

Programmazione unica con obiettivi minimi di Scienza e Cultura dell'Alimentazione

CLASSI	OBIETTIVI MINIMI DISCIPLINARI Alunni H con PEI	CONTENUTI ESSENZIALI
1 [^]	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere la differenza tra alimentazione e nutrizione ● Saper definire cos'è un alimento ● Conoscere i criteri di classificazione degli alimenti ● Conoscere i 5 gruppi alimentari; ● Conoscere la distinzione tra macro e micronutrienti ● Conoscere il fabbisogno energetico giornaliero ● Saper ripartire le energie nell'arco della giornata ● Conoscere le principali cause di alterazione degli alimenti; ● Conoscere le principali fonti di contaminazione diretta e indiretta degli alimenti; ● Conoscere le principali fonti di contaminazione crociata e le procedure corrette atte ad evitarla; ● Conoscere le corrette procedure di sanificazione degli ambienti e delle attrezzature; ● Conoscere i sette principi dell'HACCP; ● Conoscere i fattori di crescita microbica; ● Conoscere sintomi, cause e modalità di prevenzione delle principali tossinfezioni, intossicazioni e infezioni alimentari; ● Conoscere i principali metodi fisici di conservazione; 	<p><u>Alimentazione equilibrata:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Alimentazione nutrizione ● Gli alimenti ● Criteri di classificazione degli alimenti ● I gruppi alimentari ● Micro e Macro nutrienti ● Il fabbisogno energetico totale durante la giornata ● La ripartizione dell'energia tra i pasti <p><u>Igiene: (MacroUda 1)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● I contaminanti biologici degli alimenti; ● I fattori di crescita microbica; ● La contaminazione diretta degli alimenti; ● La contaminazione indiretta degli alimenti; ● La contaminazione crociata; ● La sanificazione degli ambienti e delle attrezzature; ● Cenni di Autocontrollo e sistema HACCP ● Distinzione tra intossicazioni, tossinfezioni e infezioni alimentari ● Sintomi, cause e prevenzione delle principali tossinfezioni, intossicazioni e infezioni alimentari <p><u>Conservazione degli alimenti: (MacroUda 2)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● la conservazione degli alimenti con metodi fisici; ● la conservazione degli alimenti con metodi chimici e chimico-fisici ● la conservazione degli alimenti con metodi biologici

	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere i principali metodi chimici e chimico-fisici di conservazione; ● Conoscere i principali metodi biologici di conservazione 	
2^	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere la distinzione tra macro e micronutrienti ● Conoscere le fonti alimentari di glucidi, protidi, lipidi, vitamine, sali minerali e acqua ● Conoscere il fabbisogno di glucidi, protidi, lipidi, vitamine, sali minerali e acqua; ● Conoscere le funzioni di glucidi, protidi, lipidi, vitamine, sali minerali e acqua ● Conoscere l'anatomia dell'apparato digerente; ● Conoscere i processi digestivi di carboidrati, proteine e lipidi; ● Conoscere le indicazioni di una dieta equilibrata ● Conoscere la distribuzione delle calorie e dei nutrienti nell'arco della giornata ● Conoscere e saper utilizzare le tabelle LARN ● Elencare le linee guida 2018 ● Conoscere il significato di Dieta Mediterranea ● Conoscere le indicazioni obbligatorie e facoltative delle etichette alimentari; ● Distinguere tra etichetta alimentare ed etichetta nutrizionale; ● Distinguere tra prodotti DOP, IGP, STG e biologici; ● Conoscere i principali materiali utilizzati nel packaging 	<p><u>I macronutrienti</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● I glucidi: aspetti generali, classificazione, fonti alimentari, funzioni e fabbisogno; ● I lipidi: aspetti generali, classificazione, fonti alimentari, funzioni e fabbisogno; ● I protidi: aspetti generali, classificazione, fonti alimentari, funzioni e fabbisogno; <p><u>I micronutrienti e l'acqua</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Le vitamine: aspetti generali, classificazione, le vitamine idrosolubili; le vitamine liposolubili, funzioni, stati di carenze e/o eccesso, fonti alimentari; ● i sali minerali: aspetti generali, classificazione, i macroelementi, i microelementi, funzioni, stati di carenza e di eccesso, fonti alimentari; ● L'acqua: caratteristiche chimico fisiche, funzioni, fabbisogno, l'acqua negli alimenti. <p><u>Digestione : (MacroUda 1)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Apparato digerente ● Il microbiota ● Digestione dei nutrienti ● Allergie e intolleranze alimentari <p><u>Dieta razionale ed equilibrata</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● la dieta equilibrata ● la distribuzione delle calorie durante la giornata ● la distribuzione dei nutrienti durante la giornata ● le tabelle LARN ● le linee guida 2018 ● la dieta mediterranea

		<p><u>Le etichette alimentari: (MacroUda 2)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● I requisiti di base delle etichette; ● Le indicazioni obbligatorie: denominazione di vendita, l'elenco degli ingredienti, il lotto di appartenenza, termine minimo di conservazione e data di scadenza, la quantità netta, l'etichetta nutrizionale; ● Le indicazioni facoltative: i marchi di qualità, l'etichetta degli alimenti da agricoltura biologica, il codice a barre. ● Certificazioni di qualità ● Il packaging
<p style="text-align: center;">3[^] Servizi di Enogastronomia</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Saper calcolare il peso ideale di un soggetto ● Saper calcolare il FET ● Saper distribuire l'energia sia tra i nutrienti che tra i pasti ● Conoscere le linee guida ● Conoscere i cinque gruppi alimentari ● Riconoscere i marchi di qualità e le loro caratteristiche ● Conoscere i principali enti che studiano gli alimenti e la nutrizione ● Risolvere semplici proporzioni e calcoli di %; ● Leggere e utilizzare le tabelle LARN; ● Calcolare le calorie di un alimento, un piatto, un menù; ● Conoscere le caratteristiche merceologiche, chimico-fisiche e nutrizionali degli alimenti studiati ● Conoscere il legame storico culturale con il territorio delle categorie alimentari analizzate ● Conoscere alcune risorse enogastronomiche del territorio 	<p><u>Alimentazione e ristorazione (MacroUda 1)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Alimenti e loro classificazione; ● Linee guida per una sana alimentazione; ● Classificazione degli alimenti in cinque gruppi; ● Alimenti e loro certificazioni; ● Prodotti tipici: DOP, IGP, STG ● PAT prodotti agroalimentari tradizionali; ● Prodotti biologici; ● Calcolo calorico e nutrizionale degli alimenti ● Enti che studiano gli alimenti e la nutrizione <p><u>Caratteristiche merceologiche, chimico-fisiche e nutrizionali di: (MacroUda 2)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● cereali e derivati; ● prodotti ortofrutticoli; ● latte e derivati; ● legumi; ● uova; ● carne; ● prodotti ittici; ● oli e grassi da condimento. <p><u>Legami storico culturali con il territorio locale e nazionale delle categorie alimentari analizzate</u></p> <p><u>Risorse enogastronomiche del territorio</u></p>

<p style="text-align: center;">3[^]</p> <p style="text-align: center;">Servizi di Sala e Vendita</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Saper calcolare il peso ideale di un soggetto ● Saper calcolare il FET ● Saper distribuire l'energia sia tra i nutrienti che tra i pasti ● Conoscere le linee guida ● Conoscere i cinque gruppi alimentari ● Riconoscere i marchi di qualità e le loro caratteristiche ● Conoscere i principali enti che studiano gli alimenti e la nutrizione. ● Risolvere semplici proporzioni e calcoli di %; ● Leggere e utilizzare le tabelle LARN; ● Calcolare le calorie di un alimento, un piatto, un menù; ● Conoscere le caratteristiche merceologiche, chimico-fisiche e nutrizionali degli alimenti studiati ● Conoscere il legame storico culturale con il territorio delle categorie alimentari analizzate ● Conoscere alcune risorse enogastronomiche del territorio 	<p><u>Alimentazione e ristorazione (MacroUda 1)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Alimenti e loro classificazione; ● Linee guida per una sana alimentazione; ● Classificazione degli alimenti in cinque gruppi; ● Enti che studiano gli alimenti e la nutrizione ● Alimenti e loro certificazioni; ● Prodotti tipici: DOP, IGP, STG ● PAT prodotti agroalimentari tradizionali; ● Prodotti biologici; ● Calcolo calorico e nutrizionale degli alimenti <p><u>Caratteristiche merceologiche, chimico-fisiche e nutrizionali di: (MacroUda 2)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● cereali e derivati ● prodotti ortofruccicoli ● latte e derivati ● bevande alcoliche: vino e birra ● bevande analcoliche ● bevande nervine ● oli e grassi da condimento <p><u>Legami storico culturali con il territorio locale e nazionale delle categorie alimentari analizzate</u></p> <p><u>Risorse enogastronomiche del territorio</u></p>
<p style="text-align: center;">4[^]</p> <p style="text-align: center;">Enogastronomia Sala e Vendita</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere le principali tecniche di conservazione con agenti fisici, chimici, chimico-fisici e biologici. ● Riconoscere le caratteristiche strutturali delle proteine, dei glucidi e dei lipidi. ● Riconoscere le funzioni nutrizionali di glucidi, lipidi e protidi. ● Descrivere le principali fasi della digestione e dell'assorbimento intestinale. 	<p><u>La conservazione degli alimenti: (MacroUda 1)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● metodi fisici ● metodi chimici e chimico-fisici ● metodi biologici <p><u>I principi nutritivi</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● la chimica dei nutrienti organici: struttura, fabbisogni, funzioni, fonti alimentari e classificazione di proteine, glucidi e lipidi; ● digestione, assorbimento intestinale e metabolismo dei nutrienti

	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere il metabolismo di carboidrati, proteine e lipidi ● Conoscere le principali modificazioni da cottura a carico dei principi nutritivi. ● Descrivere le priorità della politica europea sulla food safety ● Descrivere il concetto di qualità totale ● Individuare gli aspetti qualitativi di un prodotto. ● Riconoscere i diversi marchi di qualità dei prodotti certificati a livello europeo ● Descrivere i principali aspetti che caratterizzano i prodotti di qualità 	<p><u>Modificazioni da cottura dei nutrienti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● effetti della cottura sugli alimenti ● modificazioni a carico dei glucidi ● modificazioni a carico dei lipidi ● modificazioni a carico dei protidi ● modificazioni a carico di vitamine e sali minerali <p><u>Sicurezza e qualità alimentari: (MacroUda2)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Qualità totale ● Controllo qualità ● Autorità europea per la sicurezza alimentare ● Certificazioni di tipicità ● Sistemi di tracciabilità e rintracciabilità
<p>5[^] Enogastronomia Servizi di Sala e Vendita</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere la differenza tra FET e MB ● Saper calcolare il MB ● Saper calcolare il FET di un individuo ● Saper calcolare IMC e il peso ideale ● Conoscere la corretta distribuzione dell'energia tra i pasti e i nutrienti ● Conoscere i tre pilastri di una corretta alimentazione ● Conoscere i principali modelli alimentari ● Interpretare ed utilizzare le tabelle LARN ● Conoscere le linee guida ● Conoscere le principali tipologie dietetiche ● Conoscere le principali indicazioni dietetiche per ogni fascia di età e condizione fisiologica ● Conoscere le principali tipologie dietetiche. 	<p><u>Alimentazione equilibrata e LARN</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bioenergetica ● LARN e dieta equilibrata ● I modelli alimentari ● Linee guida per una sana alimentazione ● Le tipologie dietetiche <p><u>Alimentazione nelle diverse condizioni fisiologiche e tipologie dietetiche:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Alimentazione in gravidanza ● Alimentazione della nutrice ● Alimentazione nell'età evolutiva ● Alimentazione nella prima infanzia ● Lo svezzamento ● Alimentazione nella seconda infanzia ● Alimentazione dell'adolescente ● Alimentazione nell'età adulta ● Alimentazione nella terza età ● Alimentazione nello sport <p><u>Dieta in particolari condizioni patologiche:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Obesità ● Aterosclerosi ● Ipertensione ● Diabete

	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere le indicazioni dietetiche nelle principali condizioni patologiche. ● Saper elaborare semplici menu funzionali alle esigenze dietologiche della clientela. ● Conoscere la differenza tra contaminazioni chimiche, fisiche e biologiche. ● Conoscere i principali contaminanti chimici. ● Conoscere la struttura di batteri, virus e prioni. ● Conoscere le condizioni che favoriscono lo sviluppo dei microrganismi ● Conoscere le principali intossicazioni, tossinfezioni e infezioni alimentari. ● Conoscere le intossicazioni da muffe. ● Conoscere le principali parassitosi. ● Conoscere le norme elementari per una corretta prassi igienica. ● Conoscere le regole igieniche su cui si fonda il sistema H.A.C.C.P. ● Conoscere i contenuti della Carta di Milano. ● Sapere cos'è lo sviluppo sostenibile. ● Conoscere la doppia piramide alimentare. ● Conoscere la filiera agroalimentare ● Conoscere i marchi legati alla qualità d'origine 	<ul style="list-style-type: none"> ● Alimentazione e cancro ● Allergie e intolleranze alimentari <p><u>Sicurezza alimentare e MTA:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tipi di contaminazione ● Prioni ● Virus ● Batteri ● Le principali intossicazioni, tossinfezioni e infezioni alimentari ● Lieviti e muffe ● Intossicazioni da muffe ● Le principali parassitosi <p><u>Cenni relativi al Sistema HACCP</u></p> <p><u>Innovazioni di filiera ed evoluzione dei consumi (MacroUda unica)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● La Carta di Milano ● Lo sviluppo sostenibile ● La doppia piramide alimentare e ambientale ● Filiera agroalimentare ● Etichetta d'origine dei prodotti di qualità ● Promozione del Made in Italy ● Novel food
--	---	---