

## 20. Ernährung

### A. Fachbezogene Hinweise

Grundlage der schriftlichen Abiturprüfung in Niedersachsen sind die Einheitlichen Prüfungsanforderungen in der Abiturprüfung (EPA) Ernährung (2006) sowie die Rahmenrichtlinien (RRL) für den Unterricht im Fach Ernährung im Beruflichen Gymnasium - Gesundheit und Soziales, Schwerpunkt Ökotrophologie - (März 2006).

Die in den RRL beschriebenen Lerninhalte, Methoden und Techniken der Einführungsphase unter Einbezug des Lerngebiets 0 sind Grundlage aller Thematischen Schwerpunkte.

Die konkrete Ausgestaltung der Themenvorschläge wird sich nach den Anforderungen der EPA richten, wobei die Aufgabenstellungen die ersten vier Phasen der vollständigen Handlung bis zum Handlungsprodukt umfassen.

### B. Thematische Schwerpunkte

#### **Thematischer Schwerpunkt 1: Ernährung im Kindes- und Jugendalter**

Wichtige Unterrichtsvoraussetzungen sind das Lerngebiet „Ernährung als Lebensgrundlage“ sowie ausgewählte Lerninhalte aus dem Lerngebiet „Ernährungsabhängige Erkrankungen und Prävention“

##### 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 mit verursacht werden
- Erkrankungen, die durch Nahrungszusatzstoffe verursacht werden

#### **Thematischer Schwerpunkt 2: Be- und Verarbeitung von Milch und Milchprodukten**

Wichtige Unterrichtsvoraussetzungen sind das Lerngebiet „Lebensmittelproduktion und Vermarktung“, der Lerninhalt „Aufbau und Funktion der energieliefernden und nichtenergieliefernden Lebensmittelinhaltsstoffe“ aus dem Lerngebiet „Ernährung als Lebensgrundlage“ sowie der Lerninhalt „Erkrankungen, die durch mangelnde Lebensmittelhygiene verursacht werden“ aus dem Lerngebiet „Ernährungsabhängige Erkrankungen und Prävention“.

##### Unterrichtsaspekte:

- Technologische Verfahren in der Lebensmittelverarbeitung: mechanische, chemische, thermische, biochemische
- Veränderungen der Lebensmittel und deren Inhaltsstoffe bei der Lebensmittelverarbeitung
- Qualität von Lebensmitteln: sensorische, ernährungsphysiologische, ökologische
- 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

**Thematischer Schwerpunkt 3: Modediäten**

Wichtige Unterrichtsvoraussetzungen sind die Lerngebiete „Ernährung als Lebensgrundlage“ und „Ernährungsabhängige Erkrankungen und Prävention“ sowie ausgewählte Lerninhalte aus dem Lerngebiet „Lebensmittelproduktion und Vermarktung“.

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
- Stoffwechselerkrankungen, die durch Mangel-/Überernährung mit verursacht werden
- Erkrankungen, deren Verlauf durch Ernährungstherapie beeinflusst werden können
- Erkrankungen, die durch Nahrungszusatzstoffe verursacht werden
- Ernährungsberatung und Ernährungstherapie (Diätetik) als Präventionsmaßnahmen
- Funktionelle Lebensmittel
- Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung
- Zusatzstoff-Zulassungsverordnung
- Werbung und Marketingstrategien

**C. Sonstige Hinweise:**

keine