

Hinweis: Bei der Unterstützung für das *Lernen mit Rückenwind* werden die inhaltlichen Schwerpunkte berücksichtigt, die für die schriftliche Abschlussprüfung im Fach relevant sein können. Praktisches Arbeiten/ Inhalte werden hier außer Acht gelassen.

Die Diagnose über den nicht erarbeiteten Inhalt erfolgt über die Fachlehrkraft der/ des Schülerin/ s

Folgende Hilfsmittel/ Materialien werden angesprochen und sind in den AES- Fachschaften auch in Printversion vorhanden:

<p>Bundeszentrum für Ernährung (BZfE): SchmExperten in der Lernküche - Ernährungsbildung in den Klassen 6 bis 8 (https://www.ble-medienservice.de/3980/schmexperten-in-der-lernkueche-ernaehrungsbildung-in-den-klassen-6-bis-8)</p>	
<p>Bundeszentrum für Ernährung (BZfE): Lebensmittelqualität beurteilen - Der Qualitätsfächer zur Verbraucherbildung in Schulen (https://www.ble-medienservice.de/1638/lebensmittelqualitaet-beurteilen-der-qualitaetsfaecher-zur-verbraucherbildung-in-schulen)</p> <p>Der Qualitätsfächer muss am Ende von Klasse 9 bekannt sein, da er für die schriftliche Prüfung wichtig ist. Seine einzelnen Werte werden in den einzelnen Klassenstufen nach Schulcurriculum behandelt.</p>	
<p>Klett: starkeSeiten Alltagskultur / Ernährung / Soziales 7-10 Ausgabe Baden-Württemberg ab 2017</p>	
<p>Oldenbourg: Startklar! Alltagskultur, Ernährung, Soziales - Differenzierende Ausgabe Baden-Württemberg; 7./8. Schuljahr und 9./ 10. Schuljahr</p>	
<p>Schrödel: Nah dran ... AES - Alltagskultur, Ernährung, Soziales; Schülerband 1 und 2</p>	

Auswahl an Basiskompetenzen der Klasse 8 (G|M|E?), die zum Weiterlernen in Klasse 9 benötigt werden.

Beispielcurriculum 2	Fördermaterialien
<p>1. I feel good -gesund in meiner Stadt</p> <p>1.Mein eigenes Gesundheitsverständnis 3.1.3.1 (1)(2)(6); 3.1.3.2 (2)(4); 3.1.5.3 (3); 3.1.4.2 (1-4)(6); 3.1.5.1. (3)</p> <p>G Die Subjektivität des eigenen Gesundheitsverständnisses beschreiben M herausarbeiten E herausarbeiten und mit dem anderer vergleichen</p> <p>Aktuelle Definitionen von Gesundheit – WHO (1986) Definition</p> <p>G, M, E Definition von Salutogenese E Merkmale der verschiedenen Gesundheitsmodelle mit Informationsmaterial herausarbeiten und Besonderheiten darstellen</p> <p>Den Zusammenhang von bewusster Freizeitgestaltung und Gesunderhaltung erarbeiten (u.a. Work-Life-Balance) G Stressoren nennen, individuelle Stressoren erkennen, mögliche körperliche Reaktionen beschreiben M, E körperliche Reaktionen erklären</p>	<p>G, M, E: Was bedeutet für dich Gesundheit? Beschreibe. Lies den Text in “startklar 7/8” S. 142/143 und bearbeite Nr. 1-3.</p> <p>M, E: Nr.4+5 E: Vergleiche nun dein Gesundheitsverständnis mit dem der Personen im Text.</p> <p>G, M, E: Lies den Text “Nah dran 1” S.72: Wie definiert die WHO den Begriff „Gesundheit“?</p> <p>G, M, E: Schau dir das folgende Video zu Salutogenese an (abgerufen am 25.05.2021). Wie wird Salutogenese definiert? Stelle Widerstandsressourcen und das Kohärenzgefühl dar. M, E: Vergleiche nun das Modell der Salutogenese mit dem Modell der WHO. E: Ergänze deinen Vergleich mit dem Modell der Pathogenese.</p> <p>G, M, E: Lies den Text in “startklar 7/8” S.146/147 . Schreibe auf S.146 die Definitionen zu Stressoren, Eustress und Distress ab. Bearbeite auf S. 147 Nr.1. Was sind deine persönlichen Stressoren?</p> <p>G, M, E: Wie reagierst du auf Stress? M, E:Erkläre mögliche körperliche Reaktionen: körperliche Stressreaktionen (abgerufen am 25.05.2021)</p> <p>G, M, E: Schau dir das Video Work-Life-Balance an (abgerufen am 25.05.2021).</p> <div data-bbox="1832 453 2134 647" style="float: right;"> </div>

<p>M den Zusammenhang zwischen Stressoren und Widerstandsressourcen beschreiben und die persönlichen Widerstandsressourcen analysieren E erklären und analysieren</p> <p>Kritische Lebenssituationen im Zusammenhang mit physischer, psychischer und sozialer Gesundheit betrachten G Begriffskarten und Definitionen als Hilfestellung</p>	<p>Erkläre den Begriff der Work-Life- Balance. Wie sieht deine eigene work-life-balance aus (work bezieht sich hier auf Schule)?</p> <p>M: Beschreibe den Zusammenhang zwischen Stressoren und Widerstandsressourcen (siehe Modell der Salutogenese). Analysiere deine persönlichen Widerstandsressourcen. E: Erkläre, wie du deine persönlichen Widerstandsressourcen aufgebaut hast.</p> <p>Beschreibe wie Frau Berger (s. Text oben) ihre kritische Lebenssituation meistert. Kennst du ähnliche Situationen aus deinem Umfeld? Beschreibe, wie diese Personen damit umgehen. G: Nimm dir die Definition der WHO und das Modell der Salutogenese zur Hilfe.</p>
<p>2. Bestandsaufnahme 3.1.3.1. (6)(7)(10) Vorkenntnisse abfragen G, M, E Die Ergebnisse den 3 Kategorien zuordnen (physische, psychische und soziale Gesundheit) Kategorisierung der Bestandsaufnahme</p> <p>G Möglichkeiten zur Steigerung der persönlichen Gesundheitsressourcen im Alltag beschreiben, M beschreiben und beurteilen E analysieren und beurteilen und gesellschaftliche Gesundheitsressourcen beschreiben</p> <p>G mit Unterstützungsmaterial recherchieren und darstellen M regionale Angebote zur Förderung der Gesundheit selbstständig recherchieren, vergleichen (...) nach gesundheitsbezogenen Kriterien und aus Verbraucherperspektive bewerten und Handlungsoptionen ableiten E Handlungsoptionen ableiten</p>	<p>G M E: Wie hältst du dich selbst gesund?</p> <p>Welche Einrichtungen zur Förderung der Gesundheit kennst du in deiner Region? Ordne diese nach physischer, psychischer und sozialer Gesundheit ein. Orientiere dich an folgenden Aspekten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • physische Gesundheit (Vereine, Gesundheitszentren, Fitnesscenter, Krankenkassen, DLRG...) • psychische Gesundheit (Beratungsstellen, Schullaufbahnberatung, BeratungslehrerIn, schulpsychologische Einrichtungen, kirchliche Träger,...) • soziale Gesundheit (Ehrenämter, Familienbildungsstelle, Flüchtlingshilfe, Jugendtreffs verschiedener Träger, Pfadfinder, Naturschutz, Patenprojekte, Lernhilfen,...) <p>E: Recherchiere weitere Einrichtungen und ergänze sie in deiner Übersicht mit den verschiedenen Aspekten.</p> <p>Wähle eine dieser Einrichtungen aus und erstelle eine Infoseite dazu.</p> <p>Beschreibe, was für dich eine gute gesundheitsförderliche Jugendeinrichtung/ Gesundheitseinrichtung ist.</p> 

<p>Exemplarische Auswahl von Einrichtungen und deren Angebote 3.1.4.2 (1-4)(6); 3.1.5.1 (3)</p> <p>Was ist für mich eine gute gesundheitsförderliche Jugendeinrichtung/ Gesundheitseinrichtung</p> <p>G Qualitätsmerkmale aus vorgegebener Liste begründet auswählen M, E Qualitätsmerkmale gemeinsam entwickeln</p>	<p>Orientiere dich an „Nah dran“ 1 S. 43.</p> <p>G mögliche Qualitätskriterien: Preis-Leistungs-Verhältnis, emotionaler Wert, Außenwirkung/ Werbung/ Kontaktaufnahme, Zielgruppe und Berücksichtigung von Inklusion, soziokultureller Wert/ Image, Eignungswert M, E: Entwickle eigene Qualitätsmerkmale. Erfüllt die von dir ausgewählte Einrichtung deine Kriterien? Analysiere.</p>
<p>2. "Fit wie ein Turnschuh"</p>	
<p>1. Was sollte ich essen und trinken, um fit zu sein? 3.1.3.1.(1)(4); 3.1.2.2.(1)(3)(5)(6) -Zusammenhang Essen und Leistungsfähigkeit -Einführung in die vollwertige Ernährung am Beispiel des Ernährungskreises G: zuordnen M, E: eigene Beispiele zuordnen -Die 10 Regeln der DGE. M, E: 10 Regeln der DGE mit Ernährungskreis abgleichen -Bewegung im Alltag</p>	<p>G, M, E: Wenn du Lebensmittel zu dir nimmst, nimmst du auch Energie auf. Nur, wer auch Energie in Form von Lebensmitteln zu sich nimmt, kann auch Leistung bringen, bspw. Sport machen.</p> <p>Wähle eine Sportart aus und schaue, wie viel Energie du bei der Ausübung verbrauchst. Energieverbrauch beim Sport berechnen Berechnungstools - ernaehrung.de (zuletzt abgerufen am 31.05.2021)</p> <p>Wie viel sollte ich von was zu mir nehmen. Um das herauszufinden, lies den Text zum Ernährungskreis von folgender Website durch: Ernährungskreis - DGE (zuletzt abgerufen am 31.05.2021) Nenne die Merkmale einer vollwertigen Ernährung. Beschreibe anschließend den Aufbau des Ernährungskreises. G, M, E: Schreibe auf, was du gestern gegessen und getrunken hast. Sortiere die Lebensmittel anschließend den Bereichen im Ernährungskreis zu. G: Lies dir die 10 Regeln der DGE durch: LS-10-Regeln-der-Ernaehrung.pdf (dge.de) (zuletzt abgerufen am 31.05.2021)</p>

	<p>Vergleiche den Ernährungskreis mit den 10 Regeln der DGE. Was fällt dir dabei auf? (Unterschiede, Gemeinsamkeiten?)</p> <p>M, E: Lies dir die 10 Regeln der DGE durch: 10 Regeln der DGE - DGE (zuletzt abgerufen am 31.05.2021)</p> <p>M, E: Gleiche die 10 Regeln der DGE mit dem Ernährungskreis ab und leite Ergänzungen ab.</p> <p>Wie halte ich mich aber nun im Alltag fit? G, M, E: Wie hältst du dich im Alltag fit? Erstelle hierzu eine Mind-Map Vielleicht findest du im Internet weitere Anregungen? Recherchiere!</p>
<p>2. Muss ich das essen, um fit zu sein? 3.1.3.1.(4); 3.1.2.1.(5);3.1.2.2.(4)(5)(9)(11) Sportlerernährung G: Fallbeispiele den Expertenmeinungen zuordnen; M, E: Fallbeispiele analysieren</p>	<p>G, M, E: Öffne die Seite des Verbraucherservice Bayern: (abgerufen am 17.06.2021) Fasse die Ernährungsempfehlungen für Sportler zusammen. M, E: Gleiche diese mit den 10 Regeln der DGE und der Ernährungs- Pyramide/ dem Ernährungskreis ab.</p>
<p>3. Gut, gesund, gerecht- wissen was man is(s)t</p>	
<p>1. Was ist "gut, gesund, gerecht"? Qualitätsaspekte in der Nahrung 3.1.2.1 (1); 3.1.4.2 (1,2,3); 3.1.2.2 (5,7) Vorwissensaktivierung (Einstieg in die Einheit: "Wie wird mein Smoothie gesund, fair und bio?") durch einen Advanced Organizer Zuordnung ausgewählter Begriffsgruppen des Qualitätsfächers</p>	<p>G, M, E: Nimm ein DIN A4 Blatt quer und schreibe in eine Tabelle folgende Worte in die Spalten: gesund, fair und bio. Was fällt Dir zu den einzelnen Spalten ein? Der Qualitätsfächer der BZfE hilft dir dabei.</p> 
<p>2. Ist mein Smoothie ein Getränk? - Was steckt im gekauften Smoothie? 3.1.2.2 (5,6); 3.1.4.2 (3,4,5,6); 3.1.4.4 (3) Ist mein Smoothie ein Getränk? – Zuordnen des Smoothies zum DGE-Ernährungskreis</p>	<p>G, M, E: Lade auf der folgenden Seite die Materialien herunter: Landeszentrum für Ernährung- Lernzirkel Obst (abgerufen am 31.05.2021) -Smoothie Karten -Alles zu seiner Zeit -5 am Tag Bearbeite die beinhalteten Arbeitsblätter.</p> 

<p>– Lebensmittel als Nährstoffträger am Beispiel Smoothie</p> <p>Was steckt im gekauften Smoothie?</p> <p>– Analyse einen industriell gefertigten Smoothie: Regionalität und Saisonalität, Energiegehalt, Preis, Verpackung</p> <p>G, M: Verpackungsanalyse mit Leitfaden, mit Infotexten als Hilfestellung (z.B. zur Lebensmittelkennzeichnung)</p> <p>E: Weitgehend eigenständige Analyse</p>	<p>G, M: Verpackungsanalyse eines Smoothies (Verpackungsbilder siehe oben -> Smoothie Karten) Fragen auf den Karten des Qualitätsfächers des BZfE beantworten.</p> <p>-Karte 1: Lebensmittelkennzeichnung -Karte 2: Nährwertangaben -Karte 21: Regionale Produktion -Karte 23: Saisonale Produktion</p> <p>Weitere Informationen: BZfE Nachhaltiger Konsum (abgerufen am 11.05.2021)</p> <p>E: Erstelle eine Analyse für eine Smoothie Verpackung deiner Wahl.</p>
<p>3. Was macht meinen Smoothie bio? 3.1.4.3 (2,7); 3.1.4.1 (3,4)</p> <p>-Vergleich bio versus konventionell am Beispiel einer Smoothiefrucht (z.B. Apfel)</p> <p>-Kriterien für die Vergabe von Biosiegeln (z.B. EU-Siegel, Naturland, Demeter, etc.)</p> <p>G Aufbereitetes Material</p> <p>M, E: Internetrecherche mit Linkliste</p>	<p>G, M, E: Ist bio immer besser? Lies folgenden Artikel und erkläre, für welchen Apfel Du dich entscheiden würdest. Ein Apfel aus dem Bioanbau oder ein Apfel aus der konventionellen Landwirtschaft.</p> <p>Material: Qualitätsfächer Karte Nr. 25- Biosiegel Recherchiere auf www.label-online.de die 5 Biosiegel auf der Karte Nr. 25 (Qualitätsfächer BZfE).</p> <p>G, M, E: Erstelle eine Tabelle mit den wichtigsten Informationen. Beziehe dabei die folgenden Fragestellungen mit ein:</p> <p>-Wofür steht das Siegel? -Welche Kriterien gelten bei der Vergabe? -Wer vergibt es? -Wer kontrolliert es?</p>
<p>4. Was macht meinen Smoothie fair? 3.1.4.4 (3,6,7); 3.1.4.3 (3); 3.1.4.4 (1)</p> <p>G Aufbereitetes Material</p> <p>M, E: Internetrecherche mit Linkliste</p>	<p>G, M, E: Material Dokumentenseite 15- Arbeitsblatt B3 (Situation philippinischer Mango- Kleinbauern) und Arbeitsblatt B5 (Kriterien und Akteure des fairen Handels)</p>



<p>E: Mögliche Vertiefung: Produktlinienanalyse/ Wertschöpfungskette meines Smoothies</p> <p>M, E: Ist Fair = Bio?</p> <p>E: E Mögliche Vertiefung Produktlinienanalyse/ Wertschöpfungskette meines Smoothies</p>	<p>Mit welchen Problemen haben die Mango-Kleinbauern zu kämpfen? Schreibe die Kriterien des fairen Handels in dein Heft ab.</p> <p>M, E: Ist bio= fair? Schau unter www.fairtrade.de nach und beantworte diese Frage schriftlich in deinem Heft.</p> <p>Überlege dir Zutaten für einen selbst hergestellten Smoothie, bei dem du folgende Kriterien beachtest: Bio, Fair, Regional und Saisonal. Geht das überhaupt? Begründe deine Antwort ausführlich.</p>
<p>4. "So will ich leben"</p>	
<p>1. Meine Zukunft 3.1.5.1(1)(2)(4)(5)(6)(8); 3.1.5.2.(3)(4)(8); 3.1.4.1.(1)(2)(3)</p> <ul style="list-style-type: none"> -Eigene Zukunftsvorstellungen darstellen -Zusammenhang zwischen Zukunftsvorstellungen und Beruf -Berufssteckbrief erstellen <p>G: Angeleitete Internetrecherche, vorgegebenes Steckbriefraster.</p> <p>M, E: Freie Internetrecherche.</p> <p>-Wo will ich hin und was brauche ich dafür?</p> <p>Rollenbilder:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Eigene Rollenbilder darstellen -Rollenbild der 50er Jahre 	<p>"Meine Zukunft"</p> <p>G, M, E: Erstelle eine Mind-Map: "So lebe ich in 20 Jahren" (Familie, Beruf, Wohnort, Wohnform, Freizeit, Hobbies...) Kannst du diese Zukunftsvorstellungen eventuell beeinflussen? Wenn ja, wie?</p> <p>G, M, E: Erstelle einen Steckbrief zu deinem "Traumberuf"</p> <p>G: Recherchiere unter folgendem Link deinen Traumberuf: Schritt für Schritt zum Wunschberuf - Bundesagentur für Arbeit (arbeitsagentur.de) (zuletzt abgerufen am 2.6.2021)</p> <p>Folgende Punkte könnte der Steckbrief umfassen: Aufgabenfelder, Ausübungsort, erforderliche Fähigkeiten, benötigter Schulabschluss, Struktur der Ausbildung, usw.</p> <p>G, M, E: Erarbeite anschließend den Zusammenhang zwischen deiner Zukunftsvorstellung und deinem Beruf.</p> <p>Durfte man seine Zukunft schon immer "frei" wählen? Stelle dein eigenes Rollenbild (was ist typisch Mann – typisch Frau) dar. Wie hat sich das Rollenbild in den letzten 70 Jahren geändert? Vielleicht kannst du dir im folgenden Video Anregungen holen: Rollenbilder früher und heute – 2 Generationen im Gespräch - SWR Heimat (zuletzt abgerufen am 31.05.2021)</p>

2. Konflikte bewältigen: Wir sind ein Team

3.1.5.2.(1)(2)(4)(5); 3.1.5.4.(1)(2)

- Teamwork
- Konflikte innerhalb der Familien
- mit Konflikten umgehen
- unterschiedliche Arbeitsformen
- Konflikte in der Familie durch Familien / Hausarbeit --> Lösungsstrategien entwickeln.

G: erarbeite

M: erarbeite und begründe

E: erarbeite und beurteile

G, M, E:

Wir sind ein Team:

Lies dir den Text "Startklar 7/8" S. 184/185 durch.

Bearbeite folgende Aufgaben:

G, M, E: S. 185 Nr.1,2

Wie sieht für dich eine gelungene Gruppenarbeit aus?

Was tun, wenn es Konflikte gibt?

Lies dir hierfür den Text "starke Seiten" S. 77 durch und bearbeite Nr. 4+5.

Lies dir anschließend in "Nah Dran 2" S. 16/17 durch und bearbeite auf S. 17 Nr. 1b, Nr. 2+3

M, E:

Welche Konflikte gibt es in deinem Haushalt/deiner Familie? Welche Lösungsstrategien aus den Texten könnten hier angewendet werden? Hast du eigene Lösungsvorschläge?

Schau dir nun folgenden Film an.

[Nicht bezahlte Arbeit | alpha Lernen erklärt Wirtschaft & Arbeit - YouTube \(youtube-nocookie.com\)](#)

(zuletzt abgerufen am 27.5.2021)

Lies anschließend im Buch "Starke Seiten" die Seiten 192 und 193.

Beantworte auch die Fragen auf S. 192

G: Arbeite Vorschläge heraus, wie die Hausarbeit / Familienarbeit konfliktfrei funktionieren kann.

M: Arbeite Vorschläge heraus, wie die Hausarbeit / Familienarbeit konfliktfrei funktionieren kann, und begründe deine Vorschläge.

E: Arbeite Vorschläge heraus, wie die Hausarbeit / Familienarbeit konfliktfrei funktionieren kann, und beurteile deine Vorschläge.

