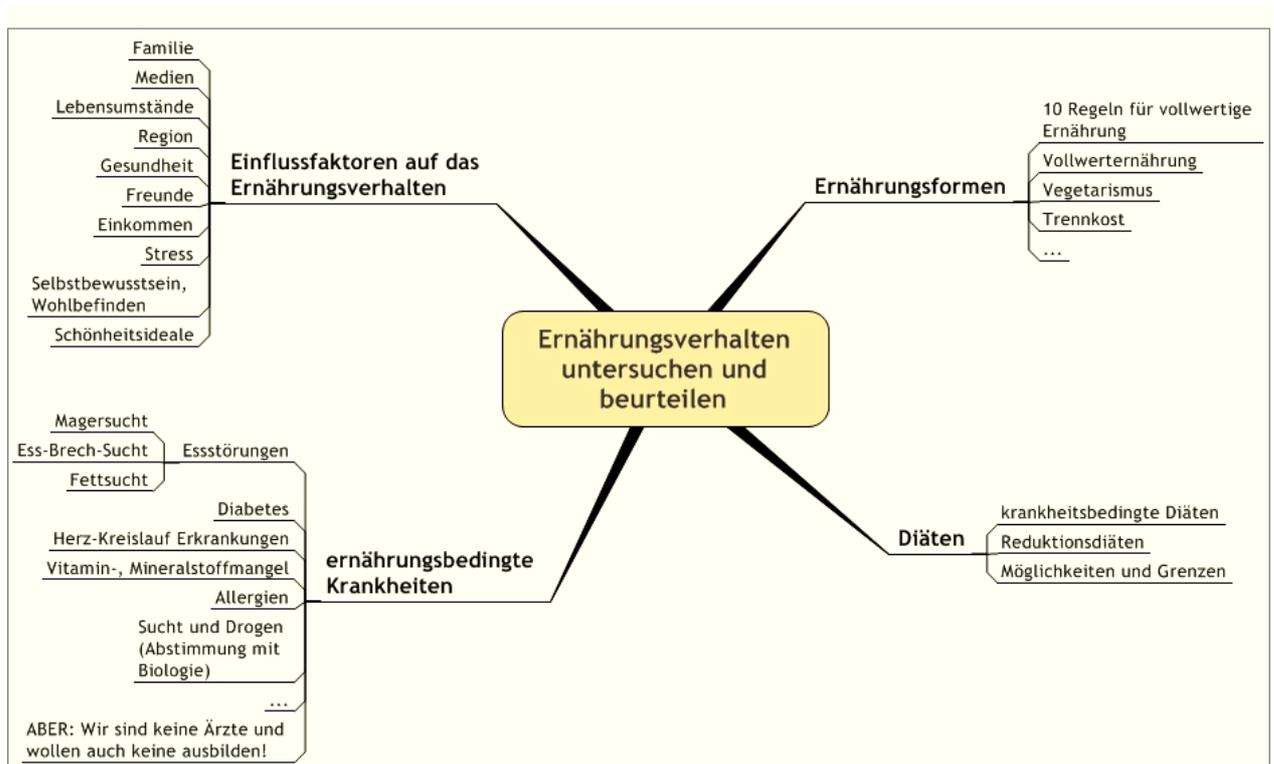


Abb. 3: Fachliches Netz zum Kompetenzschwerpunkt „Lebensmittel auswählen und Gesundheitswert beurteilen“

4 Betrachtung der Faktoren der Unterrichtsplanung

Abb. 4: Didaktisches Netzwerk

5 Ermittlung der konkreten Ausgangssituation

Die Kompetenzentwicklung der Schülerinnen und Schüler wird durch verschiedene Lernvoraussetzungen beeinflusst.

Diese sind:

Anthropologische Voraussetzungen

- Psychologische Besonderheiten der Altersgruppe
- Charakteristik der Schülerinnen und Schüler der Lerngruppe
- Leistungsstand/Leistungsgruppen

Soziokulturelle Voraussetzungen

- Lernhaltungen und -einstellungen
- Interessenlage
- Arbeitshaltungen und -einstellungen

Institutionelle Voraussetzungen

- Zeitliche Lage der Unterrichtsstunde (Wochentag, Uhrzeit)
- Vorausgehender und folgender Unterricht
- Ausstattung mit Geräten und Materialien
- Ausstattung mit Lehr- und Lernmitteln

Erfahrungen aus dem eigenen Haushalt

- Zusammenleben im privaten Haushalt
- Aufgabenbereiche im privaten Haushalt

Eine wesentliche Bedingung für die Planung von Unterricht ist die Ermittlung möglichst konkreter Lernvoraussetzungen und Lernsituationen.

Weiterhin hat die Kompetenzentwicklung in anderen Unterrichtsfächern Einfluss auf den Lernprozess im Hauswirtschaftsunterricht.

Dies wird hier beispielhaft für den Lehrplan Fach Biologie dargestellt.

Fach	Sjg.	Kompetenzschwerpunkt	Kompetenzen	Grundlegende Wissensbestände
Biologie	7/8	System und Systemebenen am Beispiel des Menschen unter Einbeziehung seiner Umwelt	<ul style="list-style-type: none"> - Zelle, Gewebe, Organe und Organsysteme des Menschen erklären - Stoff- und Energiewechselfvorgänge im menschlichem Organismus darstellen und die Bedeutung erläutern - Experimente zum Nährstoffnachweis durchführen und protokollieren - Zusammenhang zwischen gesunder Lebensführung und Gesunderhaltung der Organe/ der Organsysteme des Menschen beschreiben und diskutieren - Zusammenhang zwischen ungesunder Lebensweise (z.B. falsche Ernährung, Alkohol-, Nikotin-, Medikamentenmissbrauch, Computersucht) und möglicher Erkrankung sowie Verminderung der Lebensqualität erkennen und Schlussfolgerungen für eigenes Handeln ableiten 	<p>Stoff- und Energiewechsel</p> <p>Zusammenhang von Lebensführung und Gesundheit</p>

Abb. 5: Lernvoraussetzungen aus anderen Fächern

6 Auswahl geeigneter Kontexte

Vorüberlegungen

Nach der Ermittlung der konkreten Ausgangssituation erfolgt die Auswahl einer geeigneten Problem- bzw. Aufgabenstellung.

Unter Bezugnahme auf Klafki sind für die Auswahl geeigneter Unterrichtsbeispiele die Kriterien von Bedeutung:

- Gegenwartbedeutung,
- Zukunftsbedeutung,
- Beispielhaftigkeit.

Für den Hauswirtschaftsunterricht sollten solche Aufgaben und/oder Problemstellungen gewählt werden, die für die Lernenden jetzt oder für die Gründung und Führung eines eigenen Haushaltes bedeutsam sind. Dabei sollten exemplarisch Beispiele aus den Bereichen der Haushaltsführung gewählt werden.

Besonderes Augenmerk gilt den Aufgaben zur Nahrungszubereitung.

- Die Aufgaben sind zwingend in den inhaltlichen Kontext der Unterrichtsstunde einzuordnen. Sie müssen der didaktischen Legitimation genauso unterworfen werden, wie das bei anderen unterrichtsrelevanten Entscheidungen der Fall ist. Theorie und Praxis müssen einen engen Bezug haben.
- Die konkrete Umsetzung von Forderungen und Botschaften zur Entwicklung eines gesundheitsbewussten und ökologisch verantwortlichen Haushaltes erfolgt über die Auswahl geeigneter Aufgaben.
- Arbeitsaufgaben zur Nahrungszubereitung haben Beispielcharakter.
- Sie müssen die Akzeptanz der Schülerinnen und Schüler finden.
- Die Aufgaben sollen den Schülerinnen und Schülern die Chance der Kreativitätsentfaltung und -förderung bieten.

Weitere wichtige Überlegungen:

- zur Verfügung stehende Zeit;
- Ausstattungsgrad des Fachraumes;
- Kosten;
- Gesundheitswert;
- Geschmack;
- Schwierigkeitsgrad, Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler;
- Lebensverbundenheit;
- Klassensituation;
- Jahreszeit;
- Neues ausprobieren.

Es wird folgender **Kontext für das Unterrichtsbeispiel** gewählt:

„Gesund und leistungsfähig ein Leben lang“ – Was sind die Aufschriften der Lebensmittelhersteller wert?

„Gesund und leistungsfähig ein Leben lang.“ Wer wünscht sich das nicht. Auch die Klasse 9b geht im Hauswirtschaftsunterricht der Frage nach, wie dieses Ziel zu erreichen ist. Die Schülerinnen und Schüler wissen, dass es dabei insbesondere auf die Auswahl der richtigen Lebensmittel ankommt. Viele Werbeslogans auf Lebensmittelverpackungen versprechen Unterstützung bei dem Vorhaben, sich gesund zu ernähren. Wer hat noch nicht Aufschriften gelesen, wie: „energiereduziert“, „leicht“, „fettfrei“ und vieles mehr. Doch was bedeuten diese Aussagen für den Verbraucher? Dürfen die Lebensmittelhersteller beliebig gesundheits- und nährwertbezogene Angaben als Werbeaufschriften auf die Verpackungen schreiben? Die 9b möchte es herausfinden.

7 Planung der Unterrichtssequenz

Nach der Auswahl des Kontextes erfolgt die Planung der Unterrichtssequenz. Im Hinblick auf eine handlungsorientierte Unterrichtsgestaltung erfolgt das über verschiedene Teilaufgaben.

Seitdem die neue Fastfood-Kette eine Filiale in der Stadt eröffnet hat, stehen alle auf Baguette.

- a) Fertige eine Nährwertberechnung für ein Pizzabaguette an.
- b) Ermittle, wie viel Prozent deines Tagesbedarfs an Energie, Fett, Eiweiß und Kohlenhydraten du mit dem Pizzabaguette deckst.
- c) Suche im Supermarkt nach Lebensmitteln, die geeignet erscheinen, den Fett- und damit den Energiegehalt des Pizzabaguettes deutlich zu senken.
- d) Notiere Werbeaussagen zu nährwert- und gesundheitsbezogenen Angaben auf den Lebensmittelverpackungen.
- e) Recherchiere im Internet, was die Schlagworte der Werbeaufschriften bedeuten und informiere dich über gesetzlichen Regelungen für diese Aufschriften. Berichte im Unterricht.
- f) Marie behauptet: Auch Lebensmittel ohne „gesunde Werbeaussagen“ können gesund sein.“ Belege diese Aussage mithilfe von Beispielen.
- g) Führt sensorische Tests als Produktvergleich durch.
- h) Fertigungsaufgabe: Wählt Zutaten für ein fett- und damit energiereduziertes Pizzabaguette aus und stellt es her.

Nach der Auswahl der Aufgabenstellung und der Prüfung des Kontextes erfolgt die methodische Bearbeitung des Planungsbeispiels. Dabei beeinflussen sich die einzelnen Faktoren der Unterrichtsplanung (vgl. Abbildung 4) gegenseitig.

Die ermittelten Lernvoraussetzungen können zwingend den Einsatz bestimmter Medien und Methoden erfordern. Werden andere Medien gewählt, können andere Methoden die Folge sein und es kann zur Ausbildung anderer Kompetenzen kommen u. s. w.

Phasen	Kompetenzen		Grundlegende Wissensbestände
	KSP1	KSP2	
Einführung: „Gesund und leistungsfähig ein Leben lang“ – Viele Krankheiten werden durch falsche Ernährung begünstigt. Woran orientiere ich mich bei der Auswahl geeigneter Lebensmittel?		V2	Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten
Nährwertberechnung Pizzabaguette Ergebnisse zu Energie- und Nährstoffbedarf in Beziehung setzen		B2, G2	Ernährungsformen und Diäten
Erkundung Supermarkt - Suche nach fett- und energiereduzierten Lebensmitteln für das Pizzabaguette - Notieren weiterer Werbeaufschriften mit nährstoff- und gesundheitsbezogenem Inhalt		N1	Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten Ernährungsformen und Diäten Ernährungstrends
Internetrecherche zu Bedeutung der Werbebotschaften und zu gesetzlichen Regelungen für nährstoff- und gesundheitsbezogenen Werbeaufschriften, Unterrichtsgespräch		B2, N1	Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten
Maries Aussage: „Auch Lebensmittel ohne „gesunde Werbeaussagen“ können gesund sein.“ mit Beispielen belegen		B2	Ernährungsformen und Diäten
Produkte ohne und mit nährstoff- und gesundheitsbezogener Werbung in sensorischen Tests miteinander vergleichen		N1, K3	Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten

Fertigungsaufgabe: fett- und energiereduziertes Pizzabaguette herstellen		G1	Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten Ernährungsformen und Diäten
--------------------------------------------------------------------------	--	----	-----------------------------------------------------------------------------

Für die dargestellte Unterrichtssequenz können vier Unterrichtsstunden eingeplant werden. Nahezu alle Unterrichtssequenzen können als Testaufgaben umgesetzt und bewertet werden. Unterrichtssequenzen zu Möglichkeiten und Grenzen ausgewählter Ernährungsformen und Diäten können sich anschließen.

8 Didaktische Aufbereitung der Aufgabenstellung

Im Verlauf der didaktisch-methodischen Planung der Unterrichtssequenz wird der Medieneinsatz geplant. Vorschläge werden im Folgenden beispielhaft wieder gegeben.

- Fertige eine Nährwertberechnung für ein Pizzabaguette an. Nutze dazu eine Nährwerttabelle in einem Lehrbuch.
- Ermittle, wie viel Prozent deines Tagesbedarfs an Energie, Fett, Eiweiß und Kohlenhydraten du mit dem Pizzabaguette deckst.

Lebensmittel	Menge	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energie in kJ
Salami	6 Scheiben				
Tomate	1/2				
Zwiebel	1/4				
grüne Gurke	6 Scheiben				
Paprika	1/8				
Majonäse	1 EL				
Goudakäse 45% i. Tr.	1 Scheibe				
Baguette-Brötchen	1				
Summe					
Prozent vom Tagesbedarf					

Lebensmittel	Menge	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energie in kJ
Salami	6 Scheiben	12	30	0	1320
Tomate	1/2	0,5	0	1	25
Zwiebel	1/4	0,25	0	2	1,25
grüne Gurke	50 g	0,33	0	0,66	15
Paprika	1/8	0,25	0	1	22,5
Majonäse	1 EL	0	6	1	255
Goudakäse 45% i. Tr.	1 Scheibe	8	9	1	485
Baguette-Brötchen	1	3	1	23	450
Summe		24,33	46	29,66	2573,75
Prozent vom Tagesbedarf		28,62	57,5	9,88	25,73

Alternativ kann die ausgefüllte Tabelle vorgegeben werden. Aus der Berechnung ergibt sich, dass mit dem Verzehr des Pizzabaguettes der tägliche Fettbedarf zu über 50% gedeckt würde. Das ist für eine Mahlzeit, die unter Umständen auch nur als Zwischenmahlzeit verzehrt wird, zu viel. Deshalb muss nach Alternativen gesucht werden, um den Fettgehalt zu senken.

- Suche im Supermarkt nach Lebensmitteln, die geeignet erscheinen, den Fett- und damit den Energiegehalt des Pizzabaguettes deutlich zu senken.
- Notiere Werbeaussagen zu nährwert- und gesundheitsbezogenen Angaben auf den Lebensmittelverpackungen.

Fett- und Energiespartipps

statt	lieber
6 Scheiben Salami	
1 Ei Majonäse	
1 Scheibe Goudakäse	
1 Baguette-Brötchen	
...	

Zusatzaufgabe zur Differenzierung: Was ist erlaubt, was ist verboten?
Ordnet eure Beispiele zu.

nährwertbezogen	gesundheitsbezogen	Krankheitsrisiko- Reduzierung	krankheitsbezogen (verboten)
reich an Ballaststoffen	fördert die Verdauung	reduziert das Risiko chronischer Verstopfung	bei chronischer Verstopfung

- e) Recherchiere im Internet, was die Schlagworte der Werbeaufschriften bedeuten und informiere dich über gesetzlichen Regelungen für diese Aufschriften. Berichte im Unterricht.

Hinweis: Die Informationen sollten nicht unbearbeitet ausgedruckt werden. Wenn eine Tabelle verwendet wird, spart das Platz, ist übersichtlich und die Schülerinnen und Schüler sind gezwungen, sich auf das Wesentliche zu beschränken. Eine Quellenangabe gehört immer dazu.

Werbebotschaft	Bedeutung
ENERGIEARM	Die Angabe, ein Lebensmittel sei energiearm, sowie jede Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt im Falle von festen Lebensmitteln nicht mehr als 40 kcal (170 kJ)/100 g oder im Falle von flüssigen Lebensmitteln nicht mehr als 20 kcal (80 kJ)/100 ml enthält.
ENERGIEREDUZIERT	Die Angabe, ein Lebensmittel sei energiereduziert, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn der Brennwert um mindestens 30 % verringert ist; dabei sind die Eigenschaften anzugeben, die zur Reduzierung des Gesamtbrennwerts des Lebensmittels führen.
FETTARM	Die Angabe, ein Lebensmittel sei fettarm, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt im Fall von festen Lebensmitteln weniger als 3 g Fett/100 g oder weniger als 1,5 g Fett/100 ml im Fall von flüssigen Lebensmitteln enthält (1,8 g Fett pro 100 ml bei teilentrahmter Milch).
FETTFREI/OHNE FETT	...
...	...

- f) Marie behauptet: Auch Lebensmittel ohne „gesunde Werbeaussagen“ können gesund sein.“ Belege diese Aussage mithilfe von Beispielen.

Viele unverpackte und nicht verarbeitete Lebensmittel, wie beispielsweise Obst und Gemüse, sind gesund. Sie enthalten ohnehin wenig Fett und sind reich an Vitaminen und Mineralstoffen. Zudem werden sie insgesamt wenig beworben.

- g) Führt sensorische Tests als Produktvergleich durch.

- h) Fertigungsaufgabe: Wählt Zutaten für ein fett- und damit energiereduziertes Pizzabaguette aus und stellt es her.

	Salami		Käse		Majonäse / Salatcreme	
	normal	fettreduziert	normal	...	normal	...
Farbe						
Geruch						
Konsistenz						
Geschmack						
...						

Unser Rezept für ein fett- und damit energiereduzierte Pizzabaguette:

Differenzierung: Erneute Nährwertberechnung durchführen und mit den ursprünglichen Ergebnissen vergleichen.

Lebensmittel	Menge	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energie in kJ
...	6 Scheiben				
Tomate	1/2				
Zwiebel	1/4				
grüne Gurke	6 Scheiben				
Paprika	1/8				
...	1 EL				
...	1 Scheibe				
...	1				
Summe					
Prozent vom Tagesbedarf					

9 Einordnung von Kontext und Aufgabenstellung in den Kompetenzschwerpunkt

Im Folgenden wird geprüft, welche Kompetenzen (vgl. Abb. 2) mithilfe der Aufgabenstellung entwickelt werden können. In der Tabelle sind diese fett hervorgehoben.

Schwerpunkte der Kompetenzentwicklung

Kompetenzen	Verstehen	Gestalten	Nutzen	Bewerten	Kommunizieren
Wissensbestände					
Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten	V1, V2	G1	N1	B1	K3
Ernährungsformen und Diäten	V2	G1, G2	N1	B1, B2, B3	K1, K2
Ernährungstrends	V2	G2	N1	B2	K4

Abb. 6: Zuordnungsschema Planungsbeispiel

Inhaltliche Schwerpunkte

In der folgenden Übersicht sind alle Fachbegriffe hervorgehoben, die für die Bearbeitung der Aufgabenstellung von Bedeutung sind.

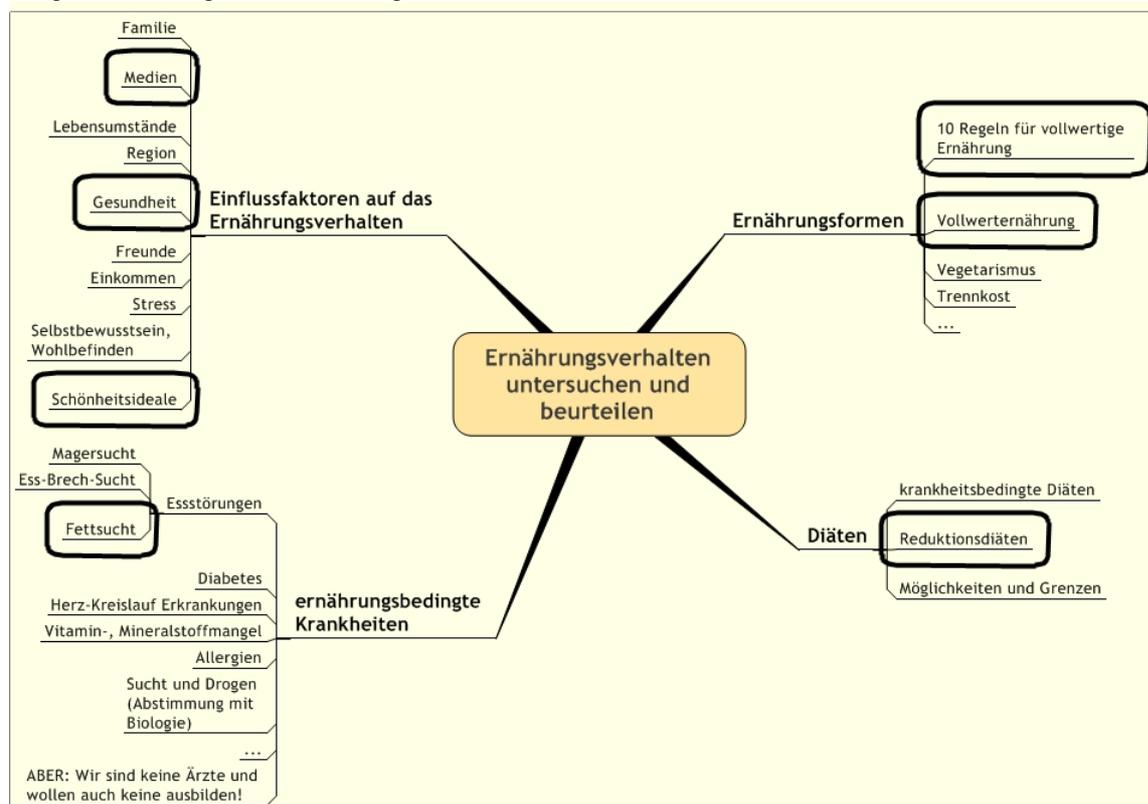


Abb. 7: Fachliches Netz mit Hervorhebungen zum Planungsbeispiel
Begründung der Auswahl

Lehrplanbezug

Der Lehrplanbezug der Aufgabenstellung wird in Abbildung 6 sichtbar.

Grundlegende Wissensbestände

Abbildung 7 zeigt, dass mit der gewählten Aufgabenstellung eine Reihe von Fachbegriffen und damit grundlegender Wissensbestände entwickelt werden können.

Berücksichtigung der Lernvoraussetzungen

Berücksichtigung **anthropologische** Voraussetzungen

In jeder Klasse des 9. Schuljahrganges gibt es Schülerinnen und Schüler mit Gewichtsproblemen. Bedarfsgerechte Ernährung ist eine wichtige Voraussetzung für Gesundheit und Leistungsfähigkeit.

Berücksichtigung **sozio-ökonomischer** Voraussetzungen

Interessenlage: Sind Werbebotschaften auf Lebensmittelverpackungen geeignet, Verbraucher umfassend zu informieren?

Institutionelle Voraussetzungen

Die handlungsorientierte Umsetzung der Unterrichtssequenz ist im vollen Umfang realisierbar.

Ein gesundes, schmackhaftes, fett- und energiearmes Pizzabaguette kann in der zur Verfügung stehenden Unterrichtszeit von den Schülerinnen und Schülern selbständig zubereitet werden.

Prüfung des Kontextes:

- Gegenwartsbedeutung: Fastfood-Kette hat Filiale eröffnet, Baguette liegt im Trend;
- Zukunftsbezug: Gesund und leistungsfähig ein Leben lang;
- Beispielhaftigkeit: Kriterien für eine gesunde Ernährung, Verbraucherinformation;
- Erfahrungen aus dem eigenen privaten Haushalt: Die verwendeten Lebensmittel werden in privaten Haushalten häufig genutzt und gehören zum Erfahrungsbereich der Jugendlichen.

Damit ist dieser Kontext geeignet.

Die Abbildung 7 zeigt aber auch, dass weitere Kontexte in den Unterricht einbezogen werden müssen, um alle Kompetenzen zu entwickeln. Eine weiterführende Problemstellung könnte beispielsweise sein:

Wie finde ich Lebensmittel, die für eine Reduktionsdiät geeignet sind?

Die Kompetenzentwicklung wird fortgesetzt. Das bedeutet für das gewählte Planungsbeispiel:

Die Schülerinnen und Schüler können am Ende des 9. Schuljahrganges



Ernährungsverhalten untersuchen und beurteilen

10 Feststellung der Kompetenzentwicklung

Am Ende des auf den Hauptschulabschluss (Schuljahrgang 9) und des auf den Realschulabschluss orientierten Unterrichts können die Schülerinnen und Schüler mündliche Prüfungen im Fach Hauswirtschaft ablegen. Deshalb wird unter der Überschrift „Feststellung der Kompetenzentwicklung“ eine Aufgabenstellung für eine mündliche Prüfung vorgestellt und auf diese Weise das Planungsbeispiel 9/10 abgeschlossen.

Den Schwerpunkt der Prüfungsaufgabe stellt der Kompetenzschwerpunkt „Ernährungsverhalten untersuchen und beurteilen“ dar. Um weiterführende Anregungen zu liefern wird mit diesem Thema bewusst eines gewählt, was nicht im Mittelpunkt des Planungsbeispiels steht.

Es wird deutlich gemacht, dass eine Prüfungsaufgabe auch in Hauswirtschaft sich einem Thema widmen und in der Regel 2-4 als Arbeitsauftrag formulierte Teilaufgaben umfassen sollte. Dabei sind die Anforderungsbereiche gemäß dem Leistungsbewertungserlass zu berücksichtigen. Durch geeignete aktuelle Bezüge, wie Zeitungsausschnitte, Karikaturen, Statistiken oder auch Lebensmittelverpackungen sollten Prüfungsaufgaben möglichst anschaulich gestaltet werden. Sie können im Fach Hauswirtschaft ebenso einen kleinen Praxisanteil beinhalten.

Im vorliegenden Beispiel wird ein Gedicht gewählt, um der Schülerin oder dem Schüler den Einstieg in ein Prüfungsgespräch zu erleichtern. Damit wird auch überfachlichen Bezügen Rechnung getragen.

Ein schriftlich formulierter Erwartungshorizont mit den Anforderungsbereichen zugeordneten Bewertungseinheiten muss in jedem Fall vorliegen. In welcher Weise dieser formuliert wird, hängt davon ab, ob es sich um offene, halboffene oder geschlossene Fragestellungen handelt. Der Erwartungskatalog sollte kurz und übersichtlich sein, um die Handhabung während des Prüfungsgesprächs möglich zu machen.

Aufgabe zur mündlichen Prüfung in der Sekundarstufe I
Fach: Hauswirtschaft

Thema: Mit Schönheitsidealen kritisch auseinandersetzen

Der Lyriker Jürgen Riedel (Wortbilder VI, R.G. Fischer Verlag) greift in seinem Gedicht das zunehmende Streben nach Schönheitsidealen – auch bei Männern – auf.

Mann oh Mann!

Ständig Körbe kriegen.
Die Komplexe siegen.
Dies will mancher ändern,
trennt in vielen Ländern:
Schönheitskampf in Praxen
von Gesicht bis Haxen.
Männer unterm Messer –
Chance bei Frauen besser?

Hängebrust verkleinern.
Nicht mehr schlaff, jetzt steinern.
Wampenfett absaugen.
Taille soll was taugen.
Körper epilieren.
Affenhaar verlieren.
Doppelkinn wegschneiden.
Nur noch eins von beiden.

Optisch zwar verbessert,
bleibt das Glück verwässert,
trifft er sich mit Frauen.
Neuer Körbe Grauen.
Botox nützt den Stirnen,
nicht den leeren Hirnen.
Frauen mögen Kluge.
Grips kommt oft zum Zuge.

Aufgaben:

1. Nennen Sie im Gedicht angesprochene Handlungen, die unternommen werden, um gängigen Schönheitsidealen zu entsprechen. Ergänzen Sie weitere mögliche Beispiele.
2. Setzen Sie sich kritisch mit den im Gedicht und den von Ihnen genannten Themen auseinander. Gehen Sie dabei insbesondere darauf ein, was für Sie persönlich infrage kommt, was Sie bei anderen tolerieren würden und was Sie ablehnen. Begründen Sie Ihre Aussagen.
3. Der Wunsch schön und schlank zu sein, wird oft mit beruflicher und gesellschaftlicher Anerkennung verbunden. Gleichzeitig kann dieser Wunsch aber auch zu Ess-Störungen führen. Benennen Sie Ess-Störungen und diskutieren Sie mögliche gesundheitliche Risiken.
4. Zeigen Sie Möglichkeiten auf, wie Sie durch Ihr Ernährungsverhalten Ihr äußeres Erscheinungsbild günstig beeinflussen können.

Erwartungshorizont für den Vortrag

Die Prüfungsaufgabe dient vorrangig der Überprüfung folgender Kompetenzen:

- den Einfluss des Ernährungsverhaltens auf die physische und psychische Gesundheit benennen
- Zusammenhänge zwischen körperlichem Erscheinungsbild, Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen, Wohlbefinden und Essgewohnheiten bestimmen
- sich mit Schönheitsidealen und dem eigenen Körperbild kritisch auseinandersetzen
- gesundheitliche Risiken bei Sucht und Drogen diskutieren

1. Schönheitsoperationen, Fett absaugen, Körperbehaarung entfernen, Botox spritzen, Besuch im Solarium, Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln, übertriebener Besuch im Fitness-Studio, Ess-Störungen ...
2. Der Schüler/ die Schülerin greift mindestens drei der unter 1. genannten Beispiele auf.
Die persönliche Einstellung wird dargelegt.
Gesundheitliche Risiken werden benannt.
Beispiel: Schönheitsoperation: würde ich nicht machen lassen, jede Operation, insbesondere die Narkose, birgt große Gefahren in sich, denen man sich nicht ohne zwingenden Grund aussetzen sollte. Auch Freunden würde ich davon abraten.
3. Magersucht (Anorexia nervosa), Ess-Brech-Sucht (Bulimie)
Mindestens 4 Folgen werden genannt:
Haarausfall, trockene Haut, Karies, zu niedrige Körpertemperatur, zu niedriger Blutdruck und Puls, gestörter Mineralstoffwechsel, hohe Infektanfälligkeit, Zyklusstörungen bei Frauen, Osteoporose infolge Kalzium-Mangels, Ödeme u.a.
Auch auf Ess-Sucht (infolge Jo-Jo-Effekt bei Diäten) kann eingegangen werden.
4. Es werden mindestens drei der 10 Ernährungsregeln der DGE genannt und kurz begründet. Beispielsweise: Ich esse viel Obst und Gemüse, weil sie wenig Energie liefern, aber viele Vitamine und Mineralstoffe enthalten. Ich bevorzuge ballaststoffreiche Lebensmittel, weil sie lang anhaltend sättigen und ich deshalb nicht zu viel esse und die Gefahr, übergewichtig zu werden nicht so groß ist. Ich achte darauf, dass ich nicht zu viele fettreiche Lebensmittel esse, damit Meine tägliche Energiebilanz stimmt.

Reagieren auf eine Zusatzfrage aus dem Prüfungsgespräch heraus

Vortrag: (Sprachkompetenz)

- Einhaltung/Erfassung des Themas
- Ausführlichkeit
- Anschaulichkeit/Strukturiertheit
- Sprechweise und Fachsprache/Fachbegriffe

Verteilung Anforderungsbereiche in Prozent

Ist-Punktzahl:

Entspricht Prozent:

I	II	III
4		3
3	3	3
2	4	
	6	
	2	
	2	
30	50	20
9	17	6
28	53	19

Autorinnen und Autoren des Planungsbeispiels

Al-Jorafi, Yvonne	Halle
Junge, Gunnar	Halle
Dr. Lohse, Helga	Halle
Traue, Heidi	Weißenfels

Das Planungsbeispiel und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte bleiben vorbehalten. Die Nutzung zu privaten und nicht kommerziellen schulischen Zwecken ist zulässig. Jegliche darüber hinaus gehende Nutzung ist nur mit ausdrücklicher Genehmigung des LISA Halle (Landesinstitut für Schulqualität und Lehrerbildung Sachsen-Anhalt) zulässig.