

ISIS EINAUDI CECCHERELLI PIOMBINO (LI)

Disciplina Scienza e cultura dell'alimentazione Docente Chiara Bottaro

A.S. 2019-20

Classe 3 D

MODULO n. 1

Alimentazione equilibrata

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
UD 1 Alimenti: caratteristiche e classificazione. UD 2 Varietà, equilibrio e moderazione: gruppi di alimenti; corretta ripartizione dei nutrienti; fabbisogno energetico totale. UD 3 Valutazione dello stato nutrizionale mediante l'IMC. UD 4 Linee guida per una sana alimentazione e doppia piramide alimentare ed ambientale.	Principi di alimentazione equilibrata ed elementi di bioenergetica.	Correlare la conoscenza storica generale agli sviluppi delle scienze, delle tecnologie e delle tecniche negli specifici campi professionali di riferimento. Riconoscere gli aspetti geografici, ecologici, territoriali dell'ambiente e le trasformazioni intervenute nel tempo.	Saper riconoscere i principi base di una alimentazione equilibrata. Saper valutare lo stato nutrizionale e saper calcolare il peso ideale. Saper calcolare il fabbisogno energetico totale.	10	<u>Verifiche:</u> semistrutturate interrogazioni alla lavagna <u>Recupero:</u> in itinere sportelli e/o corso	<u>Metodi:</u> Lezione frontale Lavori di gruppo Discussione guidata <u>Strumenti didattici:</u> Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione vol.3 A. Machado, Poseidonia Scuola Materiale informativo del docente

MODULO n. 2

Cultura alimentare

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
UD 1 Diete vegetariane UD 2 Intolleranza al lattosio UD 3 Celiachia UD 4 predisposizione menu UD 5 Calcolo del contenuto energetico e nutrizionale di un alimento UD 6 Prodotti tipici della Regione Toscana	Conoscere le caratteristiche di alcune diete e le principali intolleranze	Correlare la conoscenza storica generale agli sviluppi delle scienze, delle tecnologie e delle tecniche negli specifici campi professionali di riferimento. Riconoscere gli aspetti geografici, ecologici, territoriali dell'ambiente e le trasformazioni intervenute nel tempo.	Saper riconoscere le peculiarità di alcune diete. Saper gestire le principali intolleranze. Saper calcolare il contenuto energetico e nutrizionale di un alimento e di un piatto.	20	<u>Verifiche:</u> semistrutturate interrogazioni alla lavagna <u>Recupero:</u> in itinere sportelli e/o corso	<u>Metodi:</u> Lezione frontale Lavori di gruppo Discussione guidata Ricerche su Internet <u>Strumenti didattici:</u> Tabelle di composizione chimica degli alimenti Materiale informativo del docente

Modulo trattato in presenza con l'ITP di laboratorio di sala e vendita

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD 1 Latte: composizione chimica e valore nutritivo; risanamento: pastorizzazione HTST, sterilizzazione classica e UHT; effetti dei trattamenti termici; tipi di latte.</p> <p>UD2 Formaggi: produzione, modi di classificazione, formaggi particolari, valore nutritivo. UD 3: yogurt, ricotta, burro e panna.</p>	<p>Caratteristiche merceologiche e nutrizionali del latte e dei suoi derivati.</p>	<p>Utilizzare gli alimenti sotto il profilo organolettico, merceologico, nutrizionale e gastronomico.</p> <p>Agire nel sistema di qualità relativo alla filiera produttiva di interesse.</p> <p>Valorizzare e promuovere le tradizioni locali, nazionali ed internazionali, individuando le nuove tendenze di filiera.</p>	<p>Individuare le caratteristiche merceologiche, chimiche e nutrizionali di un alimento.</p> <p>Saper utilizzare le tabelle di composizione degli alimenti e saper calcolare il valore energetico e nutrizionale degli alimenti.</p> <p>Individuare i prodotti tipici di un territorio.</p>	25	<p><u>Verifiche:</u> semistrutturate interrogazioni alla lavagna</p> <p><u>Recupero:</u> in itinere sportelli e/o corso</p>	<p><u>Metodi:</u> Lezione frontale Lavori di gruppo Discussione guidata Ricerche su Internet</p> <p><u>Strumenti didattici:</u> Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione Vol. 3 A. Machado, Poseidonia Scuola</p>

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD1 Bevande analcoliche: acque di sorgente, potabili e minerali; succhi di frutta; bibite; classificazione e valore nutritivo.</p> <p>UD2 Bevande nervine: caffè, tè e cioccolata; varietà commerciali, caratteristiche nutritive e produzione.</p>	<p>Caratteristiche merceologiche e nutrizionali delle bevande analcoliche e nervine.</p>	<p>Utilizzare le bevande sotto il profilo organolettico, merceologico, nutrizionale e gastronomico.</p> <p>Agire nel sistema di qualità relativo alla filiera produttiva di interesse.</p> <p>Valorizzare e promuovere le tradizioni locali, nazionali ed internazionali, individuando le nuove tendenze di filiera.</p>	<p>Individuare le caratteristiche merceologiche, chimiche e nutrizionali delle bevande.</p> <p>Saper utilizzare le tabelle di composizione degli alimenti e saper calcolare il valore energetico e nutrizionale delle bevande.</p> <p>Individuare i prodotti tipici di un territorio.</p>	32	<p><u>Verifiche:</u></p> <p>semistrutturate</p> <p>interrogazioni alla lavagna</p> <p><u>Recupero:</u></p> <p>in itinere</p> <p>sportelli e/o corso</p>	<p><u>Metodi:</u></p> <p>Lezione frontale</p> <p>Lavori di gruppo</p> <p>Discussione guidata</p> <p><u>Strumenti didattici:</u></p> <p>Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione vol. 3 A. Machado, Poseidonia Scuola</p> <p>Materiale informativo del docente</p>

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD 1 Birra: materie prime, produzione, classificazione, composizione chimica e valore nutritivo.</p> <p>UD 2 Vino: struttura dell'uva, vendemmia, preparazione del mosto e composizione, fermentazione del mosto; composizione e valore nutritivo del vino.</p>	<p>Caratteristiche merceologiche e nutrizionali delle bevande alcoliche.</p>	<p>Utilizzare le bevande sotto il profilo organolettico, merceologico, nutrizionale e gastronomico.</p> <p>Agire nel sistema di qualità relativo alla filiera produttiva di interesse.</p> <p>Valorizzare e promuovere le tradizioni locali, nazionali ed internazionali, individuando le nuove tendenze di filiera.</p>	<p>Individuare le caratteristiche merceologiche, chimiche e nutrizionali delle bevande.</p> <p>Saper utilizzare le tabelle di composizione degli alimenti e saper calcolare il valore energetico ed alcolico di bevande alcoliche e cocktail.</p> <p>Individuare i prodotti tipici di un territorio.</p>	35	<p><u>Verifiche:</u> semistrutturate interrogazioni alla lavagna</p> <p><u>Recupero:</u> in itinere sportelli e/o corso</p>	<p><u>Metodi:</u> Lezione frontale Lavori di gruppo Discussione guidata Ricerche su Internet</p> <p><u>Strumenti didattici:</u> Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione vol.3 A. Machado Poseidonia Scuola</p> <p>Materiale informativo del docente</p>

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD 1 Zucchero: varietà commerciali, caratteristiche nutritive, produzione.</p> <p>UD 2 Miele: varietà commerciali, valore nutritivo, produzione.</p> <p>UD 3 Dolcificanti naturali ed artificiali.</p>	<p>Caratteristiche merceologiche e nutrizionali dei dolcificanti.</p>	<p>Utilizzare gli alimenti sotto il profilo organolettico, merceologico, nutrizionale e gastronomico.</p> <p>Agire nel sistema di qualità relativo alla filiera produttiva di interesse.</p> <p>Valorizzare e promuovere le tradizioni locali, nazionali ed internazionali, individuando le nuove tendenze di filiera.</p>	<p>Individuare le caratteristiche merceologiche, chimiche e nutrizionali di un alimento.</p> <p>Saper utilizzare le tabelle di composizione degli alimenti e saper calcolare il valore energetico e nutrizionale degli alimenti.</p>	10	<p><u>Verifiche:</u></p> <p>semistrutturate</p> <p>interrogazioni alla lavagna</p> <p><u>Recupero:</u></p> <p>in itinere</p> <p>sportelli e/o corso</p>	<p><u>Metodi:</u></p> <p>Lezione frontale</p> <p>Lavori di gruppo</p> <p>Discussione guidata</p> <p><u>Strumenti didattici:</u></p> <p>Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione vol.3 A. Machado, Poseidonia Scuola</p> <p>Materiale informativo del docente</p>

