

ISIS EINAUDI CECCHERELLI PIOMBINO (LI)

Disciplina Scienza e cultura dell'alimentazione Docente Chiara Bottaro

A.S. 2019-20

Classe 5 E

MODULO n. 1

Alimentazione equilibrata

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD 1 Alimentazione equilibrata: varietà, equilibrio e moderazione; gruppi di alimenti; corretta ripartizione dell'energia e dei nutrienti; fabbisogno energetico totale.</p> <p>UD 2 Linee guida per una sana alimentazione e piramide alimentare.</p>	<p>Principi di alimentazione equilibrata.</p>	<p>Correlare la conoscenza storica generale agli sviluppi delle scienze, delle tecnologie e delle tecniche negli specifici campi professionali di riferimento.</p> <p>Riconoscere gli aspetti geografici, ecologici, territoriali dell'ambiente naturale ed antropico, le connessioni con le strutture demografiche, economiche, sociali, culturali e le trasformazioni intervenute nel tempo.</p>	<p>Saper riconoscere i principi base di una alimentazione equilibrata.</p> <p>Conoscere le singole linee guida e saper leggere una piramide alimentare come modello di alimentazione equilibrata.</p>	6	<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>Discussione guidata</p> <p>Problem solving</p> <p><u>Strumenti didattici:</u></p> <p>Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione vol.5</p> <p>A. Machado, Poseidonia Scuola</p> <p>Materiale informativo multimediale del docente</p>

MODULO n. 2

Diete e stili alimentari

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
UD 1 Dieta mediterranea UD 2 Diete vegetariane UD 3 Western diet UD 4 Dieta sostenibile UD 5 Altre diete: nordica, eubiotica, macrobiotica UD 6 Dieta dello sportivo UD 7 Dieta dei 5 colori	Diete equilibrate e squilibrate nelle varie condizioni fisiologiche.	Predisporre menu coerenti con il contesto e le esigenze della clientela.	Utilizzare l'alimentazione come strumento per il benessere della persona.	20	<u>Verifiche:</u> semistrutturate interrogazioni alla lavagna <u>Recupero:</u> in itinere sportelli e/o corso	<u>Metodi:</u> Lezione frontale Problem solving Discussione guidata <u>Strumenti didattici:</u> Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione vol.5 A. Machado, Poseidonia Scuola Materiale informativo multimediale del docente

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
UD1 Malattie cardiovascolari: ipertensione arteriosa, dislipidemie. UD 2 Malattie del metabolismo: diabete mellito, obesità. UD 4 Allergie alimentari; intolleranze al lattosio ed al glutine UD5 Tumori: stile di vita e rischio tumorale, cancerogeni.	Diete razionali ed equilibrate nelle principali patologie.	Predisporre menu coerenti con le esigenze personali e di comunità, anche in relazione a specifiche necessità dietologiche	Utilizzare l'alimentazione come strumento per il benessere della persona. Formulare menu funzionali alle esigenze patologiche della persona.	20	<u>Verifiche:</u> semistrutturate interrogazioni alla lavagna <u>Recupero:</u> in itinere sportelli e/o corso	<u>Metodi:</u> Lezione frontale Problem solving Discussione guidata <u>Strumenti didattici:</u> Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione vol.5 A. Machado, Poseidonia Scuola Materiale informativo multimediale del docente

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
UD1 Nord Italia: Veneto UD 2 Centro Italia: Toscana UD 3 Sud Italia: Puglia UD 4 Europa: Spagna; Germania; Regno Unito UD 5 Stati Uniti; Cina; Giappone	Conoscere le caratteristiche enogastronomiche del territorio nazionale ed internazionale	Valorizzare e promuovere le tradizioni locali, nazionali ed internazionali.	Individuare e promuovere le risorse enogastronomiche locali, nazionali ed internazionali Riconoscere le nuove tendenze del settore dell'ospitalità e del turismo	20	<u>Verifiche:</u> semistrutturate interrogazioni alla lavagna elaborati multimediali <u>Recupero:</u> in itinere sportelli e/o corso	<u>Metodi:</u> Lezione frontale Problem solving Discussione guidata <u>Strumenti didattici:</u> Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione vol.5 A. Machado, Poseidonia Scuola

