

2024

Realschule

Original-Prüfung
mit Lösungen

**MEHR
ERFAHREN**

Baden-Württemberg

**AES – Alltagskunde
Ernährung, Sport**

STARK

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Hinweise und Tipps

1 Grundlagen	1
2 Aufbau der schriftlichen Prüfung	3
3 Pflichtteil A	3
4 Wahlteil B	4
5 Praktische Prüfung	5
6 Anforderungsbereiche und Operatoren	9

Basiswissen Abschlussprüfung AES

1 Ernährung und Gesundheit	17
2 Lebensgestaltung und Konsum	27

Übungsaufgaben im Stil der praktischen Prüfung

Übungsaufgabe 1: Bereich Ernährung (Erproben und Bewerten von Convenience-Produkten)	Ü-1
Übungsaufgabe 2: Bereich Ernährung (Erproben und Bewerten eines fleischhaltigen Gerichts und einer entsprechenden fleischlosen Alternative)	Ü-11
Übungsaufgabe 3: Bereich Textil (Erproben und Bewerten von Upcycling-Produkten)	Ü-15

Schriftliche Original-Abschlussprüfungen

Abschlussprüfung 2021

Pflichtteil A:	1 Ernährungstrends: Funktionelle Lebensmittel	2021-1
	2 Warenkennzeichnung	2021-3
	3 Aktuelle Produktionstechniken – Gentechnik	2021-4
	4 Lebensgestaltung und Konsum	2021-5
	5 Lebensgestaltung und Konsum	2021-6
Wahlteil B:	1 Nachhaltigkeit und Konsum am Beispiel Textilien	2021-7
	2 Körper, Gesundheit, Ernährung	2021-10
Lösungsvorschlag		2021-12

Abschlussprüfung 2022

Pflichtteil A:	1 Lebensstil und Nachhaltigkeit	2022-1
	2 Ernährung und Gesundheit	2022-2
	3 Aktuelle Produktionstechniken – Gentechnik	2022-3
	4 Lebensgestaltung und Konsum	2022-4
	5 Finanzmanagement im privaten Haushalt	2022-5
Wahlteil B:	1 Konsum und Nachhaltigkeit	2022-6
	2 Ernährung und Konsum	2022-8
Lösungsvorschlag		2022-10

Abschlussprüfung 2023 www.stark-verlag.de/mystark

Sobald die Original-Prüfungsaufgaben 2023 freigegeben sind, können sie als PDF auf der Plattform MyStark heruntergeladen werden (Zugangscode vgl. Umschlaginnenseite).

Jeweils zum Schuljahresbeginn erscheinen die neuen Ausgaben der Abschlussprüfungsaufgaben mit Lösungen.

Vorwort

Liebe Schülerin, lieber Schüler,

eine gelungene Abschlussprüfung ist keine Glückssache. Du kannst und solltest dich strategisch darauf vorbereiten und den Lernstoff einüben. Wenn du weißt, aus welchen Teilen die Abschlussprüfung besteht, kannst du die einzelnen Bereiche gezielt trainieren.

Mithilfe der folgenden Kapitel kannst du die wichtigsten Grundlagen für die Bearbeitung der Prüfungsaufgaben wiederholen. Das einführende Kapitel „**Hinweise und Tipps**“ informiert dich über die offiziellen Rahmenbedingungen, erläutert dir die Arbeitsanweisungen (**Operatoren**) und macht dich mit den verschiedenen Schwierigkeitsstufen (**Anforderungsbereichen**) vertraut.

Das Kapitel „**Basiswissen Abschlussprüfung AES**“ fasst den Prüfungsstoff aus den Kompetenzfeldern „Ernährung und Gesundheit“ sowie „Lebensgestaltung und Konsum“ zusammen. Es unterstützt dich dabei, die **wichtigsten Lerninhalte** zu wiederholen.

Die **Aufgaben im Stil der praktischen Prüfung** und die schriftlichen **Original-Prüfungsaufgaben** mit ausgearbeiteten Lösungsvorschlägen dienen dir als Orientierung, was in der Prüfung verlangt wird. Die vielen **Tipps** helfen dir bei der Bearbeitung der Aufgaben.

Wie lerne ich mit diesem Buch?

Du kannst dich mit diesem Buch ganz nach deinen individuellen Bedürfnissen auf die Abschlussprüfung in AES vorbereiten.

Verschaffe dir zunächst einen Überblick über die Themenfelder im Pflicht- und im Wahlteil. Überlege dir, in welchen Bereichen du noch Lücken hast.

Wenn du dich bei einzelnen Themen unsicher fühlst, lies dir zuerst das entsprechende Basiswissen durch und suche dir anschließend passende Prüfungsaufgaben zum Üben aus.

Sobald du dich sicherer fühlst, kannst du mit einer kompletten Original-Abschlussprüfung für den „Ernstfall“ proben. Achte dabei auf die Wahlmöglichkeiten und die Bearbeitungszeit, um die Prüfungsbedingungen möglichst realistisch nachzustellen.

Mit dem Buch kannst du sowohl allein als auch in Lerngruppen arbeiten. Lehrkräfte können es außerdem im Unterricht einsetzen. Die Lösungsvorschläge ermöglichen es dir, deine Arbeit selbstständig zu kontrollieren und zu korrigieren.

Versuche stets, die Aufgabe zunächst **eigenständig** zu bearbeiten, ohne in der Lösung nachzusehen. Solltest du einmal nicht weiterkommen, lies dir den **Tipp** vor der jeweiligen Lösung durch. Danach solltest du dich nochmal selbst an der Aufgabe versuchen, bevor du dir den Lösungsvorschlag ansiehst. Mit dieser Methode ist der Lerneffekt am größten.

Wir wünschen dir viel Erfolg in deiner Abschlussprüfung!

Die Autorinnen

Autorinnen

Sandra Geider

Hinweise und Tipps; Basiswissen;
Lösung zur Abschlussprüfung 2022

Ilona Schondelmaier

Übungsaufgaben 1 bis 3 (praktische Prüfung);
Lösung zur Abschlussprüfung 2021

Hinweise und Tipps

1 Grundlagen

1.1 Vorgaben für die Abschlussprüfung Alltagskultur, Ernährung und Soziales an Realschulen

In der Realschulabschlussprüfung werden die in den Jahrgangsstufen 7 bis 10 vermittelten Kompetenzen überprüft. Die Inhalte sind im Bildungsplan des Landes Baden-Württemberg festgelegt.

Die Hälfte der Endnote macht deine Leistung während des Schuljahres aus. Diese sogenannte Jahresleistung errechnet sich aus Klassenarbeiten, praktischen und mündlichen Leistungen. Die andere Hälfte der Gesamtnote wird durch die Abschlussprüfung ermittelt, die sich aus einem schriftlichen (30 %) und einem praktischen Teil (20 %) zusammensetzt. Alle Bestandteile deiner Leistungsnachweise werden miteinander verrechnet und ergeben die Endnote.

Die **Endnote** (Zeugnisnote) im Fach Alltagskultur, Ernährung und Soziales (AES) besteht also aus folgenden Teilen:

50 % Jahresleistung (deine Noten während des Schuljahres)	
30 % schriftliche Abschlussprüfung	20 % praktische Abschlussprüfung

1.2 Anzahl der Prüfungsaufgaben, Zeitrahmen und Hilfsmittel

Die Realschlussabschlussprüfung im Fach AES setzt sich aus einem praktischen und einem schriftlichen Teil zusammen:

- Die schriftliche Prüfung besteht aus einem **Pflichtteil A** mit vier Aufgaben und einem **Wahlteil B**, in dem du dich für eine von zwei Aufgaben entscheidest.

2 Lebensgestaltung und Konsum

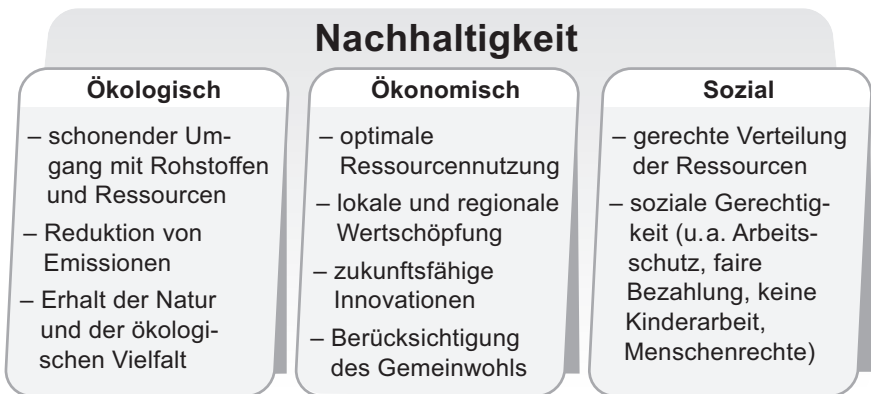
Zum Kompetenzfeld „Lebensgestaltung und Konsum“ gehören u. a. die Themen Nachhaltigkeit, Marketingstrategien, Versicherungen und Verbraucherschutz.

Lebensstil

Der Lebensstil ist die **Art und Weise der Lebensführung**, bezogen auf Wohnstil, Sprachgebrauch, Kleidung, Aufenthaltsorte sowie soziales Umfeld. Man unterscheidet zwischen konsumorientiertem, nachhaltigem, technikorientiertem, sozialorientiertem und minimalistischem Lebensstil.

Nachhaltigkeit

Der Begriff stammt ursprünglich aus der Forstwirtschaft. Dort sollen nicht mehr Ressourcen verbraucht (= Bäume gefällt) werden als nachwachsen (**Ressourcenschonung**). Dieses Prinzip wird auch beim heutigen Verständnis von Nachhaltigkeit angewendet. Dadurch sollen auch die nachfolgenden Generationen noch auf Ressourcen in ausreichender Menge zurückgreifen können. Nachhaltigkeit berücksichtigt ökologische, ökonomische und soziale Aspekte (**Drei-Säulen-Modell**).



Ressourcenschonung

Ressourcenschonung meint den sparsamen, rücksichtsvollen Gebrauch von natürlichen Rohstoffen, z. B. Wasser, Holz, Erdöl.

- a Nennen Sie sechs Pflichtangaben auf Lebensmittelverpackungen. (3)
- b Erklären Sie, worauf sich die Verbraucherinnen und Verbraucher aufgrund des V-Labels VEGAN bei dem Produkt „BeautySweeties“ verlassen können. (1)
- c Stellen Sie dar, was funktionelle Lebensmittel sind und begründen Sie, warum es sich bei dem abgebildeten Produkt „BeautySweeties“ um ein funktionelles Lebensmittel handelt. (2)
- d Beurteilen Sie den Gesundheitswert des Produktes „BeautySweeties“ (Beurteilung und zwei Aspekte). (3)



© BeautySweeties GmbH

*1 COENZYM Q10: ähnelt in Struktur Vitamin K und Vitamin E
BIOTIN: auch als Vitamin H oder Vitamin B₇ bezeichnet

Zutaten: Glukosesirup, Zucker, Invertzucker-sirup, 4 % Birnenpüree, 4 % Apfelpüree, 4 % Himbeersaft aus Himbeersaftkonzentrat, Geliermittel (Pektin), 2 % Kirschsft aus Kirschsftkonzentrat, Säuerungsmittel (Citronensäure), 1 % Erdbeerpüree, hydrolysiertes Erbsenprotein, natürliche Aromen, schwarzes Johannisbeer-konzentrat, schwarzes Karottenkonzentrat, Curcumaextrakt, Saflorkonzentrat, Spirulinakonzentrat, Überzugsmittel (Carnaubawachs), Coenzym Q10 (0,015 %), Aloe Vera (0,015 %), Biotin.

Nährwert je 100 g	
Brennwert	1 403 kJ (330 kcal)
Kohlenhydrate davon Zucker	80 g 52 g
Biotin	150 µg (300 %RM*2)

Enthält geringfügige Mengen von Fett, gesättigten Fettsäuren, Eiweiß und Salz.

*2 RM = Referenzmenge für die tägliche Zufuhr.

- a Erklären Sie den Begriff „Gentechnik“. (1)
- b Beschreiben Sie drei Anwendungsbeispiele der Gentechnik in der Tier- und Pflanzenzucht. (3)
- c Sie kaufen diesen Mozzarella im Lebensmittelhandel. Können Sie sicher sein, dass keine Gentechnik zum Einsatz kam? Begründen Sie Ihre Einschätzung mit zwei Aspekten. (3)



Quelle: Mozzarella - REWE Bio, <https://shop.rewe.de/p/rewe-bio-mozzarella-125g/200385>

Zutaten: KÄSEREIMILCH*, Speisesalz, mikrobielles Lab, Säuerungsmittel Citronensäure.

*aus kontrolliert biologischer Landwirtschaft

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g	
Brennwert	1 008 kJ 243 kcal
Fett	18,5 g
– davon gesättigte Fettsäuren	12,5 g
Kohlenhydrate	1,5 g
– davon Zucker	1,5 g
Eiweiß	17,5 g
Salz	0,5 g

Siegel auf der Verpackung:



Quelle Nutri-Score: Santé publique France (SPF)

Quelle Biosiegel: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL)

Quelle Ohne-Gentechnik-Siegel: Verband Lebensmittel ohne Gentechnik e. V.

Quelle EU-Biosiegel: Europäische Union

Quelle Naturland-Siegel: Naturland – Verband für ökologischen Landbau e. V.

- d Erläutern Sie, was gegen den Einsatz von Gentechnik in der Landwirtschaft spricht (zwei Aspekte). (2)

Pflichtaufgabe 2: Ernährung und Gesundheit

a **TIPP** Hinweis zur Lösung

Auf Lebensmittelverpackungen gibt es Pflichtangaben und freiwillige Kennzeichnungen. Hier sind nur die Pflichtangaben gefragt. Pro Angabe erhältst du 0,5 Punkte.

Für verpackte Lebensmittel gibt es EU-weit sechs Pflichtangaben:

- Bezeichnung des Lebensmittels
- Mindesthaltbarkeitsdatum oder Verbrauchsdatum
- Zutatenverzeichnis mit hervorgehobenen allergenen Zutaten
- Nettofüllmenge
- Produktverantwortlicher
- Nährwerttabelle

b **TIPP** Hinweis zur Lösung

Das V-Label gibt es mit den Ergänzungen „vegetarisch“ und „vegan“. Die Aufgabenstellung bezieht sich auf das V-Label „vegan“.

Das V-Label „vegan“ soll Verbraucher*innen auf den ersten Blick Sicherheit, Klarheit und eine schnelle Orientierung bieten, ob ein Produkt vegan ist. Da das Produkt „BeautySweeties“ dieses Label trägt, können die Verbraucher*innen sicher sein, dass dieses Produkt vegan ist, folglich keine tierischen Bestandteile enthält.

c **TIPP** Hinweis zur Lösung

Beachte die zweigeteilte Aufgabenstellung und die verwendeten Operatoren. Für die Darstellung und die Begründung gibt es jeweils einen Punkt.

Funktionelle Lebensmittel, auch „functional food“ genannt, versprechen neben der Ernährungsfunktion zusätzlich einen gezielten positiven Einfluss auf die Gesundheit der Verbraucher*innen.

Bei dem abgebildeten Produkt handelt es sich um ein funktionelles Lebensmittel, da es mit der Aufschrift „Coenzym Q10, Aloe Vera, Biotin“ versehen ist. Diese springt den Verbraucher*innen durch die Großbuchstaben und die fettgedruckte Schrift direkt ins Auge, wodurch der „positive Einfluss“ der genannten Bestandteile auf die Gesundheit hervorgehoben werden soll.

d

TIPP Hinweis zur Lösung

Du kennst den Gesundheitswert aus dem Qualitätsfächer des BZfE (Bundeszentrum für Ernährung). Für die Prüfung musst du alle acht Werte kennen. Beachte die Aufgabenstellung: Du sollst zwei Aspekte aufführen (je 1 Punkt) und dann zu einer Beurteilung (1 Punkt) kommen.

Aspekt 1: Das Produkt „BeautySweeties“ enthält 52 g Zucker je 100 g. Somit ist der Zuckeranteil viel zu hoch für ein gesundheitsförderliches Produkt. In der Zutatenliste findet man viel versteckten Zucker, wie z. B. Glukosesirup als erste Zutat. Dadurch hat das Produkt einen sehr hohen Brennwert von 330 kcal je 100 g.

Aspekt 2: Bei dem Produkt handelt es sich um ein funktionelles Lebensmittel. Der Verzehr dieser mit besonderen Nährstoffen versehenen Produkte ist jedoch laut Deutscher Gesellschaft für Ernährung nicht notwendig, da eine vollwertige Ernährung völlig ausreichend ist.

Alternativer Aspekt: Bei übermäßigem Verzehr von funktionellen Lebensmitteln droht eine Überversorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen.

Kritische Beurteilung: Der Gesundheitswert des Produkts ist als nicht gesundheitsförderlich einzustufen. Bei der Einordnung als funktionelles Lebensmittel achtet man besonders auf die zugesetzten Nährstoffe und verzichtet auf eine Beurteilung der restlichen Bestandteile.



© **STARK Verlag**

www.stark-verlag.de
info@stark-verlag.de

Der Datenbestand der STARK Verlag GmbH ist urheberrechtlich international geschützt. Kein Teil dieser Daten darf ohne Zustimmung des Rechteinhabers in irgendeiner Form verwertet werden.

STARK