

3 Unterrichtsmaterialien zu den Lehrplaneinheiten

3.1 Lehrplaneinheit 1: Orientierung in der neuen Lernumgebung

M1: Steckbrief Kennenlernen

3.2 Lehrplaneinheit 2: Soziokulturelle und historische Bedingtheit von Ernährungs- und Lebensgewohnheiten

M2: Ernährung früher und heute

M3: Einkaufsfälle Supermarkt

M4: Strukturlegeaufgabe - Ökologischer Landbau

M5: Lernzirkel - Saisonales, regionales Marktangebot am Beispiel Obst und Gemüse

M6: Beurteilung von Convenienceprodukten (Pudding)

M7: Beurteilung von Convenienceprodukten (Pizza)

M8: Bewegungsprotokoll

M9: Bewegungsparcours

3.3 Lehrplaneinheit 3: Bewertungskriterien einer gesunden Ernährung

M10: Gesamtenergiebedarf

M11: Umgang mit der Nährwerttabelle

M12: Energie-und Nährstoffgehalt eines Müslis

M13: Energie-und Nährstoffbedarf

M14: Nährstoffe und ihre ernährungsphysiologische Bedeutung

M15: Ernährungspyramide

M16: 10 Regeln der DGE

M17: Löslichkeitsversuche

M18: Getränkebeurteilung

M19: Selbsthergestellte Getränke

M20: Vitamin-C-Bestimmung

M21: Bestimmung des Zuckergehaltes von Cola

3.4 Lehrplaneinheit 4: Salutogenese und Resilienz

M22: Was hält uns gesund?

M23: Rollenkarten Salutogenese

M24: Salutogenese

M25: Salutogen und pathogen

M26: Hygiene