

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

◀ Vorangehende Kompetenzen: NMG.1.3

### 3. Die Schülerinnen und Schüler können Nahrung kriterienorientiert auswählen.

Querverweise

BNE - Wirtschaft und Konsum  
NT.7.2

*Auswahl von Nahrung*

WAH.4.3

Die Schülerinnen und Schüler ...

|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|---|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 3 | a | » können die Wahl von Nahrung aus gesundheitlicher Perspektive beurteilen und Handlungsalternativen formulieren.  Ernährungsempfehlungen: Nahrungsmittelgruppen, Nahrungsbedarf, Nährstoffe, Energiebalance                                                  |  |
|   | b | » können Informationen aus Lebensmittelkennzeichnungen erschliessen und das Angebot hinsichtlich unterschiedlicher Aspekte beurteilen (z.B. Gesundheit, Haltbarkeit, Lagerung, Herkunft, Produktion, Ökologie, Zertifizierung).  Lebensmittelkennzeichnung |  |
|   | c | » können die Auswahl von Nahrung auf Ernährungsempfehlungen abstützen, dabei Interessenskonflikte und unterschiedliche Werthaltungen erkennen und diskutieren.                                                                                                                                                                                |  |