



**Programmazione individuale per competenze**

**Anno Scolastico 2022/2023**

**Classe: 2° ALBERGHIERO ECOGASTOMIA E ACCOGLIENZA**  
**Materia: SCIENZE DEGLI ALIMENTI**

**Competenze di base da sviluppare durante l'anno (riferite all'asse e alle indicazioni nazionali)**

- Conoscere il funzionamento dei processi digestivi e metabolici
- Conoscere i principi di dietologia
- Saper valutare la composizione corporea e il bilancio energetico
- Conoscere i consumi e le abitudini alimentari
- Conoscere i principi di dietetica
- Conoscere i disturbi alimentari
- Conoscere le intolleranze alimentari
- Riconoscere i rischi dell'uso e abuso di alcolici

**Abilità di base da sviluppare durante l'anno (riferite all'asse e alle indicazioni nazionali)**

Descrivere differenze ed analogie tra i diversi principi nutritivi ed indicarne la funzione nutrizionale.

Indicare i criteri per un'alimentazione equilibrata e metterla in relazione con la salute.

Interpretare dati e documenti utilizzati in campo alimentare.

**Contenuti disciplinari (Indicati secondo unità di apprendimento)**

**Primo Quadrimestre**

**Principi nutritivi e alimenti**

Glucidi

Protidi

Lipidi

Vitamine alimentari

Alimenti e Acqua

### **L'apparato digerente**

Digestione, assorbimento, assimilazione

Apparato digerente e digestione

### **Metabolismo energetico e peso corporeo**

Metabolismo e bioenergetica

Dispendio energetico – Metodi per misurare il dispendio energetico

## **Secondo Quadrimestre**

Alimentazione equilibrata

Alimentazione e salute

Alimentazione e nutrizione

Dieta equilibrata

Dieta mediterranea

### **Alimentazione e malattie correlate**

Principi di dietetica

Disturbi dell'alimentazione

Obesità

### **Le bevande**

Le acque ad uso umano

Acqua potabile

Acqua di sorgente e acque minerali naturali

Bevande analcoliche

Bevande nervine

Bevande alcoliche

### **Obiettivi minimi per il recupero declinato per ogni unità di apprendimento**

- Saper individuare i vari organi che compongono l'apparato digerente e la loro funzione
- Conoscenza delle caratteristiche delle diverse diete
- Saper classificare gli alimenti
- Saper riconoscere la classificazione delle bevande

Bergamo, li 31 ottobre 2022