

# Alltagskultur, Ernährung und Soziales

# Das Fach AES

- Alltagskultur, Ernährung und Soziales (AES) ist ein **Hauptfach** und wird **3 Stunden** in der Woche unterrichtet.
- Am Ende der 10.Klasse findet eine **schriftliche** und eine **praktische** Prüfung statt - mit Inhalten von Klasse 7-10.



# Themenfelder

AES-Schüler erwerben verschiedene Kompetenzen im Bereich:

## Alltag:

- Zu welchem Gemüse greife ich beim Einkauf?
- Woran kann ich erkennen, dass die Eier von einem Biohof stammen?
- Erwerb von Grundkenntnissen einer Handarbeit, dem Nähen.
- Welche Möglichkeiten gibt es zur Stressbewältigung im Alltag?



## Ernährung:

- Nährstoffe in meinem Körper haben verschiedene Aufgaben.
- Lernt unterschiedliche Ernährungsformen kennen.
- Erwerb von Grundkenntnissen in der Nahrungszubereitung.
- Wieviel Energie benötigt mein Körper?



## Soziales:

- Was hat ein billiges Kleidungsstück mit den Arbeitsbedingungen einer Näherin zu tun?
- Helfen ist Ehrensache - Erste Hilfe im Alltag.
- Bedürfnisse von Familienmitgliedern respektieren.
- Nachhaltigkeit definieren und in den eigenen Alltag zu integrieren.



# Praktischer Teil im Unterricht:

- **Hauswirtschaft**

- Nahrungszubereitung



- **Textiles Werken**

- Künstlerische Freizeitaktivitäten mit der Nähmaschine



# Ihr Kind sollte das Fach wählen, wenn es:

- Interesse an der **Ernährung** hat und bereit ist, Fremdes auszuprobieren;
- Erfahren will, wie man **fit** bleibt;
- sich mit **Essgewohnheiten** unterschiedlichen Kulturen beschäftigen möchte;
- kreativ und **Handwerklich** geschickt ist;
- sich nicht scheut, die eigene Ernährungs-/Lebensweise zu hinterfragen;
- beim Einkaufen **nachhaltige Entscheidungen** treffen möchte;
- sich für **Mode** und Trends interessiert;
- sich gerne in **sozialen Projekten** engagiert;
- Spaß am **praktischen** Arbeiten hat.