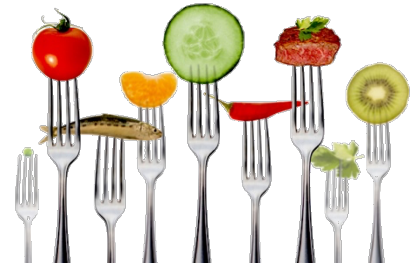


# Informationen zur Fächerwahl - ERNÄHRUNG UND SOZIALES

## Was is(s)t Ernährung und Soziales?

Das berufsorientierende **Wahlpflichtfach ES** umfasst handlungsorientierte, praktische Aufgaben zur Bewältigung konkreter Alltagssituationen.

**Im Mittelpunkt** steht dabei der **Erwerb von Kompetenzen hauswirtschaftlicher Tätigkeiten** sowie des **sozialen Miteinanders**.



Wesentliche **Aspekte der Ernährung**, der **Gesundheitsförderung**, der **Verbraucherbildung** und des **Umweltbewusstseins** im Sinne einer nachhaltigen Entwicklung finden Berücksichtigung.

Möglichkeiten zur fachbezogenen beruflichen Orientierung begleiten den Lernprozess.

Mit seiner **lebenspraktischen Ausrichtung**, auch im Bereich der **medialen Grundbildung**, leistet das Fach einen **Beitrag für den Erwerb von Medienkompetenz** für den privaten und beruflichen Bereich.

Somit untergliedert sich der Fachunterricht wie folgt:

### SOZIALES:

- Teamarbeit
- Vorhaben mit anderen planen und gestalten
- Eigene Projekte planen und durchführen
- Regeln einer kultivierten Tischkultur annehmen



### ERNÄHRUNG UND GESUNDHEIT:

- Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit kennenlernen
- Überprüfen des eigenen Ernährungsverhaltens
- Zubereiten gesundheitlich wertvoller Speisen

### HAUSWIRTSCHAFT:

- Qualitätsbewusster Einkauf
- Wirtschaftliche und umweltbewusste Haushaltsführung
- Schmackhafte, jugendgerechte Speisenzubereitung und Präsentation
- Umgang mit elektrischen Haushaltsgeräten



### Kuchen nach Grundrezept

Menge	Zutaten	Zubereitung
120 g 1 Prise 150 g 1 TL 2	Butter Salz Zucker Vanillezucker Eier	Backofen auf 180°C (Umluft 160°C) vorheizen. Den Boden einer quadratischen Kuchenform (20 cm) mit Backpapier auslegen und den Rand einfetten. in einer Rührschüssel schaumig rühren, nacheinander zugeben und weiter schaumig rühren.
180 g 1 1/4 TL 4 EL	Mehl Backpulver Milch	und trocken vermischen. Mit zur Schaummasse geben und unterrühren. Teig in die vorbereitete Form füllen. <b>Backzeit: 35-45 Minuten</b> Fertigen Kuchen in der Form 15 Minuten abkühlen lassen, dann auf ein Kuchengitter geben und vollständig abkühlen lassen.

### COMPUTER:

- Textverarbeitung und Informationsbeschaffung z. B. Speisekarte, Menükarten, Rezepte schreiben und Projektmappen erstellen
- Power-Point-Präsentationen



Auch die Berufsorientierung kommt nicht zu kurz: (hier ein paar Beispiele)

Ernährung	Gastgewerbe	Gesundheitsberufe	Hauswirtschaft
Bäcker/in	Koch/ Köchin	Arztshelfer/in	Hauswirtschaftler/in
Fleischer/in	Hotelfachmann/-frau	Krankenpfleger/in	Fachkraft für Pflegeassistenz
Konditor/in	Fachkraft im Gastgewerbe	Kinderpfleger/in	Hauswirtschaftl. Assistent/in
Molkereifachleute		Ergotherapeut/in	
Fachkraft für Lebensmittel	Assistent/in für Hotelmanagement	Tierarztshelfer/in	Fachlehrer/in für Ernährung und Gestaltung

**Und jetzt wünschen wir viel Erfolg bei der richtigen Wahl des praktischen Faches – vielleicht ES!!!**