

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

|                                                                                                                                                                               |   |                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ◀ Vorangehende Kompetenzen: NMG.1.2                                                                                                                                           |   | Querverweise                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>1. Die Schülerinnen und Schüler können das Zusammenspiel unterschiedlicher Einflüsse auf die Gesundheit erkennen und den eigenen Alltag gesundheitsfördernd gestalten.</b> |   | BNE - Gesundheit<br>ERG.5.1                                                                                                                                                                                                        |
| <i>Gesundheit als Ressource</i><br>Die Schülerinnen und Schüler ...                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                                                                    |
| 3                                                                                                                                                                             | a | » können den Zusammenhang unterschiedlicher Einflüsse auf die Gesundheit erklären (z.B. Ernährung, Bewegung, Entspannung, Körperhaltung, Arbeitsbedingungen, Belastungen).                                                         |
|                                                                                                                                                                               | b | » können im Alltag Bedingungen, Situationen und Handlungsweisen erkennen und benennen, die für die Gesundheit eine förderliche bzw. abträgliche Wirkung haben (z.B. Genuss, Sucht, Bewegung). <small>≡ Gesundheitsfaktoren</small> |
|                                                                                                                                                                               | c | » erkennen Gesundheit als Ressource und können sowohl Herausforderungen als auch Strategien für deren Erhaltung benennen.                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                               | d | » können den Einfluss von politischen, ökonomischen, sozialen und kulturellen Faktoren auf gesundheitsfördernde Lebensbedingungen von Menschen erklären (z.B. Wohnumfeld, Arbeitsplatzbedingungen, Höhe des Einkommens).           |