Das Fach Hauswirtschaft



An der Gesamtschule Aspe wird das Fach Hauswirtschaft genauso wie Technik **ab Klasse 5** für ein Halbjahr unterrichtet. In dieser Zeit lernt ihr im Fach Hauswirtschaft (Kernunterricht) die sogenannten „Basics“, wie zum Beispiel das Wissen über Hygiene, Sicherheit, Regeln in der Küche, den Umgang mit den Arbeitsgeräten kennen und lernt, wie ihr dieses Wissen praktisch anhand von einfachen Rezepten anwenden könnt.

In Klasse 7 wird der sogenannte Kernunterricht im Fach Hauswirtschaft gleichermaßen fortgeführt, erhält jedoch mehr theoretische Inhalte. Ihr lernt, wie ihr Einkaufsfallen im Supermarkt entdeckt und damit umgehen könnt und wie anhand der Ernährungspyramide eine gesunde Ernährung gestaltet werden kann. Auch diese beiden Bereiche werden natürlich mit praktischen Einheiten verknüpft.

Am Ende von Klasse 6 müsst ihr euch für ein Wahlpflichtfach entscheiden, welches als Hauptfach in Klasse 7 einsetzt. Wenn ihr euch für WP-Arbeitslehre entscheidet, so habt ihr in Klasse 7 wieder ein Halbjahr das Fach Hauswirtschaft und ein Halbjahr das Fach Technik.

In dem Halbjahr mit hauswirtschaftlich-wirtschaftlichem Schwerpunkt werdet ihr euch mit zwei Inhaltsfeldern beschäftigen.

Zum Thema „Stiftung Warentest“ führt ihr vergleichende Tests von Produkten im Hinblick auf Qualität, Kosten und Gesundheit durch. Ihr lernt Gütekriterien kennen, um eine sachgerechte Beurteilung der Produkte zu gewährleisten. Zudem übernehmt ihr die Rolle eines Qualitätsprüfers, indem ihr selbstständig Daten durch Beobachtung, Erkundung und den Einsatz von Messverfahren erhebt.



Im Themenbereich „Wohnen“ beschäftigt ihr euch mit Wohnungsgrundrissen sowie der Einrichtung und Gestaltung eurer (Traum-)Zimmer. Hierbei wird es unter anderem darum gehen, wie gewünschte Möbelstücke finanziert werden könnten. Außerdem wird das Wohnen in unterschiedlichen Lebensformen (z.B. Wohngemeinschaft) miteinander verglichen. In diesem Themenbereich kommt auch die mediale Arbeit zum Einsatz, denn ihr müsst z.B. im Internet mithilfe unserer Tablets Informationen zum Bereich Wohnungsanzeigen recherchieren. Gerade dieser Bereich bereitet euch schon früh auf eure Selbstständigkeit vor. Im Alltag werdet ihr immer mehr mit diesen Elementen des Lebens konfrontiert und so möchten wir euch bereits theoretisch darauf vorbereiten.

Am Ende der 7. Klasse müsst ihr euch dann entscheiden, ob ihr ab Klasse 8 Hauswirtschaft oder Technik fortführen möchtet. Wählt ihr Hauswirtschaft, werdet ihr euch mit unterschiedlichen Themen zu den Bereichen Gesundheit und Ernährung, Nachhaltigkeitsstrategien im Haushalt, Haushaltsmanagement, Online-Ökonomie und Berufsorientierung beschäftigen.

Die Verknüpfung von Theorie und Praxis hat einen hohen Stellenwert. So untersucht ihr zum Thema „Garverfahren“ die Lebensmittel vor und nach dem Garen und beurteilt die Verfahren z.B. anhand des Nährstoffverlustes. Mit Blick auf die Ernährungspyramide und einer ausgewogenen Ernährung bereiten wir gesunde Alternativen zu beliebten Fast Food - Gerichten zu und hinterfragen unser eigenes Essverhalten kritisch.

Auch das Thema „Nachhaltigkeit“ wird im Hauswirtschaftsunterricht thematisiert. So werden wir die Textil- und Lebensmittelindustrie sowie deren Handel unter verschiedenen Gesichtspunkten betrachten und unser eigenes Kauf- und Wegwerf- Verhalten hinterfragen.

Einen etwas detaillierteren **thematischen Aufbau** seht ihr im Folgenden:

Klasse 8:

- Essstörungen – Schönheitsideale als Gefahr (Themenbereiche Magersucht, Bulimie, Ess-brecht-Sucht)
- spezielle Ernährungsformen (Themenbereiche Veganer, Vegetarier, Trennkost, Diäten etc.)
- Garmethoden (Kochen, Backen, Dünsten, Dämpfen, Grillen, Braten, Frittieren)
- Ernährungspyramide (die eigenen Ernährungsgewohnheiten kritisch hinterfragen)

Klasse 9:

- Ernährung in verschiedenen Alters- und Lebensphasen (Themenbereich Babys, Kindheit/Jugend, Senioren, Schwangerschaft)
- Lebensmitteltrends – Wie gesund ist wirklich was die Werbung verspricht? (Themenbereich Fast Food, Convenience Food, Streetfood, Functional Food, etc.)
- Lebensmittelkennzeichnung (Bereich Verpackungen, Siegel, Mindesthaltbarkeitsdatum, etc.)
- Nachhaltigkeitsstrategien (Themenbereiche ökologischer Fußabdruck, Müll, Strom, etc.)

Klasse 10:

- Ernährungsbedingte Krankheiten (Themenbereiche Übergewicht/ Adipositas, Karies, Diabetes, etc.)
- Lebensmittelwerbung
- Nährstoffe und ihre Bedeutung für den Körper
- Kochpraktische Prüfung

Insgesamt betrachtet können wir mit Stolz sagen, dass unsere Schüler*innen im Fach Hauswirtschaft ganzheitlich unterrichtet werden. Sie erlernen theoretische Inhalte, die sie auf die zukünftige Lebenswelt vorbereiten und betätigen sich praktisch in unserer Küche.

Heruntergeladen am
Montag, 09. November 2026, um 21:59 Uhr

Um die neueste digitale Kopie des Dokumentinhalts zu erhalten, scannen Sie einfach - fertig.