

I.I.S."G.GIOLITTI"-TORINO

Programmazione Modulare di "ALIMENTI e ALIMENTAZIONE"

A.S. 2009-10

Classe: III B-sala bar

Prof.ssa Cetty Brafa Musicoro

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 dell'etichetta alimentare.

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 degli alimenti e delle 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

- Acquisire un uso corretto 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 sarà:

- Lezione frontale in cui gli argomenti saranno esposti cercando, per quanto possibile il coinvolgimento degli alunni
- Lavori individuali e di gruppo

L'attività di compresenza tenderà soprattutto ad evidenziare come gli aspetti teorici e professionali degli stessi argomenti siano fra loro complementari; oltre alla base teorica comune, che verrà costruita fondamentalmente in modo schematico, il lavoro tenderà soprattutto a condurre gli allievi alla valutazione organolettica, calorica e nutrizionale dei piatti e dei menu. Si effettueranno inoltre uscite didattiche presso aziende alimentari.

STRUMENTI

Gli strumenti utilizzati per affrontare lo studio della disciplina sono:

- Libro di testo- "Alimenti e Alimentazione"-di A.machado Ed. –Poseidonia
- Gli appunti
- Fotocopie fornite dall'insegnante;
- Laboratorio di sala
- Visite guidate

VERIFICHE E VALUTAZIONE

La verifica consentirà di misurare i livelli interni di conoscenze, competenze e capacità.

L'accertamento degli apprendimenti verrà effettuato con verifiche orali e scritte e gli alunni saranno valutati il più frequentemente possibile attraverso domande flash, discussioni guidate e domande scritte di esercitazione alla fine di ogni unità didattica.

Per quanto concerne le prove di verifica scritte saranno formulati dei test strutturati comprendenti domande a risposta multipla, a risposta aperta, a risposta V/F, a completamento.

La valutazione terrà conto dei livelli di partenza, dell'impegno, della partecipazione e dell'interesse dell'alunno con riferimento ad una griglia di valutazione espressa in decimi (1/10) .

Griglia di valutazione

La griglia di valutazione predisposta per l'attribuzione dei valori numerici è la seguente:

Dieci (10)	Conoscenza completa, coordinata, ampliata; Comprendere testi e concetti diversi; espone in modo chiaro usando un linguaggio specifico; usa in modo regolare, ordinato e organizzato il materiale didattico
Otto- nove (8-9)	Conoscenza completa e approfondita; comprende testi e concetti complessi; sa esporre autonomamente e in modo scorrevole; usa in modo regolare e corretto il materiale didattico.
Sei- sette (6-7)	Conoscenza completa ma non approfondita; comprende concetti semplici; sa esporre se guidato; usa in modo regolare ma poco organizzato il materiale didattico;
quattro- cinque (4-5)	Conoscenza frammentaria e superficiale; comprensione scarsa; espone in modo stentato; usa in modo saltuario e disordinato il materiale didattico;
uno-tre (1-3)	Nessuna conoscenza e comprensione; non sa esporre; non fa uso del materiale didattico.

CONTENUTI

MODULO 1 : Elementi di dietetica

Obiettivo Generale: saper valutare l'apporto calorico e nutrizionale di un menù e saper calcolare la razione alimentare per un individuo sano

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 vari pasti

Obiettivi Minimi:

- Saper con quale frequenza è bene consumare gli alimenti contenuti nei 7 gruppi nell'arco della settimana.
- Conoscere quali sono gli alimenti che contengono i principi essenziali per il nostro organismo

U.D.1: Alimenti-

- alimenti e nutrienti
- Classificazione degli alimenti in base ai loro contenuti e principi nutritivi
- Bisogni minimi e LARN

- Le tabelle di composizione chimica degli alimenti
- Parte Edibile
- Calcolo Calorico

U.D.2: Dieta equilibrata

- Dispendio energetico
- Metabolismo basale e fabbisogno calorico
- Calcolo del peso teorico
- Dieta equilibrata
- Numero dei pasti
- La dieta Mediterranea

MODULO 2: APPROFONDIMENTO DELLA MERCEOLOGIA DEGLI ALIMENTI

Obiettivo Generale: Conoscere le fonti, i sistemi di produzione, trasformazione, imballaggio e conservazione degli alimenti.

Obiettivi Specifici:

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

U.D.1:Alimenti del I gruppo –Carne e Pesce e Uova

- La carne: generalità, caratteri organolettici, composizione e valore nutritivo, macellazione, classificazione
- Il pesce: classificazione, composizione e valore nutritivo, valutazione della freschezza, alterazioni e frodi:
- I molluschi e crostacei: valore nutritivo, caratteri organolettici e valutazione della freschezza, commercializzazione e frodi.
- Uova: caratteristiche fisiche ed organolettiche, composizione e valore nutritivo, classificazione merceologica e determinazione dello stato di freschezza, alterazioni e conservazione.

U.D.2 Alimenti del II gruppo- Latte e derivati

- Il latte: composizione e valore nutritivo, trattamenti termici, classificazione merceologica
- lo Yogurt: composizione e valore nutritivo, tecnologia di produzione, conservazione.
- La crema di latte: composizione e valore nutritivo, tecnologia di produzione, alterazioni e conservazione.
- Il formaggio: tecnologia di produzione, composizione e valore nutritivo, classificazione dei formaggi, caratteristiche merceologiche di alcuni gruppi di formaggi.

U.D. 3: Alimenti del III gruppo-Cereali e derivati

- Il frumento
- gli sfarinati
- il pane (gli ingredienti, il valore nutrizionale e la panificazione)
- la pasta (il valore nutritivo e la plastificazione)

- il riso
- il mais

U.D.4: Alimenti del V gruppo: oli e grassi

- L'olio di oliva: caratteri organolettici, composizione e valore nutritivo, tecnologia di produzione, difetti e alterazioni.
- Gli oli di semi: composizione e valore nutritivo, alterazione
- Il burro: caratteri organolettici e valore nutritivo, tecnologia di produzione, alterazioni e conservazioni
- la margarina: caratteri organolettici e valore nutritivo, tecnologia di produzione, alterazioni e conservazioni

U.D.5 : Alimenti accessori e bevande: edulcoranti e prodotti dolciari, bevande alcoliche e analcoliche

- I dolcificanti naturali e sintetici: lo zucchero, il miele, il fruttosio, la saccarina e l'aspartame.
- I prodotti dolciari: cacao e cioccolato, gelati e pasticceria
- Bevande alcoliche: la birra e il vino

Torino li, 15/10/2009

FIRMA