1) Finalità dell'insegnamento e Obiettivi di Apprendimento

Saper classificare gli alimenti in base alla funzione prevalente.
Saper descrivere le differenze e le analogie tra i diversi principi nutritivi ed indicarne la funzione nutrizionale.
Essere in grado di valutare adeguatamente i parametri utilizzati per costruire una dieta equilibrata.
Maturazione della consapevolezza delle conseguenze (malattie) causate da un'alimentazione scorretta nel nostro corpo e delle modificazioni chimiche a carico dei nutrienti negli alimenti durante la cottura.
Educazione alimentare a servizio di una dieta equilibrata: utilizzare l'alimentazione come strumento per il benessere della persona.

2) Modalità d'insegnamento e metodologie didattiche

Lezioni frontali basate sulla considerazione di casi reali, dai quali individuare i fenomeni di base trasmessi attraverso le conoscenze.
Ricerche bibliografiche.
Visione guidata di filmati e documentari.
Libro di testo anche in digitale, fotocopie, presentazioni powerpoint e schemi alla lavagna.

3) Materiali didattici e libri di testo

"Scienza e Cultura dell'Alimentazione - per la classe 4^" di Luca La Fauci.
PowerPoint e schemi.

4) Tipologia e numero di verifiche

N° 6 verifiche scritte con domande a risposta aperta; dal secondo pentamestre, verrà data, in modo semplificato, la tipologia di prova scritta simil seconda prova dell'Esame di Stato.
Interrogazioni in numero variabile.

5) Attività di recupero / individualizzazione e personalizzazione

Disponibilità di un'ora pomeridiana settimanale per eventuale potenziamento tramite esercizi di scrittura di domande argomentative, approfondimento di argomenti poco chiari, spiegazione ulteriore di lezioni perse o non comprese.

6) Pianificazione temporale delle unità didattiche (conoscenze, abilità, competenze)

Unità	Conoscenze	Abilità	Competenze	Mesi
CARBOIDRATI	Classificazione e caratteristiche, la fibra alimentare, insulina e glucagone, l'indice glicemico, il carico glicemico, il metabolismo glucidico, la respirazione cellulare, l'obesità, il diabete e l'intolleranza.	Distinguere la funzione nutrizionale dei carboidrati semplici e complessi; riconoscere i meccanismi che usiamo per produrre energia nel nostro corpo.	Saper interpretare una curva glicemica e porla in relazione ad eventuali patologie correlate.	Settembre Ottobre.
LIPIDI	Classificazione e caratteristiche, funzione e fabbisogno, gli acidi grassi saturi ed insaturi, cis e trans; la reazione di idrogenazione. Digestione, assorbimento e trasporto dei lipidi, il catabolismo dei lipidi, il colesterolo. Il punto di fumo e i lipidi in cottura. Analisi della composizione di acidi grassi presenti in vari lipidi di origine animale e vegetale. Le frodi alimentari associate.	Distinguere le caratteristiche di un acido grasso saturo ed insaturo e riconoscere gli alimenti che li contengono. Riconoscere le proprietà nutrizionali dei lipidi.	Saper riconoscere i meccanismi attraverso i quali il nostro corpo veicola i lipidi e le malattie ad esse correlate.	Ottobre, Novembre.
PROTIDI	Struttura, classificazione e funzione. Gli amminoacidi. L'amminoacido limitante, la denaturazione proteica, il valore biologico di una proteina. Come bilanciare	Riconoscere gli alimenti che contengono le proteine ed il loro valore biologico.	Saper bilanciare il fabbisogno proteico in relazione a specifiche necessità	Novembre, Dicembre.

	una dieta. Il catabolismo delle proteine.		dietologiche. Saper associare le trasformazioni a livello proteico sugli alimenti	
VITAMINE E SALI MINERALI	Classificazione e funzioni. Malattie correlate.	Riconoscere gli alimenti che contengono vitamine e sali minerali.	Riconoscere l'importanza della loro assunzione a livello di salute.	Gennaio.
L'ACQUA, LE BEVANDE ANALCOLICHE E NERVINE	L'acqua destinata al consumo umano, proprietà e funzioni dell'acqua nell'organismo, fabbisogno idrico giornaliero. Contaminazioni ed etichettatura. Le bevande analcoliche e le frodi alimentari. Le bevande nervine: caffè e tè. Aspetti nutrizionali. Gli effetti delle sostanze eccitanti sulla salute.	Riconoscere i criteri di idoneità di un'acqua destinata al consumo umano; riconoscere gli aspetti nutrizionali delle bevande analcoliche e nervine.	Saper bilanciare, in una dieta, il consumo di bevande analcoliche e nervine, riconoscendo gli effetti di quest'ultime sulla salute.	Febbraio.
LE BEVANDE ALCOLICHE	Storia del vino, il profilo nutrizionale, la produzione, la fermentazione. L'etanolo e il metabolismo dell'etanolo. Le bevande alcoliche distillate e conseguenze sulla salute.	Saper individuare le caratteristiche nutrizionali e merceologiche delle bevande.	Riconoscere gli effetti dell'alcol sulla salute.	Febbraio, Marzo.
PRINCIPI DI DIETOTERAPIA	Dieta equilibrata, i parametri da calcolare, valutazione dello stato nutrizionale, la valutazione	Saper impostare una dieta equilibrata.	Saper utilizzare e analizzare i vari parametri per	Aprile, Maggio.

	della composizione corporea, il bilancio energetico, la valutazione del dispendio energetico, come impostare una dieta equilibrata. Il metabolismo.		impostare una dieta equilibrata.	

Educazione civica:

- Disturbi del comportamento alimentare: spiegazione scientifica. Visione film "fino all'osso".
- Le droghe: spiegazione e visione video di testimonianze.

7) Obiettivi minimi

Conoscere i principi nutritivi e saperli collocare all'interno della dieta mediterranea.
Conoscere il metabolismo dei principi nutritivi e come vengono utilizzati per ottenere energia dal nostro corpo.
Conoscere le patologie associate ad un'alimentazione non corretta.
Conoscere quali sono i parametri che formano la base per una dieta equilibrata.

Noventa Padovana (PD), 31/10/2022

La Docente
Giulia Friso

GRIGLIA DI VALUTAZIONE - PROVA SCRITTA TRIENNIO

Per ciascuna domanda non risposta, verrà attribuito un punteggio pari a 0/10.

INDICATORI	DESCRITTORI	VALUTAZIONE
Conoscenza	Conoscenza assente o quasi assente in merito al contesto preso in esame.	3
	Conoscenza carente e/o frammentaria degli argomenti.	4
	Conoscenza incompleta e incerta degli argomenti.	5
	Conoscenza minima acquisita sulla base degli obiettivi minimi prefissati.	6
	Conoscenza adeguata degli argomenti, pur con qualche lieve incertezza.	7
	Conoscenza completa degli argomenti.	8
	Conoscenza sicura e completa degli argomenti.	9
	Conoscenza sicura, completa e approfondita degli argomenti, integrati con un apporto personale.	10
Comprensione degli argomenti trattati	Comprensione assente e/o limitata degli argomenti trattati; non soddisfatte le richieste della consegna.	3 – 4
	Comprensione parziale e/o lieve del quesito posto; parzialmente soddisfatte le richieste della consegna.	5
	Comprensione essenziale sulla base degli obiettivi minimi prefissati; non del tutto soddisfatte le richieste della consegna.	6
	Comprensione corretta del quesito posto; a tratti soddisfatte le richieste della consegna.	7
	Comprensione buona del quesito posto; soddisfatte le richieste della consegna.	8
	Comprensione ottima dei quesiti posti; soddisfatte le richieste della consegna.	9
	Comprensione eccellente di tutti gli argomenti trattati, soddisfando completamente le richieste della consegna	10
Linguaggio tecnico-scientifico	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico gravemente scorretto, impreciso e limitato;	3
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico scorretto e/o impreciso;	4
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico impreciso e a tratti limitato nelle scelte;	5
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico semplice ed essenziale;	6
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico adeguato;	7
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico corretto e appropriato;	8
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico corretto, appropriato e sicuro;	9
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico corretto, appropriato e ricco nell'utilizzo dei termini specifici;	10
Rielaborazione critica	Rielaborazione e padronanza dei contenuti assente e di risoluzione dei problemi proposti quasi nulla.	3
	Rielaborazione scarsa, confusa e padronanza quasi assente dei contenuti; risoluzione dei problemi proposti gravemente limitata.	4
	Rielaborazione frammentaria e incerta dei contenuti; limitata la risoluzione dei problemi proposti.	5
	Rielaborazione essenziale dei contenuti con minima capacità di analisi e di risoluzione dei problemi proposti.	6
	Rielaborazione adeguata dei contenuti, con una discreta capacità di analisi e di risoluzione dei problemi proposti adeguata.	7
	Rielaborazione buona dei contenuti, con una corretta capacità di analisi e di risoluzione dei problemi proposti soddisfacente.	8
	Rielaborazione efficace dei contenuti con collegamenti sicuri con risoluzione dei problemi rilevati più che soddisfacente.	9
	Rielaborazione eccellente e approfondita dei contenuti, con collegamenti consoni e pertinenti e con risoluzione dei problemi rilevati ottimale e approfondita.	10

Totale: /10.

GRIGLIA DI VALUTAZIONE - Prova Orale

INDICATORI	DESCRITTORI	VALUTAZIONE
Conoscenza	Conoscenza assente o quasi assente in merito al contesto preso in esame.	3
	Conoscenza carente e/o frammentaria degli argomenti.	4
	Conoscenza incompleta e incerta degli argomenti.	5
	Conoscenza minima acquisita sulla base degli obiettivi minimi prefissati.	6
	Conoscenza adeguata degli argomenti, pur con qualche lieve incertezza.	7
	Conoscenza completa degli argomenti.	8
	Conoscenza sicura e completa degli argomenti.	9
	Conoscenza sicura, completa e approfondita degli argomenti, integrati con un apporto personale.	10
Linguaggio tecnico-scientifico ed esposizione	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico gravemente scorretto, impreciso e limitato; esposizione assente	3
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico scorretto e/o impreciso; esposizione difficoltosa con numerosi o gravi errori	4
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico impreciso e a tratti limitato nelle scelte; esposizione difficoltosa e/o confusa	5
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico semplice ed essenziale; esposizione basilare	6
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico adeguato; esposizione chiara, corretta e solo con qualche lieve improprietà	7
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico corretto e appropriato; esposizione chiara e corretta	8
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico corretto, appropriato e sicuro; esposizione chiara, corretta e organica	9
	Utilizzo del linguaggio tecnico-scientifico corretto, appropriato e ricco nell'utilizzo dei termini specifici; esposizione chiara, corretta, organica e sicura	10
Rielaborazione critica	Rielaborazione e padronanza dei contenuti assente e di risoluzione dei problemi proposti quasi nulla.	3
	Rielaborazione scarsa, confusa e padronanza quasi assente dei contenuti; risoluzione dei problemi proposti gravemente limitata.	4
	Rielaborazione frammentaria e incerta dei contenuti; limitata la risoluzione dei problemi proposti.	5
	Rielaborazione essenziale dei contenuti con minima capacità di analisi e di risoluzione dei problemi proposti.	6
	Rielaborazione adeguata dei contenuti, con una discreta capacità di analisi e di risoluzione dei problemi proposti adeguata.	7
	Rielaborazione buona dei contenuti, con una corretta capacità di analisi e di risoluzione dei problemi proposti soddisfacente.	8
	Rielaborazione efficace dei contenuti con collegamenti sicuri con risoluzione dei problemi rilevati più che soddisfacente.	9
	Rielaborazione eccellente e approfondita dei contenuti, con collegamenti consoni e pertinenti e con risoluzione dei problemi rilevati ottimale e approfondita.	10