

Fachcurriculum Verbraucherbildung – Klassenstufe 5

Lernfeld	Kompetenzen	Inhalte	Methoden / Aufgaben	Leistungsüberprüfung
Rolle als Verbraucher*in (ca. 6 Blöcke)	- Einflussfaktoren auf Konsum erkennen	- Konsumententscheidungen - Konsumverhalten (Werbung, Verbraucherfallen, Gruppennzwänge)	- Produkte vergleichen (Kriterienlisten vorgeben oder erarbeiten lassen) - Supermarkt-Rallye	Reflexionsbericht
Ernährung & Gesundheitsförderung (ca. 7 Blöcke)	- Zusammenhang Ernährung & Gesundheit	- Ernährungspyramide - Nährstoffe - Mahlzeitenstruktur	- Arbeit mit Modellen - Essbiografie-Arbeit - Ernährungstagebuch	Präsentation (Plakat, Poster), Ernährungstagebuch
Wirtschaftliche & nachhaltige Lebensführung (ca. 7 Blöcke)	- Umgang mit Geld: Einnahmen/Ausgaben erkennen - ökologischer Fußabdruck	- Taschengeld - einfache Budgets - Wunsch vs. Bedarf - Mülltrennung, Recycling	- Budgetplan gestalten - Konsum-Checker	Spielauswertung, Reflexionsbericht, Upcycling
Techniken der Nahrungszubereitung (ca. 10 Blöcke)	- Grundtechniken - Hygiene - Lebensmittel sinnlich erfassen	- Küchentechniken - Hygieneregeln - einfache Rezepte: - Obstsalat - Müsli - Nudelgericht/ Sandwiches	- Kochwerkstatt, - Küchen-Rallye - Sinnesexperimente - Rezeptaufbau und Rezepte lesen - Maßeinheiten	Produktpräsentation, Beobachtungskriterien beim Kochen

Fachcurriculum Verbraucherbildung – Klassenstufe 7

Lernfelder	Kompetenzen	Inhalte	Methoden / Aufgaben	Leistungsüberprüfung
Private Lebensführung als Potenzial (ca. 6 Blöcke)	- Verantwortung für eigenes Handeln - Selbst-/Zeitmanagement kennen	- Freizeit vs. Verpflichtung - Selbstmanagement - Stressbewältigung - Zivil-Courage	- Zeitprotokoll - Modelle anwenden (z. B. Eisenhower-Prinzip)	Portfolio
Ernährung & Gesundheitsförderung (ca. 7 Blöcke)	- Essbiografie reflektieren - Essgewohnheiten beurteilen	- Essgewohnheiten - Essstörungen	- Umfragen - Interviews - Essprotokolle	Umfrageauswertung, Präsentation, Portfolio
Rolle als Verbraucher*in (ca. 7 Blöcke)	- Rechte & Pflichten kennen - Produktkennzeichnung beurteilen (Siegel)	- Verpackungskennzeichnungen - Verbraucherschutz	- Produktanalyse - Recherche zu Verbraucherrechten - Rollenspiele	Kurzvortrag, Portfolio
Esskultur und Techniken der Nahrungszubereitung (ca. 10 Blöcke)	- Ess- und Tischkulturen differenziert kennen und anwenden - Essen und Identität	- Essen in meiner Familie und Kultur - alternative Ernährungsformen	- Nahrungszubereitung: - Ernährungsformen im Vergleich - Buffet	Rollenspiel, Portfolio