# HW.4 Ernährung und Gesundheit - Zusammenhänge verstehen und reflektiert handeln

◀ Vorangehende Kompetenzen: NMG.1.3

Querverweise

**2. Die Schülerinnen und Schüler können Einflüsse auf die Ernährung erkennen und Essen und Trinken der Situation entsprechend gestalten.**

*Essen und Trinken*

HW.4.2 Die Schülerinnen und Schüler ...

| | | | |
|---|---|---|---|
| 3 | a | » können soziale und kulturelle Aspekte beim Essen und Trinken erkennen und deren Einflüsse auf die Entwicklung von Essverhalten reflektieren (z.B. familiäre Gewohnheiten, Peers, Werbung, kulturelle Eigenheiten in Bezug auf Wahl von Nahrungsmitteln und Zubereitung von Mahlzeiten). ☰ Esskulturelle Aspekte | F.6.A.1.c<br>E.6.A.1.c<br>LI.6.A.1.c |
| | b | » können Nahrungsmittel über die Sinne vergleichen (z.B. Aussehen, Geruch, Geschmack bei Orangensaft), sensorische Eigenschaften beschreiben (z.B. Farbton, Geruchsintensität, Süssegrad) und Vermutungen formulieren, wie Unterschiede entstehen. ☰ Nahrungsmittel-Sensorik | |
| ◉ | c | » können Handlungsmöglichkeiten für gesundheitsförderndes Essen und Trinken erkennen sowie Anforderungen bei der Umsetzung diskutieren (z.B. täglicher Flüssigkeitsbedarf, Umgang mit zuckerhaltigen Getränken). ☰ Mahlzeitengestaltung, Getränkewahl | |
| | d | » können Essen und Trinken unterschiedlichen Situationen anpassen und variantenreich gestalten. | |