

<b>Haushaltsführerschein „Stufe 1“</b>			
<b>Für alle weiterführenden Schulen ab Klasse 5</b>			
<b>Für den Erwerb des Haushaltsführerscheins "Stufe 1" werden insgesamt rund 12 Unterrichtsstunden vorgeschlagen. Die einzelnen Bereiche sind nicht isoliert zu unterrichten, sondern werden vielfältig miteinander verknüpft. Dabei wird ein besonderes Gewicht auf den Erwerb sozialer Schlüsselkompetenzen gelegt.</b>			
<b><i>Bereiche</i></b>	<b><i>Kompetenzen/Inhalte</i></b>	<b><i>Anforderungen für den Haushaltsführerschein</i></b>	<b><i>Raum für persönliche Notizen</i></b>
Kleidung und Wäschepflege	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschiedene Fasern und ihre Eigenschaften in Bezug auf das Sortieren von Wäsche kennen (Pflegethinweise)</li> <li>- Waschen und Trocknen, Waschmittel</li> <li>- Bügeln und Legen</li> <li>- Knöpfe annähen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zuordnen von Bedeutungen der Pflegesymbole</li> <li>- Sortieren eines Korbes mit Schmutzwäsche</li> <li>- Bedienen einer Waschmaschine mit dem Einsatz des richtigen Waschmittels</li> <li>- Grundlegende Bügeltechniken</li> <li>- Annähen eines Knopfes</li> </ul>	

<b>Bereiche</b>	<b>Kompetenzen/Inhalte</b>	<b>Anforderungen für den Haushaltsführerschein</b>	<b>Raum für persönliche Notizen</b>
Ernährungslehre mit Nahrungszubereitung und Lebensmittelerzeugung	<p>Speiseplanung unter Berücksichtigung regionaler und saisonaler Produkte</p> <p>Nahrungszubereitung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arbeitshygiene</li> <li>- Vorbereitungsarbeiten: Putzen und Waschen von Obst und Gemüse</li> <li>- Zerkleinerungstechniken: von Hand, mit Geräten, mit Maschinen</li> <li>- Gartechniken: Kochen, Garziehen, Dämpfen und Druckdämpfen, Dünsten, Backen</li> <li>- Grundaufbau von Rezepten / Grundrezept</li> </ul> <p>Analyse von Fertigprodukten</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiefkühlprodukte</li> <li>- Halbfertigprodukten</li> </ul>	<p>Planung, Einkauf und Verarbeiten von Produkten unter regionalem, saisonalem und wirtschaftlichem Aspekt</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Ein Mittagessen mit Vorspeise, Hauptgericht und Nachspeise unter den oben genannten Aspekten zubereiten</i></li> <li>- Verschiedene Möglichkeiten der Verarbeitung von Nudeln bzw. Kartoffeln (ggf. auch Resteverwertung) aufzeigen <i>(zu jeder Verarbeitungsart mindestens zwei Rezepte umsetzen können)</i></li> </ul> <p>Ein Gericht aus Tiefkühlprodukten und Halbfertigprodukten zusammenstellen und zubereiten</p>	

<b>Bereiche</b>	<b>Kompetenzen/Inhalte</b>	<b>Anforderungen für den Haushaltsführerschein</b>	<b>Raum für persönliche Notizen</b>
Gesundheitsprophylaxe und Hygiene	<p>Wohnungsreinigung</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hilfsmittel für Reinigung und Hygiene</li> <li>- Grundreinigung</li> <li>- Unterhaltsreinigung</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pers. Körperpflege</li> <li>- Gesunde und ausgewogene Ernährung</li> </ul> <p>Körperliche Bewegung und Sport</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Putzarbeiten sinnvoll planen</li> <li>- Putzmittel dem jeweiligem Einsatzgebiet zuordnen</li> <li>- Putzmittel nach wirtschaftlichen und ökologischen Gesichtspunkten auswählen</li> </ul>	
Finanzmanagement im Haushalt	Einkauf von Lebensmitteln	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einkauf nach ökologischen, wirtschaftlichen und regionalen / saisonalen Gesichtspunkten durchführen und reflektieren</li> </ul>	