

## ZWEIJÄHRIGE FACHSCHULE FÜR WIRTSCHAFTLICHE BERUFE

### 4. ERNÄHRUNG, GESUNDHEIT UND GASTRONOMIE

#### 4.1 ERNÄHRUNG UND GESUNDHEIT

1. Klasse:

##### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Die Schülerinnen und Schüler

- können den Aufbau und die Funktionen des menschlichen Organismus beschreiben;
- können Maßnahmen und Bedeutung der Gesundheitsvorsorge beschreiben;
- können grundlegende Kenntnisse des Gesundheitstrainings umsetzen;
- können die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung für die Gesundheit einschätzen und den Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit berücksichtigen;
- können ernährungsmitbedingte Krankheiten nennen;
- haben grundlegende Kenntnisse über Nahrungsinhaltsstoffe und Lebensmittel und deren Bedeutung für den Organismus;
- können Kostformen verschiedener Personengruppen erklären;
- können sich am Markt orientieren und als mündige Konsumentinnen und Konsumenten verantwortungsbewusst handeln;
- können die grundlegenden Abläufe in der menschlichen Entwicklung beschreiben;
- können Methoden der Familienplanung beschreiben und verantwortungsvolles Verhalten in der Sexualpartnerschaft erörtern;
- können die Grundlagen der Säuglingspflege und Pflege von erkrankten Angehörigen erklären;
- können die Grundlagen der Ersten Hilfe beschreiben.

##### **Lehrstoff:**

Anatomie und Physiologie des Menschen.

Gesundheitsvorsorge.

Sexualität:

Verhütung, Familienplanung.

Schwangerschaft, Geburt.

Gesundheit:

Erste Hilfe, Pflegemaßnahmen bei verschiedenen Personengruppen.

Grundlagen der Ernährung:

Aufgaben der Nahrung, Ernährung und Gesundheit.

Ernährungsmitbedingte Krankheiten.

Kostformen.

Inhaltsstoffe der Nahrung, Lebensmittel.

Lebensmittelqualität und -kennzeichnung.

2. Klasse:

##### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Die Schülerinnen und Schüler

- können die Grundlagen der Sensorik beschreiben und ausgewählte Lebensmittel sensorisch beurteilen;
- haben grundlegende Kenntnisse über Getränke und können sich am Markt orientieren;
- können Einflüsse auf das Ernährungs- und Konsumverhalten nennen und das eigene Verhalten kritisch bewerten;
- können das Suchtpotenzial unterschiedlicher Suchtmittel einschätzen und Vermeidungsstrategien anwenden;
- sind in der Lage, Aufklärungsmaßnahmen und Information im öffentlichen Bereich zum Thema Gesundheit zu nutzen;
- sind in der Lage, Möglichkeiten der betrieblichen Gesundheitsvorsorge zu nutzen und exemplarisch Maßnahmen zu entwickeln;
- können Infektionskrankheiten nennen;
- können ökologische Zusammenhänge beschreiben;
- können die Wichtigkeit des nachhaltigen Beitrags jeder und jedes Einzelnen im Hinblick auf die Umwelt begründen.

##### **Lehrstoff:**

Grundlagen der Sensorik.

Alkoholfreie, alkaloidhaltige und alkoholische Getränke.

Gefahren des Alkohols.

Ernährungsverhalten.

Gesundheit:

Public Health und betriebliche Gesundheitsförderung.

Gesundheit am Arbeitsplatz und Gesundheitstraining.

Sucht und Suchtprävention.

Infektionskrankheiten.

Ökologie:

Umwelthygiene.

Ökologische Grundlagen und Zusammenhänge.