

Lernfeld: Ernährung und Gesundheitsförderung

Welche Lernziele sind von Bedeutung? Die Kinder und/oder Jugendlichen sollen ...

Lernfeld	Bildungsphasen/Altersgruppen			
	Elementarphase 3-6 Jahre	Primarphase 6-10 Jahre	Sekundarphase I 10-15 Jahre	Sekundarphase II 15-18 Jahre
Ernährung und Gesundheitsförderung	<ul style="list-style-type: none"> - verschiedene Arten von Lebensmitteln erkennen können. - Lebensmittelgruppen kennen lernen können. 	<ul style="list-style-type: none"> - verschiedene Arten von Lebensmitteln kennen und in Lebensmittelgruppen einordnen können. - die Vielfalt der Lebensmittelgruppen erfahren können. 	<ul style="list-style-type: none"> - Lebensmittel in verschiedene Gruppen hinsichtlich des Nährgehalts einteilen können. - die Vielfalt der Lebensmittelgruppen nutzen können. 	<ul style="list-style-type: none"> - die Bestandteile einer abwechslungsreichen Ernährung bestimmen können (Proteine, Fette, Kohlehydrate, Ballaststoffe, Vitamine, Mineralien, Energie und Wasser). - die Vielfalt der Lebensmittelgruppen nutzen können.
	<ul style="list-style-type: none"> - sich der Notwendigkeit von Nahrung für Wachstum, Gesundheit und die Körperfunktionen bewusst werden können. 	<ul style="list-style-type: none"> - verstehen können, warum bestimmte Lebensmittel für die Gesundheit wichtig sind. - erkennen können, dass eine Abwechslung der Lebensmittel wichtig für die Gesundheit ist. 	<ul style="list-style-type: none"> - Verbindungen zwischen Ernährung und Gesundheit herstellen können. 	<ul style="list-style-type: none"> - Verbindungen zwischen Ernährung und Gesundheit reflektieren können.
	<ul style="list-style-type: none"> - für Wachstum und Gesundheit wichtige Lebensmittel bestimmen können. (Grundnahrungsmittel) 	<ul style="list-style-type: none"> - verstehen können, dass Lebensmittel Nährstoffe enthalten und Energie zur Verfügung stellen, die für Wachstum und Gesundheit nötig sind. 	<ul style="list-style-type: none"> - Nährstoffe und Ballaststoffe benennen können und sie mit ihren Funktionen im Körper in Zusammenhang bringen können. 	<ul style="list-style-type: none"> - verstehen können, wie der Körper Nahrung weiter verarbeitet und Nährstoffe und Energie verfügbar macht. - verstehen können, dass nicht ein einziges Lebensmittel alle notwendigen Nährstoffe enthält.
	<ul style="list-style-type: none"> - das Frühstück als guten Beginn des Tages erfahren können. 	<ul style="list-style-type: none"> - das Frühstück als guten Beginn des Tages erfahren können. 	<ul style="list-style-type: none"> - das Frühstück als guten Beginn des Tages verinnerlichen können. 	<ul style="list-style-type: none"> - das Frühstück als guten Beginn des Tages verinnerlichen können.
	<ul style="list-style-type: none"> - verstehen können, dass man Lebensmittel zur besseren Verdauung in kleine Stücke schneiden und gut kauen muss. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mund, Magen und Darm als Teile des Verdauungssystems kennen können. 	<ul style="list-style-type: none"> - die Funktion verschiedener Teile des Verdauungssystems beschreiben können. 	<ul style="list-style-type: none"> - das Zusammenwirken verschiedener Teile des Verdauungssystems erklären können.

Lernfeld: Ernährung und Gesundheitsförderung

Welche Lernziele sind von Bedeutung? Die Kinder und/oder Jugendlichen sollen ...

Lernfeld	Bildungsphasen/Altersgruppen			
	Elementarphase 3-6 Jahre	Primarphase 6-10 Jahre	Sekundarphase I 10-15 Jahre	Sekundarphase II 15-18 Jahre
Ernährung und Gesundheitsförderung	- regelmäßige Mundhygiene erfahren können.	- regelmäßige Mundhygiene erfahren und anwenden können.	- regelmäßige Mundhygiene anwenden und verinnerlichen können.	- regelmäßige Mundhygiene anwenden und verinnerlichen können.
	- die Häufigkeit der Lebensmittelaufnahme während des Tages mit Karies in Verbindung bringen können.	- die Häufigkeit der Lebensmittelaufnahme während des Tages mit Karies in Verbindung bringen können.		
	-----	- Essen und Trinken mit den individuellen Bedürfnissen in Zusammenhang bringen können. (Körpergröße/-gewicht, Alter/Aktivitäten)	- persönliche Nahrungsbedürfnisse einschätzen und beachten können (Alter, Gewicht, Bewegungsmuster).	- persönliche Nahrungsbedürfnisse in der täglichen Essenswahl berücksichtigen und reflektieren können.
	-----	- gesundheitsschädigende Folgen von zu wenig oder zu viel Essen kennen können.	- gesundheitsschädigende Folgen von zu wenig oder zu viel Essen kennen und vermeiden können.	- gesundheitsschädigende Folgen von zu wenig oder zu viel Essen vermeiden können.
	-----	- die Notwendigkeit der Energieaufnahme in Verbindung mit körperlicher Betätigung erfahren können.	- erkennen können, dass ein Ungleichgewicht an Energieaufnahme/-verbrauch einen Einfluss auf das Gewicht hat.	- auf ein Gleichgewicht von Energieaufnahme/-verbrauch achten können.
	-----	- verschiedene Personen mit verschiedenen körperlichen Formen und Größen akzeptieren können.	- verschiedene Stufen körperlicher Entwicklung erkennen können.	- mit dem eigenen körperlichen Erscheinungsbild zufrieden sein und das Erscheinungsbild anderer respektieren können.
		- verschiedene Körperformen und Größen respektieren können.	- sich der Prozesse der körperlichen, emotionalen und sozialen Veränderungen bewusst werden können.	
			- sich kritisch mit Einflüssen idealer Körperbilder auseinander setzen können.	

Lernfeld: Ernährung und Gesundheitsförderung

Welche Lernziele sind von Bedeutung? Die Kinder und/oder Jugendlichen sollen ...

Lernfeld	Bildungsphasen/Altersgruppen			
	Elementarphase 3-6 Jahre	Primarphase 6-10 Jahre	Sekundarphase I 10-15 Jahre	Sekundarphase II 15-18 Jahre
Ernährung und Gesundheitsförderung			- Essstörungen und deren Ursachen kennen können. ----- - verschiedenes Ernährungsverhalten und Diäten hinterfragen können.	- eigenes Ernährungsverhalten in Bezug auf Essstörungen/Diäten reflektieren können. ----- - verschiedenes Ernährungsverhalten und Diäten kritisch beurteilen können.