

Ernährungslehre

Das Fach Ernährungslehre ist – wie das Bild deutlich zeigt - eine interdisziplinäre Wissenschaft.

In der Oberstufe wird Ernährungslehre als neu einsetzendes Fach in Kombination mit einem anderen naturwissenschaftlichen Fach (Biologie, Chemie, Physik) im mathematisch-naturwissenschaftlichen Aufgabenfeld gewählt. Die vorherige Belegung im Wahlpflichtbereich ist keine Voraussetzung. In der Einführungsphase sowie in den beiden Qualifikationsphasen gibt es in der Regel in jeder Stufe zwei 3-stündige Kurse.



Voraussetzungen für das Fach sind vor allem

- naturwissenschaftliches Interesse und
- Interesse an den Vorgängen im menschlichen Körper
- Lernbereitschaft.

Zeitlicher Ablauf in der Sekundarstufe II

EF	Q1	Q2
<p><u>Bedarfsgerechte Ernährung</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Energie- und Nährstoffbedarf</i> • <i>Hauptnährstoffe und ihre Funktion</i> • <i>Verdauung, Resorption und Speicherung der Hauptnährstoffe</i> • <i>Hauptnährstofflieferanten</i> 	<p><u>Physiologie der Ernährung</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Stoffwechsel der Hauptnährstoffe</i> • <i>Vitamine und Mineralstoffe</i> • <i>Nährstoffträger</i> • <i>Hormonelle Regulation</i> • <i>Bedeutung des Wassers</i> <p><u>Ernährung in verschiedenen Lebensphasen und Lebenssituationen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Physiologische und stoffwechselphysiologische Zusammenhänge und Lebensbedingungen</i> • <i>Nährstoff – und Energiebedarf</i> • <i>Prinzipien für die Zusammensetzung einer bedarfsgerechten Kost</i> 	<p><u>Pathophysiologie der Ernährung</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Regulation der Nährstoffaufnahme</i> • <i>Stoffwechselprozesse und Stoffwechselstörungen</i> • <i>Formen der Fehlernährung</i> • <i>Formen der Lebensmittelunverträglichkeit</i> • <i>Krankheitsbilder, Therapie und Prophylaxe</i> <p><u>Ernährungsökologie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ernährung als mehrdimensionales Phänomen</i> • <i>Vollwerternährung und alternative Ernährungsformen</i> • <i>Strategien der Wirtschaft</i> • <i>Ernährungssituation der Bevölkerung unter verschiedenen regionalen und globalen Bedingungen</i>