

Ernährung und Gesundheit

In dem Fach EG bist du richtig, wenn du:

- ▶ Freude am praktischen Arbeiten hast
- ▶ Selbstständig arbeiten möchtest
- ▶ Teamfähigkeit besitzt
- ▶ Interesse an Ernährung, Gesundheit und Nahrungszubereitung hast
- ▶ Kreativität ausleben möchtest
- ▶ Wertschätzung im Umgang mit Lebensmitteln mitbringst

Gliederung

- A - Inhalte des Faches EG
- B - Stundentafel
- C - Notenbildung
- D - Abschlussprüfung - in der 10. Klasse
- E - Zukunftsperspektiven
- F - Abschließende Gedanken

A - Inhalte des Faches EG

1. Umwelt- und Verbraucherbewusstsein
2. Ernährung – Gesundheit – Lebensführung
3. Arbeitsprozesse - Arbeitstechniken

1. Umwelt- und Verbraucherbewusstsein

Ressourcen schonen - Clever in der Küche

- ▶ Nachhaltiges Wirtschaften
- ▶ Unfallgefahren im Haushalt
- ▶ Müllvermeidung und Mülltrennung
- ▶ Werkstoffe in der Küche wie Glas, Kunststoffe, Holz und Metall
- ▶ Gekonnter Einsatz von Geräten
- ▶ Einkauf von Lebensmitteln

2. Ernährung – Gesundheit – Lebensführung

Ernähre dich bunt

- ▶ Ernährungs- und Bewegungspyramide
- ▶ Stoffwechsel und Verdauung
- ▶ Genussmittel
- ▶ Inhaltsstoffe von Lebensmitteln
- ▶ Kostformen, wie die Vollwertige Ernährung
- ▶ Schadstoffe in Lebensmitteln
- ▶ Essstörungen, wie Magersucht

3. Arbeitsprozesse – Arbeitstechniken

**Gesund kochen und essen – Speisen genießen
– Clever in der Küche**

- ▶ Planen von Arbeitsabläufen
- ▶ Rationelles und ergonomisches Arbeiten
- ▶ Hygiene
- ▶ Garmachungsarten
- ▶ Sensorisches Prüfen
- ▶ Kräuter und Gewürze

3. Weitere Arbeitsprozesse und Arbeitstechniken

- ▶ Teiglockerung
- ▶ Vorratshaltung
- ▶ Saisonale, lokale und internationale Rezepte
- ▶ Benehmen bei Tisch
- ▶ Anrichten, Garnieren, Servieren und Abservieren von Speisen

B - Stundentafel

7. – 10. Jahrgangsstufe im Zweig:

- ▶ pro Woche 3 Stunden EG
- ▶ Theorie und Praxis im 14-tägigen Wechsel

C - Notenbildung

- ▶ 2 Theorie Schulaufgaben
1 Praxis Schulaufgabe
- ▶ ca. 2 Stegreifaufgaben
- ▶ ca. 2 Mündliche Noten z. B. durch Abfrage der theoretischen Lerninhalte
- ▶ 2 Praxisnoten
Note aus den Bereichen praktische Arbeitsweise, Hygiene, Sicherheit, Einkauf, Gerätebedienung,...
- ▶ Praxisinhalte dürfen mit dem neuen Lehrplan nur noch in der Praxis abgeprüft werden

D - Abschlussprüfung

In der 10. Klasse

- ▶ Theorie 90 Minuten
- ▶ Praxis 240 Minuten

30 Minuten Organisationsplan schreiben
+ 210 Minuten Nahrungszubereitung,....

E - Zukunftsperspektiven

Berufsfachschule für Ernährung und Versorgung

- ▶ Assistent/in für Ernährung und Versorgung

Fachakademie für Ernährungs- und Versorgungsmanagement (Schwerpunkt Hotel/Event)

- ▶ Betriebswirt/in mit leitender Tätigkeit
- ▶ Die **Fachhochschulreife** kann während der Ausbildungszeit durch einen Ergänzungsunterricht erworben werden.
- ▶ Viele **Weiterbildungsmöglichkeiten**, z. B. Fachlehrerin für allgemeinbildende oder berufliche Schulen.

F – Abschließende Gedanken

- ▶ Fach Ernährung und Gesundheit
Wahlpflichtfächergruppe IIIb ist **lernen für das Leben.**
- ▶ **Alltagskompetenz** pur!
- ▶ Jegliche berufliche Wege stehen offen:
z. B. der Besuch einer FOS oder auch BOS
- ▶ Größter Vorteil einer Ausbildung über z. B. die Berufsfachschule ist die praktische Erfahrung, die die Absolventen mitbringen.
- ▶ Praktische Erfahrung begünstigt Einstellungschancen.

Danke für Ihr Interesse!