

ISIS EINAUDI CECCHERELLI PIOMBINO (LI)

Disciplina Scienza e cultura dell'alimentazione Docente Chiara Bottaro

A.S. 2020-21

Classe 3 E

MODULO n. 1

Alimentazione equilibrata

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD 1 Alimenti: definizione, caratteristiche e classificazione. UD 2 Varietà, equilibrio e moderazione; gruppi di alimenti; corretta ripartizione dell'energia e dei nutrienti; fabbisogno energetico totale. UD 3 Valutazione dello stato nutrizionale mediante l'IMC. UD 4 Linee guida e doppia piramide alimentare ed ambientale.</p>	<p>Principi di alimentazione equilibrata ed elementi di bioenergetica.</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 e le trasformazioni intervenute nel tempo.</p>	<p>Saper riconoscere i principi base di una alimentazione equilibrata.</p> <p>Saper valutare lo stato nutrizionale e saper calcolare il peso ideale.</p> <p>Saper calcolare il fabbisogno energetico totale.</p>	<p>10</p>	<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</p> <p><u>Strumenti didattici:</u> Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione A. Machado, Poseidonia Scuola</p> <p>Materiale informativo del docente</p>

MODULO n. 2

Cultura alimentare

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD 1 Dieta mediterranea</p> <p>UD 2 Diete vegetariane</p> <p>UD 3 Intolleranza al lattosio</p> <p>UD 4 Celiachia</p> <p>UD 5 Calcolo del contenuto energetico e nutrizionale di un alimento</p>	<p>Conoscere le caratteristiche di alcune diete e le principali intolleranze</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 e le trasformazioni intervenute nel tempo.</p>	<p>Saper riconoscere le peculiarità di alcune diete.</p> <p>Saper gestire le principali intolleranze.</p> <p>Saper calcolare il contenuto energetico e nutrizionale di un alimento e di un piatto.</p>	15	<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>Ricerche su Internet</p> <p><u>Strumenti didattici:</u></p> <p>Tabelle di composizione chimica degli alimenti</p> <p>Materiale informativo del docente</p>

MODULO n. 3

Merceologia degli alimenti di origine vegetale

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD 1 ortaggi e frutta: composizione chimica, valore nutritivo, classificazione</p> <p>UD 2 cereali: composizione chimica, valore nutritivo, classificazione</p> <p>UD 3 Legumi: composizione chimica, valore nutritivo, fattori antinutrizionali</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>	10	<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 A. Machado, Poseidonia Scuola</p>

MODULO n. 4

Merceologia degli alimenti di origine animale

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD 1 Carne: filiera, classificazione, caratteristiche nutritive, salumi. UD 2 Prodotti ittici: filiera, classificazione, valore nutritivo.</p> <p>UD 3 Uova: struttura, caratteristiche nutritive, classificazione ed etichettatura.</p> <p>UD 4 Latte: filiera, composizione chimica e valore nutritivo, vari tipi in commercio.</p> <p>UD 5 Formaggi: ciclo di produzione, classificazione, valore nutritivo.</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>	10	<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 A. Machado, Poseidonia Scuola</p>

MODULO n. 5

Merceologia delle bevande analcoliche e nervine

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD1 Bevande analcoliche: acque 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. 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>	15	<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 A. Machado, Poseidonia Scuola</p> <p>Materiale informativo del docente</p>

MODULO n. 6

Merceologia delle bevande alcoliche

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, ciclo di produzione, classificazione, caratteristiche nutrizionali.</p> <p>UD 3 Calcolo calorico delle bevande alcoliche e dei cocktail</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>	10	<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 A. Machado Poseidonia Scuola</p> <p>Materiale informativo del docente</p>

MODULO n. 7

Storia e cultura dell'alimentazione

CONOSCENZE	OBIETTIVI MINIMI	COMPETENZE	ABILITA'	MONTE ORE	VERIFICHE E RECUPERO	METODI E STRUMENTI
<p>UD 1 Alimentazione nella preistoria, nelle civiltà antiche, nel Medioevo, nell'età moderna, nell'età contemporanea</p> <p>UD 2 Storia della gastronomia, della ristorazione e dell'ospitalità alberghiera</p> <p>UD 3 Itinerari enogastronomici</p> <p>UD 4 Cibo come cultura: tradizioni alimentari nel Mondo, stili alimentari e diete particolari</p>	<p>Storia dell'alimentazione.</p> <p>Caratteristiche culturali del cibo.</p> <p>Risorse enogastronomiche territoriali, nazionali ed internazionali.</p> <p>Stili alimentari</p>	<p>Valorizzare e promuovere le tradizioni locali, nazionali ed internazionali, individuando le nuove tendenze di filiera.</p> <p>Promuovere e gestire i servizi di accoglienza turistico-alberghiera anche attraverso la progettazione dei servizi turistici per valorizzare le risorse del territorio.</p>	<p>Collegare l'evoluzione dell'alimentazione e la cultura del territorio.</p> <p>Identificare i prodotti tipici del territorio.</p> <p>Saper riconoscere le nuove tendenze dell'enogastronomia e della domanda turistica.</p>	29	<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>Ricerche su Internet in compresenza con il docente di accoglienza turistica</p> <p><u>Strumenti didattici:</u></p> <p>Libro di testo adottato: Scienza e cultura dell'alimentazione A. Machado, Poseidonia Scuola</p> <p>Materiale informativo del docente</p>