

Du willst dein Abitur machen, aber nicht einfach irgendwo?

Du interessierst dich für das Thema
Essen & Trinken und bist offen für
naturwissenschaftliche Fragen?

Dann bist du hier genau richtig!

Am Beruflichen Gymnasium Gelnhausen kannst
du dein **Abitur mit dem Schwerpunkt**
Ernährung machen !



Du kannst dir **schwer** etwas unter
Ernährung vorstellen?

Dann lass dich jetzt **begeistern** für die
spannende Welt der **Ernährung** und
tauche ein in die interessanten Themen,
über die du in den nächsten drei Jahren
so viel Neues lernen wirst!



Allgemein erwartet dich im Fach Ernährung

Wir suchen in
Theorie und Praxis
nach Erklärungen
zu Ernährungsfragen!



Bildquelle: Lizenzfrei (photo by Daria Shevtsova_from Pexels)

...analysieren, protokollieren, auswerten,
Schlussfolgerungen ziehen



Abitur im Fach Ernährung

Grundlagen zur Ernährung wirst du in der **Einführungsphase** (E-Phase – Klasse 11) erhalten.

Ab Klasse 12 wirst du in der **Qualifikationsphase** (Q-Phase) diverse Themen vertiefen, erarbeiten und wirst speziell auf das Abitur in deinem Leistungskurs Ernährung vorbereitet.

Dazu nun genaueres!



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Einführungsphase

Du wirst lernen:

- wie das Ernährungsverhalten der Schülerinnen und Schüler heute ist
- wie viel Energie in einem Hamburger und in anderen Lebensmitteln steckt
- wie hoch dein eigener Energiebedarf ist



Bildquelle: Lizenzfrei (photo by Pablo Merchán Montes on Unsplash)



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Einführungsphase

- Welche Informationen sind auf unseren Lebensmitteln...?

Durchschnittliche Nährwerte			
	Je 100 g	1 Tafel (25 g)**	% (25 g)*
Brennwert	2500 kJ 605 kcal	625 kJ 151 kcal	8 % 8 %
Fett	50,1 g	12,5 g	18 %
- davon gesättigte Fettsäuren	30,7 g	7,7 g	39 %
Kohlenhydrate	20,4 g	5,1 g	2 %
- davon Zucker	13,8 g	3,5 g	4 %
Eiweiß	11,0 g	2,8 g	6 %
Salz	0,26 g	0,07 g	1 %

Bildquelle: J. Naumann

- ... und wo du sie finden kannst!



Bildquelle: F. Templin



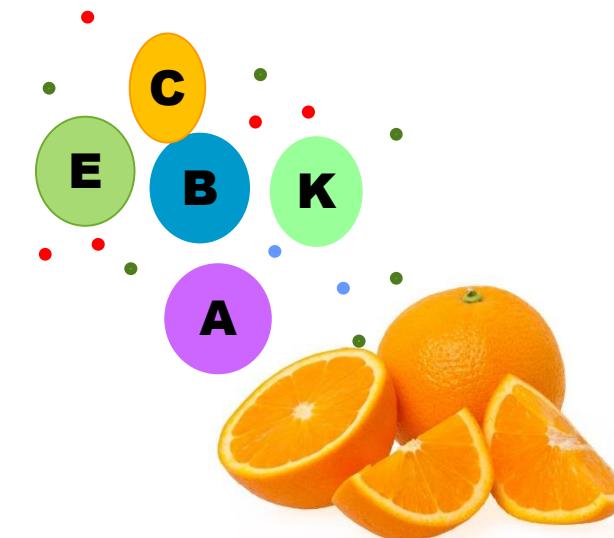
Fachrichtung Ernährung

Themen in der Einführungsphase

- Welche weiteren Zutaten und Inhaltsstoffe sind in unseren Lebensmitteln?



Bildquelle: Lizenzfrei (photo by Dan Gold on Unsplash)



Bildquelle: Lizenzfrei pickupimage.com



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Einführungsphase

- Erfahre, was Ernährung mit Gesundheit zu tun hat
- Bekomme umfangreiches Wissen über die Nährstoffe:
 - Eiweiße
 - Fette
 - Kohlenhydrate
 - Vitamine und Mineralstoffe



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Einführungsphase

- Führe praktische Versuche und Verkostungen durch



Bildquelle: K. Boysen, F. Templin



...und lerne korrektes
naturwissenschaftliches
Protokollieren



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Qualifikationsphase



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Qualifikationsphase

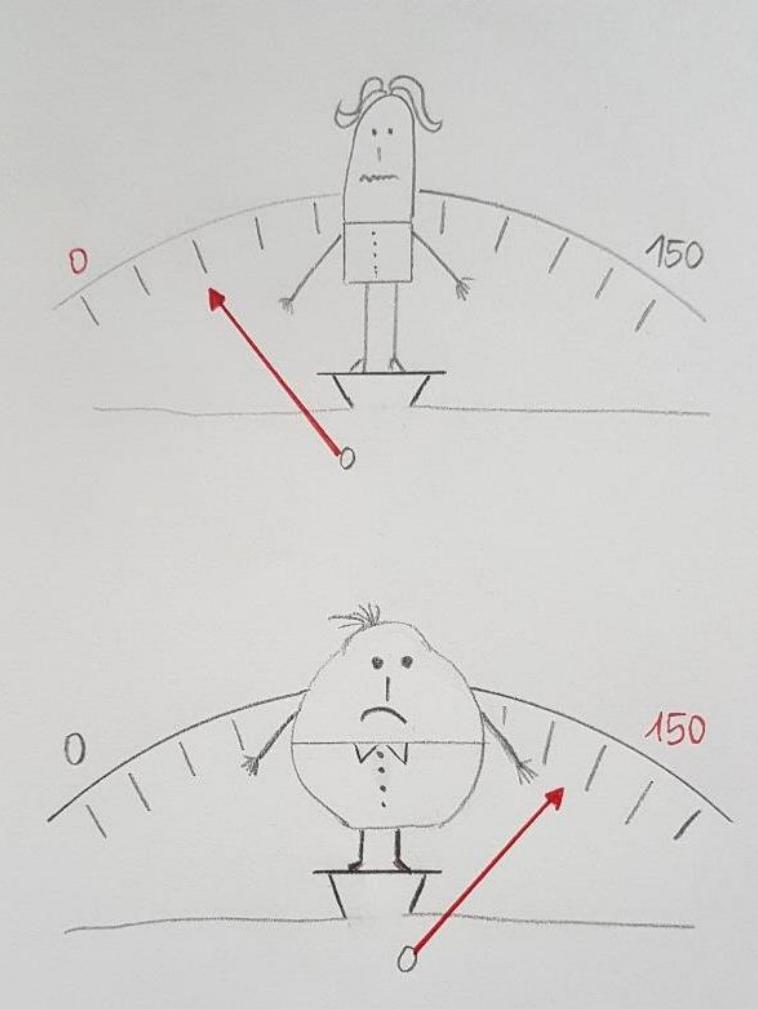
Alles zum Thema Verdauung:

- Wie ist Weg der Nahrung durch den Körper?
- Woher kommt die Energie in unserem Körper?



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Qualifikationsphase



Bildquelle: J. Naumann

- Faktoren für Hunger, Sättigung und Appetit
- Essstörungen
- Beurteilung von Diäten
- Stoffwechselstörungen



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Qualifikationsphase



Bildquelle: Lizenzfrei (pexels.com)

Milch und Milchprodukte

Herstellung von Lebensmitteln in Betrieben (z. B. Joghurt)



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Qualifikationsphase



Bildquelle: Lizenzfrei (photo by Melissa Askew on Unsplash)

Getreide und Getreideerzeugnisse

Vom Korn zum Brot



Bildquelle: F. Templin



Fachrichtung Ernährung

Themen in der Qualifikationsphase

- Welche Faktoren beeinflussen die Nahrungsaufnahme?
- Ernährungsempfehlungen für ausgewählte Personengruppen
- Sportlerernährung
- Beurteilung von Ernährungstrends und –formen (z.B. Fast Food, Vegetarismus)



Bildquelle: F. Templin



Bildquelle: F. Templin

Warum BG Ernährung?

- ✓ Fundiertes Wissen über Essen, Trinken und körperliche Fitness mitnehmen
- ✓ Leichterer Einstieg bei naturwissenschaftlichen Studiengängen durch erworbene Vorkenntnisse
- ✓ Persönliches Wissen auch wenn ihr später etwas ganz anderes lernt oder studiert
- ✓ Wissensvorsprung bei gesundheitsorientierten Ausbildungsberufen
- ✓ Spannende Exkursionen in fachbezogene Bereiche



Bildquelle: F. Templin



Links zu den Bildern

- Laptop: <https://www.pexels.com/photo/photo-of-white-plate-beside-macbook-1030943/>
- Burger: <https://unsplash.com/photos/hyIE90CN6b0>
- Gemüse: https://unsplash.com/photos/4_jhDO54BYg
- Orange: <https://pickupimage.com/free-photos/three-pieces-of-orange-isolated-on-white/2327954>
- Kuh: <https://www.pexels.com/de-de/foto/natur-tier-landschaft-landwirtschaft-36347/>
- Getreide: <https://unsplash.com/photos/y4xZxzN754M>