

IIS “GIOLITTI”
a.s. 2009/10
Prof.ssa BRUNO Maria Gabriella
Programmazione di Alimenti e Alimentazione
Classi III A cucina

In accordo con quanto stabilito nella riunione di Dipartimento la scrivente stabilisce i seguenti obiettivi ed argomenti del piano di lavoro annuale:

FINALITA' DELLA DISCIPLINA

Sviluppare una conoscenza alimentare in grado di attivare scelte consapevoli.

Sviluppare una visione chiara del rapporto alimentazione e salute.

Essere in grado di scegliere tra più alimenti quelli con caratteristiche simili e saper determinare il valore nutritivo dalla lettura delle etichette alimentari.

Far maturare nell'allievo, nella sua duplice veste di consumatore e di futuro professionista al servizio della comunità, un consapevole rispetto della legislazione.

OBIETTIVI GENERALI

- Saper utilizzare correttamente la terminologia specifica della disciplina.
- Conoscere le caratteristiche merceologiche di alimenti e bevande.
- Conoscere il ruolo di alimenti e bevande nella dieta.
- Saper mettere in relazione e saper applicare le conoscenze teoriche acquisite con le attività pratiche legate alla professione.
- Acquisire le capacità di consultare autonomamente fonti diverse dal testo scolastico.

OBIETTIVI SPECIFICI

- Saper eseguire il calcolo calorico.
- Saper interpretare le tabelle di composizione degli alimenti.
- Saper leggere e applicare le tabelle dei LARN.
- Conoscere le fonti, le caratteristiche merceologiche, i processi produttivi, la composizione chimica, il valore nutritivo, le tecniche di conservazione e gli aspetti legislativi degli alimenti e delle bevande.
- Saper classificare gli alimenti in base alla loro funzione.
- Saper valutare un menu dal punto di vista calorico e nutrizionale.

OBIETTIVI MINIMI

- Acquisizione ed uso corretto e coerente della terminologia di base.
- Saper eseguire il calcolo calorico.
- Conoscere le principali fasi di trasformazione degli alimenti sotto forma di diagramma di flusso, le caratteristiche merceologiche e il valore nutritivo degli alimenti di origine animale e vegetale.

PREREQUISITI

- Conoscenza dei principi nutritivi fondamentali e complementari dal punto di vista chimico e nutrizionale.
- Conoscenza delle principali tecniche di conservazione e cottura degli alimenti.
- Saper calcolare le percentuali ed impostare semplici proporzioni.

METODOLOGIA

La metodologia utilizzata per la presentazione dei contenuti si esprimerà mediante le seguenti tecniche di interventi:

- ❖ una prima parte di lezione frontale articolata in:
 - ripasso dei contenuti della lezione precedente;
 - spiegazione di nuovi contenuti;
 - formulazione schematica dei contenuti;
- ❖ una seconda parte di apprendimento attivo con domande di esercitazione di vario tipo (aperte, vero o falso, a risposta multipla, a completamento) da svolgersi in classe in piccoli gruppi, con l'utilizzo del libro di testo o altro materiale allo scopo di favorire l'acquisizione e consolidare i concetti presentati.

Gli alunni saranno informati delle finalità della materia e del suo significato nell'ambito del corso di qualifica secondo quanto stabilito nei punti precedenti, saranno altresì resi noti i criteri di valutazione. Inoltre, di volta in volta, saranno evidenziati i termini tecnico-scientifici che dovranno entrare a far parte del linguaggio specifico della disciplina.

Come supporti all'attività didattica verranno utilizzati:

- articoli a carattere divulgativo o più specialistici di riviste del settore,
- discussione per stimolare la valutazione critica e per favorire i collegamenti.

L'attività di compresenza con il collega di laboratorio di cucina tenderà soprattutto ad evidenziare come gli aspetti teorici e professionali degli stessi argomenti siano fra loro complementari. Per questo motivo i moduli riguardanti le due materie saranno sviluppati cercando di collegare gli aspetti teorici con quelli pratici, puntando soprattutto ad approfondire gli argomenti che riguardano i processi produttivi degli alimenti, aiutando gli allievi ad esprimere un giudizio critico sulle qualità merceologiche degli stessi ed a valutare correttamente l'apporto calorico e nutrizionale dei piatti e dei menù.

Si effettueranno inoltre uscite didattiche presso aziende alimentari.

MATERIALI

Come strumenti di lavoro si utilizzeranno:

- il libro di testo "Alimenti e Alimentazione" di Machado della Poseidonia;
- gli appunti;
- le fotocopie di materiale integrativo;
- articoli divulgativi o di riviste specifiche del settore;
- la formulazione di schemi e tabelle;
- applicazioni multimediali;

- laboratorio di cucina;
- visite ad aziende alimentari.

VERIFICHE E CRITERI DI VALUTAZIONE

La tipologia delle verifiche sommative comprenderà:

- verifiche orali;
- prove strutturate e semistrutturate.

Il numero delle verifiche sarà di almeno due per quadrimestre.

Per la verifica formativa si utilizzeranno domande flash, discussioni guidate, domande scritte di esercitazione alla fine di ogni unità didattica. Gli allievi saranno valutati il più frequentemente possibile per stimolare il loro impegno e la loro capacità..

La valutazione finale terrà conto, inoltre, di tutti gli interventi e della diligenza con cui verrà tenuto e utilizzato il quaderno degli appunti.

Per la valutazione si terrà conto di:

- conoscenza dei contenuti degli argomenti svolti;
- capacità di esposizione dei contenuti;
- capacità di sintesi e collegamento tra argomenti di diverse unità didattiche;
- progressione nell'apprendimento.

La valutazione complessiva si esprimerà con un voto in decimi (1/10).

CONTENUTI - UNITA' DIDATTICHE E SCANSIONE TEMPORALE

MODULO 1 : IL CALCOLO CALORICO E NUTRIZIONALE DEGLI ALIMENTI ED ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA

OBIETTIVO GENERALE: saper valutare l'apporto calorico e nutrizionale di un menu e saper calcolare la razione alimentare per un individuo sano nelle varie condizioni fisiologiche.

OBIETTIVI SPECIFICI:

- Saper interpretare le tabelle di composizione degli alimenti
- Saper eseguire un calcolo calorico.
- Saper ripartire correttamente il fabbisogno energetico giornaliero fra i macronutrienti e fra i pasti.

SETTEMBRE-OTTOBRE-NOVEMBRE

UNITA' DIDATTICA 1: (obiettivi specifici: a- b)

1.1 Le tabelle di composizione chimica degli alimenti

- 1.1.1 Parte edibile
- 1.1.2 Macronutrienti e micronutrienti
- 1.1.3 Calcolo calorico.

UNITA' DIDATTICA 2: (obiettivi specifici: c)

1.2 Alimentazione equilibrata

- 1.2.1 I cinque gruppi di alimenti
- 1.2.2 Valutazione nutrizionale di un menu
- 1.2.3 Formulazione di una dieta equilibrata.

MODULO 2 : APPROFONDIMENTO DELLA MERCEOLOGIA DEGLI ALIMENTI

OBIETTIVO GENERALE: conoscere le fonti, i sistemi di produzione, trasformazione, imballaggio e conservazione degli alimenti. Riconoscere le caratteristiche igienico sanitarie e merceologiche degli alimenti

OBIETTIVI SPECIFICI:

- a) saper descrivere le principali caratteristiche merceologiche degli alimenti di ogni gruppo
- b) conoscere la composizione chimica e il valore nutrizionale degli alimenti di ogni gruppo
- c) conoscere le principali alterazioni e modalità di conservazione degli alimenti di ogni gruppo

DICEMBRE :

UNITA' DIDATTICA 1: (obiettivi specifici: a- b- c)

2.1 Alimenti I gruppo: cereali e derivati

- 2.1.1 Il frumento
- 2.1.2 Gli sfarinati
- 2.1.3 Il pane
- 2.1.4 La pasta alimentare
- 2.1.5 Il riso
- 2.1.6 Il mais
- 2.1.7 I cereali minori

GENNAIO:

UNITA' DIDATTICA 2: (obiettivi specifici: a- b- c)

2.2 Alimenti IV gruppo: uova

- 2.2.1 Caratteri fisici e organolettici
- 2.2.2 Composizione e valore nutritivo
- 2.2.3 Classificazione merceologica
- 2.2.4 Determinazione dello stato di freschezza
- 2.2.5 Alterazioni e conservazione

FEBBRAIO:

UNITA' DIDATTICA 3: (obiettivi specifici: a- b- c)

2.3 Alimenti III gruppo: latte e derivati

- 2.3.1 Il latte: composizione e valore nutritivo, trattamenti termici, classificazione merceologica.
- 2.3.2 Lo yogurt: composizione e valore nutritivo, tecnologia di produzione, alterazioni e conservazione.
- 2.3.3 La crema di latte: composizione e valore nutritivo, tecnologia di produzione, alterazioni e conservazione.
- 2.3.4 Il formaggio: tecnologia di produzione, composizione e valore nutritivo, classificazione dei formaggi, caratteristiche merceologiche di alcuni gruppi di formaggi, difetti e alterazioni.

MARZO

UNITA' DIDATTICA 4: (obiettivi specifici: : a- b- c)

2.4 Alimenti V gruppo: oli e grassi

- 2.4.1 L'olio di oliva: caratteri organolettici, composizione e valore nutritivo, tecnologia di produzione, difetti e alterazioni.
- 2.4.2 Gli oli di semi: composizione e valore nutritivo, tecnologia di produzione.
- 2.4.3 Il burro: caratteri organolettici, composizione e valore nutritivo, tecnologia di produzione, alterazioni e conservazione.

2.4.4 La margarina: composizione e valore nutritivo, tecnologia di produzione, classificazione commerciale.

APRILE-MAGGIO

UNITA' DIDATTICA 5: (obiettivi specifici: a- b- c)

2.5 Alimenti IV gruppo: carne e pesce

2.5.1 La carne: generalità, caratteri organolettici, composizione e valore nutritivo, macellazione, classificazione.

2.5.2 I pesci: classificazione, composizione e valore nutritivo, valutazione della freschezza, alterazioni, frodi.

2.5.3 I molluschi e i crostacei: valore nutritivo, caratteri organolettici e valutazione della freschezza, commercializzazione e frodi.

UNITA' DIDATTICA 6: (obiettivi specifici: a- b- c)

2.6 Alimenti accessori e bevande: edulcoranti e prodotti dolciari, bevande alcoliche ed analcoliche

2.6.1 I dolcificanti naturali e sintetici: lo zucchero, il miele, il glucosio, il fruttosio, la saccarina l'aspartame.

2.6.2 I prodotti dolciari: pasticceria, cacao e cioccolato, i gelati.

2.6.3 Bevande alcoliche: la birra, il vino.

To, 29/10/2009

La docente:

Maria Gabriella Bruno