

Zusatzqualifikation Naturkosthandel
Rahmenlehrplan
Überblick

1. Ernährung und Gesundheit
2. Ökologische Landwirtschaft
3. Naturkostwarenkunde

1.	Ernährung und Gesundheit	
1.1	Problemfelder moderner Ernährung und Lebensmittelproduktion	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Auswirkungen von Trends wie Fast Food, Convenience Food, Functional Food erläutern können ▪ Einsatzbereiche und Risiken der Gentechnik benennen ▪ Kennzeichnung von Genprodukten und Gentechnikgesetz kennen ▪ Auswirkungen von Lebensmittelbestrahlung beschreiben und die EU-Strahlenrichtlinie kennen ▪ Lebensmittelzusatzstoffe benennen und Zuordnung in Klassen vornehmen, Risiken aufzählen können
1.2	Lebensmittelqualität	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Verschiedene Ansätze der Qualitätsprüfung beschreiben können ▪ Gesundheitsverträglichkeit, Umweltverträglichkeit und Sozialverträglichkeit als Grundelemente der Naturkost analysieren ▪ Preisdiskussion im Kundengespräch führen ▪ Bedeutung des staatlichen Biosiegels im Kundengespräch darlegen
1.3	Ernährungsformen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Geschichte der Vollwerternährung (Max Bircher-Benner, Waerland-System, Werner Kollath) darstellen ▪ Grundlagen der Vollwerternährung beschreiben ▪ Verschieden Ansätze der Vollwerternährungsformen vergleichen (z.B. nach Schnitzer; Bruker; Koerber, Männle, Leitzmann; Hay; Rohkost) und Unterschiede erarbeiten

1.4	Ernährungslehre	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Struktur und Vorkommen der Hauptnährstoffe kennen (Kohlenhydrate, Fette, Proteine) ▪ Verwertung im Körper und Folgen mangelnder oder überhöhter Zufuhr der Hauptnährstoffe beschreiben (Kohlenhydrate, Fette, Proteine) ▪ Struktur und Vorkommen von Vitaminen und Mineralstoffen kennen ▪ Verwertung im Körper und Folgen mangelnder oder überhöhter Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffe beschreiben ▪ Die Bedeutung weiterer gesundheitsfördernder Nahrungsinhaltsstoffe kennen ▪ Einfluss der Ernährung auf den Säure-Basen-Haushalt und die Darmflora erläutern ▪ Ernährungsabhängige Krankheiten benennen und Ernährungsempfehlungen kennen ▪ Besonderheiten in der Ernährung bestimmter Personengruppen (Schwangere, Stillende, Kinder, Jugendliche, Alte, Sportler) vergleichen ▪ Ernährungsempfehlungen für Säuglinge und Kleinkinder kennen und im Kundengespräch einbringen
1.5	Allergien und Intoleranzen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ablauf, Auslöser und Ursachen allergischer Reaktionen beschreiben ▪ Verschieden Formen allergischer Erkrankungen benennen ▪ Intoleranzen beschreiben (Pseudoallergien, Laktoseintoleranz, Fructoseintoleranz, Glutenunverträglichkeit) ▪ Verträglichkeit ausgewählter Lebensmittelgruppen kennen und Verzehrsempfehlungen im Kundengespräch einbringen
2.	Ökologische Landwirtschaft	
2.1	Entwicklung und Definition	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Geschichte, Definition und Grundsätze des ökologischen Anbaus erläutern
2.2	Ökologischer Pflanzenbau	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagen kennen ▪ Bedeutung von Bodenbearbeitung und Humuswirtschaft darlegen ▪ Verschieden Arten der Düngung benennen ▪ Bedeutung von Fruchtfolgen erläutern können ▪ Maßnahmen zum Pflanzenschutz und zur Beikrautregulierung beschreiben können
2.3	Ökologische Tierwirtschaft	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagen kennen ▪ Faktoren der artgerechten Tierhaltung kennen ▪ Fütterung und Pflege erklären können ▪ Ziele von Zukauf und Zucht benennen können
2.4	Ökologische Wirtschaftsweisen und rechtliche Rahmenbedingungen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Die Grundsätze und Unterschiede der verschiedenen Wirtschaftsweisen erläutern können ▪ Probleme und Grenzen des ökologischen Anbaus darstellen können ▪ Organisationen, Verbände und ihre Besonderheiten benennen und im Kundengespräch erläutern können

		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rechtliche Grundlagen des ökologischen Anbaus kennen und erläutern können ▪ Verordnungen und Kontrollen kennen und erläutern können
3.	Naturkostwarekunde	
3.1	Obst und Gemüse	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Inhaltsstoffe von Obst und Gemüse
3.2	Milch und Molkereiprodukte	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Unerwünschte Inhaltsstoffe und Unverträglichkeiten ▪ Milch im Biohandel ▪ Unterschiede zwischen Bioprodukten und konventionellen Produkten
3.3	Getreide	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagen ▪ Getreide und Ernährung ▪ Getreidearten
3.4	Öle und Fette	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagen und ausgewählte Problemstellungen ▪ Die wichtigsten Speiseöle im Naturkosthandel ▪ Platten und Streichfette
3.5	Fleisch, Fisch und Eier	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Die landwirtschaftliche Massenproduktion ▪ Die ernährungsphysiologische Bewertung von tierischen Lebensmitteln ▪ Fleisch und Wurst
3.6	Brot, Backwaren und Getreideprodukte	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Brot und Kleingebäck ▪ Vollkornbrot ▪ Getreideprodukte
3.7	Zucker, andere Süßungsmittel und Süßwaren	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagen ▪ Warenkunde Zucker ▪ Alternative Süßungsmittel ▪ Honig ▪ Süßwaren
3.8	Würzmittel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagen ▪ Salziges, Saures und Scharfes ▪ Kräuter, Gewürze und Gewürzzubereitungen ▪ Zutaten, Aromen und Konservierungsmethoden
3.9	Getränke	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kaffee und Kakao ▪ Tee ▪ Wein
3.10	Hülsenfrüchte und Sojaprodukte	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hülsenfrüchte ▪ Die Sojabohne ▪ Sojaprodukte
3.11	Nüsse, Saaten und Trockenfrüchte	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nüsse ▪ Nussprodukte ▪ Ölsaaten ▪ Trockenfrüchte
3.12	Waschmittel und Haushaltsreiniger	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Waschmittelrohstoffe ▪ Ökologisches Waschen ▪ Haushaltsreiniger
3.13	Naturkosmetik	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagen zur Naturkosmetik ▪ Rohstoffe und Herstellung ▪ Körperpflegemittel