



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE  
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599  
Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001  
E-mail: [LIIS004009@istruzione.it](mailto:LIIS004009@istruzione.it); [LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT](mailto:LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT)  
Cod. fisc.: **81002090496** Cod. meccanogr.: **LIIS004009**



A.S. 2021-2022	Disciplina Scienza e cultura dell'alimentazione
Docente Chiara Bottaro	Classe 5 Cuc
Libro di testo: Scienza e cultura dell'alimentazione, vol. 5, A. Machado, Poseidonia Scuola	
Metodi: lezione frontale, discussione guidata, ricerche ed approfondimenti	
Strumenti: libro di testo, materiale fornito dal docente e caricato su classroom	

**MODULO n. 1****Alimentazione equilibrata**

CONTENUTI	CONOSCENZE	COMPETENZE	ABILITA'	TEMPI E PERIODO DELL'ANNO SCOLASTICO	TIPOLOGIE DI VERIFICHE
<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>	Principi di alimentazione equilibrata.	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 naturale ed antropico, le connessioni con le strutture demografiche, economiche, sociali, culturali e le trasformazioni intervenute nel tempo.	<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>	<p>5 ore</p> <p>Primo quadrimestre</p>	<p>Verifiche a domande aperte, temi</p> <p>Simulazioni della seconda prova ministeriale</p> <p>Verifiche orali</p>

**MODULO n. 2****Diete e stili alimentari**

CONTENUTI	CONOSCENZE	COMPETENZE	ABILITA'	TEMPI E PERIODO DELL'ANNO SCOLASTICO	TIPOLOGIE DI VERIFICHE
UD 1 Dieta mediterranea UD 2 Diete vegetariane UD 3 Altre diete: nordica, eubiotica, macrobiotica UD 4 Dieta dello sportivo UD 5 Dieta dei 5 colori UD 6 Western diet	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.	10 ore Primo quadrimestre	Verifiche a domande aperte, temi Simulazioni della seconda prova ministeriale Verifiche orali

**MODULO n. 3****Salute e benessere (educazione civica)**

CONTENUTI	CONOSCENZE	COMPETENZE	ABILITA'	TEMPI E PERIODO DELL'ANNO SCOLASTICO	TIPOLOGIE DI VERIFICHE
UD 1 Diete equilibrate e squilibrate UD 2 Sostenibilità ambientale ed alimentare UD 3 Agenda 2030 UD 4 Overshoot day UD 5 I tre paradossi su cibo e nutrizione UD 6 Perdite e sprechi alimentari UD 7 Diete sostenibili UD 8 Doppia piramide alimentare-ambientale	Diete equilibrate e squilibrate nelle varie condizioni fisiologiche.  Sostenibilità ambientale ed alimentare	Predisporre menu coerenti con il contesto e le esigenze della clientela, per la salute del cittadino e per la salvaguardia dell'ambiente	Utilizzare l'alimentazione come strumento per il benessere della persona e dell'ambiente  Agire nel rispetto della salvaguardia dell'ambiente	10 ore  Primo quadrimestre	Verifiche a domande aperte, temi  Simulazioni della seconda prova ministeriale  Verifiche orali

**MODULO n. 4****Nuove tendenze di filiera dei prodotti alimentari**

CONTENUTI	CONOSCENZE	COMPETENZE	ABILITA'	TEMPI E PERIODO DELL'ANNO SCOLASTICO	TIPOLOGIE DI VERIFICHE
UD 1 Alimenti arricchiti ed alleggeriti UD 2 Dietetici ed alimenti per l'infanzia UD 3 Integratori UD 4 Alimenti funzionali e nutraceutici UD 5 OGM	Nuove tendenze di filiera dei prodotti alimentari.	Valorizzare e promuovere le tradizioni locali, nazionali ed internazionali individuando le nuove tendenze di filiera	Individuare le nuove tendenze della filiera alimentare  Individuare le caratteristiche organolettiche, merceologiche e nutrizionali dei nuovi prodotti alimentari.	5 ore  Primo quadrimestre	Verifiche a domande aperte, temi  Simulazioni della seconda prova ministeriale  Verifiche orali

**MODULO n. 5****La dieta nelle diverse età e condizioni fisiologiche**

CONTENUTI	CONOSCENZE	COMPETENZE	ABILITA'	TEMPI E PERIODO DELL'ANNO SCOLASTICO	TIPOLOGIE DI VERIFICHE
UD 1 Neonato ed alimentazione complementare: allattamento al seno, differenze fra latte materno e vaccino, divezzamento UD 2 Bambino ed adolescente UD 3 Gravidanza ed allattamento UD 4 Adulto ed anziano	Diete razionali ed equilibrate nelle varie condizioni fisiologiche.	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 fisiologiche.	20 ore  Primo quadrimestre	Verifiche a domande aperte, temi  Simulazioni della seconda prova ministeriale  Verifiche orali

**MODULO n. 6****Dietoterapia: la dieta nelle principali patologie**

CONTENUTI	CONOSCENZE	COMPETENZE	ABILITA'	TEMPI E PERIODO DELL'ANNO SCOLASTICO	TIPOLOGIE DI VERIFICHE
UD1 Malattie cardiovascolari: ipertensione arteriosa, dislipidemie. UD 2 Malattie del metabolismo: sindrome metabolica, osteoporosi, gotta, 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 ore  Secondo quadrimestre	Verifiche a domande aperte, temi  Simulazioni della seconda prova ministeriale  Verifiche orali

**MODULO n. 7****Il rischio e la sicurezza nella filiera alimentare**

CONTENUTI	CONOSCENZE	COMPETENZE	ABILITA'	TEMPI E PERIODO DELL'ANNO SCOLASTICO	TIPOLOGIE DI VERIFICHE
UD 1 Contaminazioni chimiche e fisiche UD 2 Contaminazioni biologiche UD 3 Igiene degli alimenti: "Pacchetto Igiene" ed HACCP; controllo ufficiale degli alimenti. UD 4 Qualità totale degli alimenti; marchi UD 5 Filiera agroalimentare: tracciabilità e rintracciabilità UD 6 Additivi e coadiuvanti tecnologici	Classificazione e valutazione dei fattori di rischio di tossinfezioni.  Certificazioni di qualità e HACCP.	Agire nel sistema di qualità relativo alla filiera produttiva di interesse.  Applicare le normative vigenti in fatto di sicurezza, trasparenza e tracciabilità dei prodotti.	Prevenire e gestire i rischi di tossinfezioni connessi alla manipolazione degli alimenti.  Conoscere il piano di autocontrollo HACCP.	19 ore  Secondo quadrimestre	Verifiche a domande aperte, temi  Simulazioni della seconda prova ministeriale  Verifiche orali



**MODULO n. 8****Promozione del Made in Italy**

CONTENUTI	CONOSCENZE	COMPETENZE	ABILITA'	TEMPI E PERIODO DELL'ANNO SCOLASTICO	TIPOLOGIE DI VERIFICHE
UD 1 Tradizioni enogastronomiche del territorio  UD 2 Tutela del Made in Italy: difesa dalle frodi	Conoscere le caratteristiche enogastronomiche del territorio e le frodi alimentari	Valorizzare e promuovere le tradizioni del territorio, anche nel rispetto dell'ambiente.  Saper individuare le frodi alimentari	Saper individuare e promuovere le risorse enogastronomiche del territorio.  Agire nel rispetto della salvaguardia dell'ambiente	10  Secondo quadrimestre	Verifiche a domande aperte, temi  Simulazioni della seconda prova ministeriale  Verifiche orali