

# Hauswirtschaft

1. Einleitung	Seite 2
2. Angaben zur Lernentwicklung und Leistungsmessung	Seite 3
3. Fachübersicht	Seite 4
3.1 Inhalte des Lehrplans Klasse 5-7	
3.1.1 Nahrungszubereitung	Seite 4
3.1.1.1 Grundregeln	Seite 4
3.1.1.2 Gartetechniken	Seite 5
3.1.1.3 Ernährungslehre	Seite 6
3.1.1.4 Nahrungsmittellehre	Seite 6
3.1.1.5 Hygiene	Seite 7
3.1.1.6 Verbraucherkunde	Seite 7
3.1.1.7 Arbeiten im Haushalt	Seite 8
3.2 Hauswirtschaft als Wahlfach	Seite 9
4. Anhang	Seite 10
4.1 Ein Planungsbeispiel	Seite 10
4.2 Die Prüfung im Fach Hauswirtschaft	Seite 11
4.2.1 Die Durchführung der Prüfung	Seite 11
4.2.2 Die Formalitäten	Seite 12
4.2.3 Die Rolle des Zensors	Seite 12
4.2.4 Die Prüfungsthemen	Seite 12
4.3 Adressen	Seite 13
4.4 Nützliche Literatur für den Unterricht	Seite 14

## 1. Einleitung

Der Unterricht im Fach Hauswirtschaft soll dem Schüler sowohl theoretische Kenntnisse als auch praktische Fertigkeiten vermitteln, die sie befähigen, in einem Haushalt verantwortungsbewusst, umweltbewusst und rationell mitzuarbeiten bzw. in ihm selbstständig zu wirtschaften.

Wichtig ist vor allem, dass der Schüler – in Alleinarbeit oder in Gemeinschaft mit anderen – Freude sowohl an der Planung als auch an der praktischen Durchführung einer hauswirtschaftlichen Aufgabe hat.

Analysieren, Planen, Organisieren, Zusammenarbeiten und Wirtschaften kommen in allen Bereichen des täglichen Lebens vor und müssen geübt werden.

Das Fach Hauswirtschaft sollte nicht ausschließlich in Bezug auf Küche, sondern fächerübergreifend in verschiedenen Sachzusammenhängen unterrichtet werden. Die traditionellen Grundthemen (Ernährungslehre, Nahrungsmittelzubereitung, Nahrungsmittellehre, Verbraucherkunde, Hygiene und Arbeit im Haushalt) sind nach Möglichkeit in Zusammenhang mit verschiedenen Perspektiven zu sehen, wie es die Grafik (s.u.) verdeutlicht.

Ein Grundanliegen, das in allen Themenbereichen des Hauswirtschaftsunterrichts ein Unterrichtsprinzip sein sollte, ist die Bewusstseinsbildung für Umwelt und Gesundheit. Die praktische Art zu wirtschaften sollte im Fach Hauswirtschaft Vorrang haben und die zu erlernenden theoretischen Grundkenntnisse in enger Verbindung mit dieser erarbeitet werden.



## 2. Angaben zur Lernentwicklung und zur Leistungsmessung

Die Leistungen im Fach Hauswirtschaft werden auf der Grundlage folgender vier Bereiche gemessen:

- das Fachwissen
- die praktische Arbeit (Hierzu zählen alle im Arbeitsprozess gezeigten Teilleistungen in Bezug auf die Nahrungszubereitung, der sachgerechte Umgang mit Materialien und Geräten, richtige Arbeitstechniken. Außerdem sollen der Lernwille und die Leistungsbereitschaft sowie die Selbstständigkeit, die Sorgfalt, die Konzentration und die Planungsfähigkeit berücksichtigt werden.)
- das Sozialverhalten (insbesondere die Kooperationsbereitschaft)
- der verantwortungsbewusste Umgang mit Gebrauchs- und Verbrauchsmaterial (Nahrungsmittel, Arbeitsgeräte, jedoch auch die Heftführung)

Die Unterrichtsbeiträge können in mündlicher sowie praktischer Form erbracht werden. Schriftliche Arbeiten sollten die Ausnahme bilden.

Die Zeugnisnote setzt sich aus den Ergebnissen der vier genannten Bereiche zusammen, wobei den Leistungen, die in der praktischen Arbeit gezeigt werden, ein besonderer Stellenwert eingeräumt wird.

### 3. Fachübersicht

#### 3.1 Inhalte des Lehrplans Klasse 5-7

##### 3.1.1 Nahrungszubereitung

##### 3.1.1.1 Grundregeln

Technik	Beispiel	Unterrichtsbeispiel
Anwendung von Gelatine		z.B. „Ymerfromage“
Das Panieren von Fleischstücken		z.B. Kotelett
Das Andicken von Speisen	Mehlschwitze Butterkloß  Mehl/Stärke - Wasser	z.B. Tomatensuppe z.B. Erbsen und Wurzeln in heller Soße z.B. Obstgrütze, Hackfleischsoße
Die Vorbereitung von Fisch	4 - s - Regel (säubern, säuern, stehen lassen, salzen)	z.B. Dünstfisch, gebratenes Fischfilet
Teigsorten	Hefeteig Rührteig Mürbeteig Knetteig Brandteig (evtl.)	diverse Kuchen
Lagerung und Haltbarmachung von Nahrungsmitteln	Tiefgefrieren Einmachen Einlegen in Essig	Gemüse Marmelade z.B. Rote Beete
Garnieren und Anrichten von Speisen	Ästhetischer Aspekt	z.B. „gefüllte Eier“, „smørrebrød“, „landgangsbrød“

### 3.1.1.2 Gartechniken

	<b>Definition</b>	<b>Beispiel</b>
Kochen	Kochen ist ein Garen in siedender Flüssigkeit (Wasser, Brühe, Milch)	Gemüse, Hülsenfrüchte, Getreideprodukte
Garziehen	Garziehen ist ein Garen in viel Flüssigkeit bei etwa 85 Grad	Reis, Teigwaren, Klöße, Fisch
Dämpfen	Dämpfen ist ein Garen im Wasserdampf	Gemüse, Obst, Fisch
Dünsten	Dünsten ist ein Garen im geschlossenen Topf im eigenen Saft, evtl. unter Zugabe von wenig Fett und Wasser	Gemüse, Fisch, Obst
Schmoren	Schmoren ist ein Garen durch Anbraten in heißem Fett und ein Weitergaren nach Zugabe von wenig kochender Flüssigkeit	Gulasch, Rouladen, gefülltes Gemüse
Braten in der Pfanne	Braten ist ein Garen und Bräunen in heißem Fett	Kleine Fleischstücke (Kotelett, Frikadellen)
Braten im Backofen	Das Braten im Backofen ist ein Garen und Bräunen in trockener Hitze im geschlossenen Raum, evtl. unter Zugabe von Fett/Flüssigkeit.	Hähnchen, große Fleischstücke (ab 1 kg), Hackbraten
Backen im Backofen	Das Backen im Backofen ist ein Garen in heißer Luft. Hierbei werden Teige gelockert und gebräunt.	Teige verschiedener Art
Backen in der Pfanne	Das Backen in der Pfanne ist ein Garen und Bräunen in heißem Fett	Ausgegossene Teige (Pfannkuchen) Teigumhüllung

Garen mit Mikrowellen	Das Garen mit Mikrowellen ist ein Garen von innen her durch elektromagnetische Schwingungen, die beim Eindringen in das Nahrungsgut von Zellsäften in Wärmeenergie umgewandelt werden.	Auftauen von Tiefkühlware Garen von Speisen ohne Bräunung Erhitzen von Getränken Erwärmen von Speisen
-----------------------	--	--

### 3.1.1.3 Ernährungslehre

Thema	Beispiel
Essgewohnheiten	Warum essen wir? Essen wir nur, was uns schmeckt? Die richtige Ernährung
Die Nährstoffe	
Störungen des Essverhaltens	Sinn und Unsinn von Schlankheitskuren Magersucht
Kostmodelle	z.B. „Madpyramiden“

### 3.1.1.4 Nahrungsmittellehre

Thema	Beispiel
Grundnahrungsmittel	Brot und andere Getreideerzeugnisse Milch und Milchprodukte Kartoffeln, Gemüse und Obst Fleisch Eier
Herkunft der Nahrungsmittel	z.B. Getreideprodukte
Qualität der Nahrungsmittel	z.B. Vergleich Fertigprodukt – selbst hergestelltes Produkt
Ökologische Nahrungsmittel	Für und Wider

### 3.1.1.5 Hygiene

<b>Thema</b>	<b>Beispiel</b>
Reinhaltung	„Kritische“ Punkte bei der Reinhaltung der Küche Das Abwaschen
Lagerung der Nahrungsmittel	Das richtige Lagern zur Verhinderung von Bakterienwuchs und Schimmel
Reinigung der Nahrungsmittel	Arbeitsablauf beim Säubern von Obst und Gemüse Vorbereitung von Fleisch, insbesondere im Hinblick auf Mikroorganismen (Salmonellen)
Reinigungsmittel und -techniken	Insbesondere im Hinblick auf Umweltschutz

### 3.1.1.6 Verbraucherkunde

<b>Thema</b>	<b>Beispiel</b>
Qualitätsbewusstes Einkaufen	Handelsklassen, Güteklassen
Gesetze	Vorschriften über Zusatzstoffe Kennzeichnung von Waren Mein Recht als Verbraucher Verbraucherschutzorganisationen
Verpackungsangaben deuten	Was sagen die Packungsangaben aus (speziell die Angaben über die Haltbarkeit)?
Kritische Auseinandersetzung mit dem Nahrungsmittelangebot	Vergleiche verschiedener Fabrikate Herkunft der Nahrungsmittel, hierunter auch ästhetische und politische Aspekte

### 3.1.1.7 Arbeiten im Haushalt

Eine sowohl zweckmäßige als auch freundliche Einrichtung der Lehrküche sowie deren Ausstattung nach modernen Gesichtspunkten unterstützen die praktische Durchführung der Lernziele des Faches Hauswirtschaft.

Die Einteilung des Unterrichtsraumes in Gruppenküchen ermöglicht das Arbeiten in kleinen, freundlichen Gruppen.

Das Vorhandensein möglichst verschiedener Geräte gibt die Möglichkeit, den zweckmäßigen Umgang mit diesen zu erlernen und zu üben.

Der Umgang mit elektrischen Geräten ist selbstverständlich, wobei auch erfahren werden sollte, dass mancher Arbeitsschritt leichter und schneller von Hand zu bewältigen ist. Technische Geräte sollten rationell eingesetzt werden. Es ist zu empfehlen, von den Geräten, welche die Schüler von zu Hause kennen, auszugehen und ihren Erfahrungsschatz allmählich zu erweitern.

Thema	Beispiel
Welche Arbeiten fallen an	Alle Bereiche des Haushaltes
Arbeitsverteilung/Ämterverteilung	Welche Arbeiten werden zu Hause von wem ausgeführt? Helfen im Haushalt, Zusammenarbeit gemeinsames Planen der Hausarbeit Im Unterricht: Ämterverteilung
Arbeitsplatzgestaltung	Planung einer Arbeit und Einrichtung eines Arbeitsplatzes, um unnötige Wege zu ersparen
Einrichtungsgegenstände in der Küche	speziell: technische Hilfsmittel - Herd (traditionelle Kochplatten/glaskeramische Kochfelder) - Backofen (Warmluft/Umluft und traditionelle Wärme) - Kochgeräte - Spülmaschine - Handrührgerät, Foodprocessor, Küchenmaschine - Mixgeräte (Blender, Pürierstab) - Mikrowellengerät - Dampfdrucktopf
Ordnung in der Küche	Reinhaltung Gefahrenmomente in der Küche Unfallverhütung
Tisch decken, Tischsitten	ein richtig gedeckter Tisch ein schön gedeckter Tisch (verschiedene Anlässe) Wie verhalte ich mich bei Tisch?

### 3.2 Hauswirtschaft als Wahlfach

Während der hauswirtschaftliche Unterricht in der Grundschule obligatorisch ist und in der fünften, sechsten oder siebten Klasse stattfindet, wird das Fach Hauswirtschaft in den Klassen 8 bis 10 als Wahlfach unterrichtet.

Auf der Grundlage der im Pflichtunterricht erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten wird weiter gearbeitet. Grundlage des hauswirtschaftlichen Unterrichts in der Oberstufe werden weiterhin die beschriebenen Kerngebiete – stets im Zusammenhang mit den sieben Perspektiven zu sehen – sein, wobei der Schwierigkeitsgrad allmählich gesteigert wird. Außerdem sollten Interessengebiete, Erwartungen an das Fach und Themenwünsche der Schüler in den Stoff des Hauswirtschaftsunterrichtes einbezogen werden.

Im Hinblick auf die größere Reife und Motivation des Schülers sollte besonders auf das selbstständige Planen und Durchführen einer hauswirtschaftlichen Aufgabe Wert gelegt werden. Zum Beispiel lernt der Schüler, ein Rezept auf Grund seiner eigenen Erfahrung und seiner Kreativität selbständig zu variieren oder zu ergänzen.

Ein themenorientiertes Arbeiten, das für den Schüler wichtige und spannende Fragen und Probleme um das Thema „Nahrung und Essen“ aufgreift, ist zu empfehlen und sollte nach Möglichkeit im Stoffplan zeitlich mit eingeplant werden können.

Folgende Vorschläge für Themenarbeit sind als Anregung gedacht – im Übrigen sollten nach Möglichkeit aktuelle Themen, über welche in den Medien berichtet wird, aufgegriffen werden.

#### Themenvorschläge:

Selber kochen: Fest und Freude oder unnötige Mühe?

Mit Fleisch oder ohne?

Vegetarisch leben – Begründung, Wege, Möglichkeiten

Wie und was ich esse, so werde ich – stimmt das?

(Esse ich, um zu leben oder lebe ich, um zu essen?)

Sinn und Unsinn von Schlankheitskuren

Essstörungen

Der kritische Verbraucher

Tisch decken und Tischsitten im Wandel der Zeiten

Ernährung und Sport

Mahlzeiten und Essgewohnheiten früher und heute

Von der Speisekammer in die Gefriertruhe

Frisch oder gefroren – Vor- und Nachteile

## 4. Anhang

### 4.1 Ein Planungsbeispiel

Thema: Fleisch



Das Zusammenspiel der Perspektiven und der Kerngebiete wird durch die Grafik verdeutlicht. Die Themen dieser Grafik können niemals vollständig durchgenommen werden, sondern sind als Anregung gedacht. Je nach Aktualität und örtlichen Gegebenheiten wählt man aus und setzt Schwerpunkte.

## 4.2 Die Prüfung im Fach Hauswirtschaft

Es besteht die Möglichkeit im Wahlfach Hauswirtschaft eine Prüfung abzulegen. Die Voraussetzung hierfür ist die Teilnahme am Wahlfach Hauswirtschaft entsprechend ca. 160 Stunden Unterricht, also nach zwei Schuljahren mit zwei Wochenstunden oder nach einem Schuljahr mit 4 Wochenstunden, wobei darauf zu achten ist, dass die Inhalte des Lehrplans abgedeckt sind. Die Prüfung im Fach Hauswirtschaft – es handelt sich hier um eine praktische Prüfung – soll den Schulalltag widerspiegeln .

### 4.2.1 Die Durchführung der Prüfung

Die Prüfung findet in zwei Abschnitten statt:

1. die Planungsphase (ca. 45 Min.) unter Aufsicht der Schulleiters oder einer von ihm ernannten Person.
2. die Durchführungsphase (ca. 2 Stunden – ein Überschreiten der Zeit bis zu 10 Min. ist erlaubt.) mit anschließender Präsentation und Gespräch.

Der Zensor ist nur während des zweiten Abschnittes anwesend.

Die Prüfung kann als Einzelprüfung oder als Gruppenprüfung (max. 3 Schüler pro Gruppe) durchgeführt werden. Hierüber entscheiden die Schüler nach Beratung durch die Lehrkraft. Es kann also durchaus vorkommen, dass Einzel- und Gruppenprüfung gleichzeitig in einem Raum stattfinden.

Die Prüfung gilt dann als begonnen, wenn ein Schüler an der Planungsphase teilgenommen hat. Auch wenn er nachher nicht zur praktischen Prüfung erscheint, wird eine Beurteilung vorgenommen.

Die Planung findet innerhalb der letzten 5 Werktage vor der praktischen Prüfung statt. Die Themen werden unter den Schülern ausgelost, wobei zu berücksichtigen ist, dass der durchgenommene Stoff durch die Prüfungsthemen abgedeckt wird. Jeder Schüler soll außerdem mindestens 4 Themen zur Auswahl haben.

Während der Planungsphase entscheiden die Schüler, welche Gerichte sie zubereiten wollen, in welcher Reihenfolge sie die Gerichte zubereiten wollen und stellen eine Einkaufsliste mit den benötigten Waren auf. Es ist hierbei zu beachten, dass die Schüler nur die Mengen aufschreiben, die für die Zubereitung ihrer Gerichte notwendig sind.

Bei der Planung der Arbeit müssen die Schüler auch berücksichtigen, dass der Arbeitsplatz am Ende aufgeräumt ist.

Die Arbeitsplanung bleibt nach der Planungsphase in der Hand des Lehrers.

Die Lehrkraft hat dafür zu sorgen, dass am Tag der Prüfung die gewünschten Zutaten in der Küche vorrätig sind. Außerdem werden die Arbeitsplanungen und die Rezepte vom Lehrer bereitgestellt.

Während der praktischen Prüfung stellen die Schüler die geplanten Gerichte her und präsentieren sie. Im anschließenden Gespräch begründen die Schüler ihre Wahl in Bezug auf das Thema und beantworten Fragen zu evtl. kritischen Punkten in Verbindung mit Nahrungsmitteln, Zubereitungsart oder im Hinblick auf gesunde Ernährung.

Es ist dem Schüler nicht gestattet, Hilfsmittel von zu Hause mitzubringen, die im täglichen Unterricht nicht eingesetzt worden sind, z.B. weiße Tischdecken, silberne Kerzenhalter u.ä.

#### **4.2.2 Die Formalitäten**

Spätestens 14 Kalendertage vor Beginn der Prüfung – vor der Planungsphase – erhält der Zensor von der Lehrkraft eine Unterrichtsbeschreibung über die Inhalte der Wahlfachunterrichtes. Die Unterrichtsbeschreibung enthält Angaben über die gewählten Perspektiven und Kerngebiete, zur Organisationsform des Unterrichts, zur Prüfungsform (Einzel- oder Gruppenprüfung) und die Zeitpunkte (Datum und Uhrzeit) für die Planungsphase und die praktische Phase der Prüfung. Außerdem können noch besondere Problemstellungen in Verbindung mit dem durchgeführten Unterricht aufgeführt werden. Eine Literaturliste kann beigelegt werden.

#### **4.2.3 Die Rolle des Zensors**

Es ist die Aufgabe des Zensors, sich mit der Lehrkraft in Verbindung zu setzen, um eventuelle Fragen in Bezug auf die Themen oder den Unterricht zu klären.

Während der praktischen Prüfung beobachtet der Zensor die arbeitenden Schüler und macht sich Notizen. Beim Gespräch nach der praktischen Prüfung hat der Zensor ebenfalls die Rolle des Zuhörers.

Nach dem Ablauf der Prüfung diskutieren Lehrkraft und Zensor unter Abwesenheit der Schüler die gezeigten Leistungen.

Generelle Bewertungskriterien sind:

- Hat der Schüler während der Planung des Arbeitsablaufes den Zeitaspekt genügend berücksichtigt?
- Ist die Einkaufsliste vollständig?
- Welche Wahl hat der Schüler getroffen?
- Welche Fertigkeiten hat der Schüler bei der Lösung seiner Aufgabe gezeigt?
- Kann der Schüler seine Wahl begründen?

Die Prüfungsnote muss dem Schüler gegenüber begründet werden.

#### **4.2.4 Die Prüfungsthemen**

Die Prüfungsthemen sollen klar formuliert und für alle Schüler verständlich sein. Es soll den Schülern die Möglichkeit gegeben werden, ihre Fähigkeiten in fachlicher Hinsicht zu zeigen. Jedes Prüfungsthema soll gebundene Aufgaben wie auch Aufgaben mit Möglichkeiten zur freien Wahl beinhalten. Die Schüler sollen die Möglichkeit haben, ihre Kreativität zu entwickeln und auch Gerichte zu wählen, die nicht im Unterricht ausprobiert worden sind.

Bei der Formulierung des Themas soll ebenfalls darauf geachtet werden, ob es sich um eine Einzel- oder um eine Gruppenprüfung handelt.

### 4.3 Adressen

Levnedsmiddelstyrelsen  
Mørkhøj Bygade 19  
2860 Søborg

Danske Slagterier  
Axeltorv  
1609 københavn V

Statens Husholdningsråd  
Amagerfælledvej 56  
2300 København S

Hjerteforeningen  
Hauser Plads 10  
1127 København K

Danske Mejeriers Fællesorganisation  
„Karolines køkken“  
Postbox 414  
8100 Århus C

Forbrugerstyrelsen  
Amagerfælledvej 56  
2300 København S

FDB – Serviceafdelingen  
Roskildevej 33  
2620 Albertslund

Kræftens Bekæmpelse  
Strandboulevarden 49  
Postbox 1169  
2100 København Ø

Sydvest Energie  
Birkealle 5  
6780 Skærbæk

De danske sukkerfabrikker  
Langebrogade 1  
Postbox 17  
1001 København K

De danske spritfabrikker  
Danico destillers  
C.A. Olesengade  
Postbox 109  
9100 Ålborg

Diabetesforeningen  
Filosofgangen 24  
5000 Odense C

Veterinær- og fødevaredirektoratet  
Rølighedsvej 25  
1958 Frederiksberg C

#### **4.4 Nützliche Literatur für den Unterricht**

Lisabet Lentz Olesen: „Hvordan“ Kogebog til hjemkundskab, Aschehoug, København,  
ISBN 87-11-07716-6

Lisebet Lentz Olesen: „Hvorfor“ Theoriebog til hjemkundskab, Aschehoug, København,  
ISBN 87-11-07718-2

Lisbet Lentz Olesen: „Sådan“ Emner til hjemkundskab, Aschehoug, København,  
ISBN 87-11-07984-3

Lisbet Lentz Olesen: „Hvad skal vi spise?“, Gad & Grafisk I/S, København,  
ISBN 87-22-00221-9

Marian Bach Nielsen og Helle Flygler: „Hjemkundskab“ – Grundbog i hjemkundskab i lektioner,  
Gjellerup & Gad, ISBN 87-12-03584-3

Marian Bach Nielsen og Helle Flygler: Arbejdshæfte „Hjemkundskab“, Gjellerup og Gad,  
ISBN 87-13-03601-7

Magdalene Werthenbroch: Bergedorfer Kopiervorlagen 68 – Rezepte für den Hauswirtschafts-  
unterricht, Verlag Sigrid Persen Horneburg/Niederelbe

Anke Elger-Miehe: Die neue Schule der Nahrungszubereitung; Handwerk und Technik,  
ISBN 3-58504391-6

Undervisningsministeriet, Folkeskoleafdelingen: Hjemkundskab, faghæfte 11, 1995

Undervisningsministeriet, Folkeskoleafdelingen: Prøven i hjemkundskab – Bekendtgørelse og  
vejledning, 1996

Undervisningsministeriet, Folkeskoleafdelingen: Prøver – Evaluering – Undervisning – Praktiske  
fag 1997