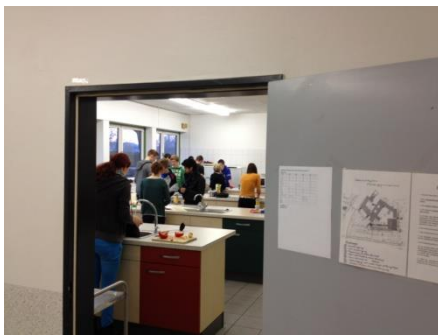


Ernährungslehre

Das Fach „Ernährungslehre“ wird in der Sekundarstufe I und II angeboten. In den vorgegebenen drei Wochenstunden werden den Schülerinnen und Schülern der Umgang mit Lebensmitteln praktisch und theoretisch erklärt.

Zum praktischen Teil:

Der Ernährungslehretrakt besteht aus einem Unterrichtsraum, einer Lehrküche mit jeweils 4 Küchenzeilen und einem Speiseraum.



In der Sekundarstufe 1 (Differenzierungskurs) wird neben dem theoretischen Teil in der Regel einmal in sechs Wochen ein Gericht zubereitet. Die Schülerinnen und Schüler suchen zu einer bestimmten Unterrichts - Reihe passende Lebensmittelzubereitungen aus, wie z.B.

Unterrichtsthema: Eiweiß : Praxisbezug: eine Fisch-/ Fleisch - Mahlzeit bzw.

Unterrichtsthema: Kohlenhydrate : Praxisbezug: Gebäcke (Backen von Knusperhäusern zu
Weihnachten) .



Frau Hänisch organisiert für einen Teil des Differenzierungskurses die Teilnahme an Erdgas – Koch - Wettbewerbe. Hierbei stehen die Schüler des Mariengymnasiums mit Schülern anderer Schulen in einem Kochwettbewerb. Die Koch – Prüfungen werden unter Aufsicht verschiedener Fachkräfte durchgeführt, wie z.B. Herr Schnieder (Restaurant – Besitzer in Borken).



In der Sekundarstufe II wird die Küche für die Praxis etwas weniger benutzt, da ernährungs - bzw. stoffwechselphysiologische Unterrichtsinhalte im Vordergrund stehen um die Lernenden auf die Abiturprüfung im Fach „Ernährungslehre“ vorzubereiten.

Ziel des Faches „Ernährungslehre“ ist, dass die Schülerinnen und Schüler Lebensmittelinhaltsstoffe bewerten können, Stoffwechselstörungen wie z.B. Diabetes mellitus, Osteoporose erkennen und ernährungsphysiologisch beratend helfen, Einblicke erhalten zu verschiedenen Diäten (z.B. Formular – Diäten sowie Diät - Formen) und alternative Ernährungsformen (z.B. Makrobiotische Ernährungsform), aber auch Ernährungspläne für verschiedene Personengruppen (Sportler, Schwangere etc.) erstellen , sowie Ernährungsprogramme für z.B. Entwicklungsländer zur Linderung von Vitamin – A – Vitaminosen (z.B. Beri – Beri als Thiaminmangelkrankungen etc.) zu erstellen.

Die Kenntnisse können gut für die Studiengänge Medizin, Ökotrophologie, Landwirtschaft, Lebensmittelchemie, Pharmazie , Tiermedizin u s w., aber auch für Ausbildungsgänge bei Krankenkassen, in der Lebensmittelindustrie (z.B. Firma Iglo, Dr. Oetker) genutzt werden.

Eingesetzte Lehrwerke:

Für die Sekundarstufe I: Cornelia Schlieper „ Ernährung heute “

Für die Sekundarstufe II: Cornelia Schlieper „Grundfragen der Ernährung“.

In diesem Buch werden die Stoffwechselprozesse im menschlichen Organismus erklärt.