



# Albertville- Realschule Winnenden

---

**Elterninformation zur  
Entscheidung für ein  
Wahlpflichtfach**





# Albertville-Realschule Winnenden

Wahlpflichtfach AES – Alltag, Ernährung und Soziales

Lebensgestaltung

Konsum

Ernährung

## Inhalte des Faches AES

Lernen durch Engagement

Gesundheit



# Albertville-Realschule Winnenden

Wahlpflichtfach AES – Alltag, Ernährung und Soziales

## Lebensgestaltung

### Individuelle Lebensgestaltung

- Lebensplanung
- Zukunftsvorstellungen  
z.B. berufliche Orientierung
- Freizeitgestaltung (Hobbys)
- Meine erste eigene Wohnung
- Finanzielle Absicherung  
z.B. Versicherungen, Altersvorsorge

### Zusammenleben

- z.B. Konfliktsituationen meistern
- Altersbedingte Verhaltensweisen
- Ältere und jüngere Menschen  
gemeinsam
- familienunterstützende Angebot  
(KiTa, Alterspflege...)

### Haushalt und Familie

- Rollenbilder
- Haushaltsmanagement



# Albertville-Realschule Winnenden

## Wahlpflichtfach AES – Alltag, Ernährung und Soziales

### Ernährung

#### Ernährungsbezogenes Wissen

- Gesunde Ernährung
- Funktionen des Essens
- Genuss
- Essgewohnheiten / Wahrnehmung
- Ernährungsempfehlungen
- Nährstoffe
- Ernährungsabhängige Risiken  
z.B. Nahrungstoleranzen
- Dilemma zwischen Schönheitsideal,  
sozialer Integration und Gesundheit

#### Essbiografie und Essgewohnheiten

- eigene Muster erkennen
- Esskulturen vergleichen

#### Mahlzeitengestaltung und Nahrungszubereitung

- Sicherheit und Hygiene in der  
Schulküche
- Richtiger Umgang mit Lebensmittel
- Kulturtypische Mahlzeitengestaltung



# Albertville-Realschule Winnenden

Wahlpflichtfach AES – Alltag, Ernährung und Soziales

## Gesundheit

### Körper und Körpergestaltung

- Körperpflege
- Schönheitsideale
- Essverhalten
- Diäten, Schönheitsoperationen

### Gesundheitsmanagement im Alltag

- Stress & Stressmanagement
- Freizeitgestaltung

### Medizinische Versorgungsmaßnahmen

- Vorsorgemaßnahmen
- Lebensrettende Sofortmaßnahmen
- Körperliche Aktivität





# Albertville-Realschule Winnenden

Wahlpflichtfach AES – Alltag, Ernährung und Soziales

## Lernen durch Engagement

### Projekte

- planen
- umsetzen
- bewerten

### Soziales Engagement

z.B. Backen für die Großeltern / Altersheim  
Pflegepersonal im Krankenhaus

### Tag der Pflege

- ausgewählte fachaffine soziale Berufe /  
Pflegeberufe kennen lernen

➡ Kooperation mit der Rems-Murr-Klinikum



# Albertville-Realschule Winnenden

Wahlpflichtfach AES – Alltag, Ernährung und Soziales

## Konsum

### Konsumentenscheidungen

- Mode, Trends
- Medien
- Werbung
- Kaufverhalten
- Geschäftsfähigkeit

### Qualitätsorientierung

- Qualitäts- und Gütesiegel
- Stiftung Warentest
- Verbraucherschutz

### Eigens Konsumverhalten

- Ökologischer Fußabdruck
- Nachhaltigkeitsaspekte  
z.B. Fairtrade, Recycling, ...



# Albertville-Realschule Winnenden

## Wahlpflichtfach AES – Alltag, Ernährung und Soziales



**Ihr Kind ist in AES richtig aufgehoben, wenn ...**

- es sich für Ernährung und Gesundheit interessiert
- handwerklich geschickt & kreativ ist
- es seinen Blick auf Mode und Trends richtet
- es Interesse an sozialen Berufen hat
- seine eigenen Konsumententscheidungen hinterfragt
- gerne kochen, backen und nähen lernen möchte







# Albertville-Realschule Winnenden

Wahlpflichtfach AES – Alltag, Ernährung und Soziales

## Voraussetzungen...

- Offenheit für Neues
- kreativ & handwerklich begabt
- Standhaftigkeit
- selbstständiges Arbeiten
- teamfähig

**Wichtig: AES ist auch ein Lernfach!**



# Albertville-Realschule Winnenden

Wahlpflichtfach AES – Alltag, Ernährung und Soziales

## Leistungsmessung

### 4 Arbeiten

- Diese können aus schriftlichen Klassenarbeiten und Tests, sowie praktischen Arbeiten bestehen
  - Dazu kommt Projektarbeit und mündliche Leistungen
- ➔ Die Zusammensetzung variiert je Klassenstufe

In Klasse 10 gibt es kurz nach dem Halbjahr eine praktische Prüfung mit mündlichem Teil ...

... und es folgt eine schriftliche Abschlussprüfung!