

Unità	Obiettivi di apprendimento	
	Conoscenze (i nuclei fondamentali sono indicati in grassetto)	Abilità (gli obiettivi minimi sono indicati in grassetto)
<b>1. Alimenti e cultura alimentare</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Alimentazione e nutrizione.</b></li> <li>• <b>Classificazione degli alimenti.</b></li> <li>• Peso corporeo.</li> <li>• <b>Dieta equilibrata.</b></li> <li>• <b>Ripartizione dei nutrienti e Linee guida alimentari.</b></li> <li>• <b>Calcolo calorico-nutrizionale di alimenti e bevande.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Saper classificare gli alimenti e valutare i criteri per realizzare una dieta equilibrata.</b></li> <li>• <b>Ripartire correttamente i nutrienti nella dieta di un adulto o adolescente e riconoscere le Linee guida alimentari.</b></li> <li>• <b>Saper usare le formule e le App per il calcolo calorico-nutrizionale di alimenti e bevande.</b></li> </ul>
<b>2. Filiera, qualità e analisi sensoriale degli alimenti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Filiera agroalimentare.</b></li> <li>• <b>Tracciabilità e rintracciabilità degli alimenti.</b></li> <li>• <b>Qualità totale.</b></li> <li>• <b>Certificazioni di qualità e d'origine.</b></li> <li>• Standard internazionali ISO.</li> <li>• Controllo di qualità.</li> <li>• <b>Etichettatura dei prodotti alimentari.</b></li> <li>• <b>Valutazione sensoriale del cibo.</b></li> <li>• <b>Elementi dell'analisi sensoriale: analisi visiva, olfattiva e gustativa.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Riconoscere i criteri di tracciabilità e rintracciabilità di filiera agroalimentare.</b></li> <li>• <b>Individuare i fattori che concorrono alla qualità totale.</b></li> <li>• <b>Riconoscere i certificati di qualità e d'origine.</b></li> <li>• Elencare gli Istituti preposti al controllo di qualità.</li> <li>• <b>Saper leggere una etichetta alimentare.</b></li> <li>• <b>Saper valutare dal punto di vista sensoriale un alimento.</b></li> <li>• Riconoscere i sapori primari del cibo.</li> </ul>
<b>3. Cereali e derivati, tuberi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Classificazione dei cereali.</b></li> <li>• <b>Il frumento: struttura e composizione del chicco.</b></li> <li>• Molitura e sfarinati di frumento.</li> <li>• <b>Panificazione: il pane e il suo valore nutritivo.</b></li> <li>• <b>Pastificazione: la pasta e il suo valore nutritivo.</b></li> <li>• <b>Riso: varietà commerciali e valore nutritivo.</b></li> <li>• <b>Mais: derivati del mais e valore nutritivo.</b></li> <li>• Cereali minori e pseudocereali: orzo, avena, segale, miglio, grano saraceno, quinoa, amaranto.</li> <li>• <b>Tuberi: patata, patata dolce, topinambur, manioca.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Saper distinguere e classificare i vari tipi cereali.</b></li> <li>• <b>Saper definire le parti che compongono il chicco di frumento.</b></li> <li>• Saper riconoscere e classificare gli sfarinati di frumento.</li> <li>• <b>Riconoscere le fasi della panificazione e il valore nutritivo del pane.</b></li> <li>• <b>Riconoscere le fasi della pastificazione e il valore nutritivo della pasta.</b></li> <li>• <b>Riconoscere le varietà di riso e valutare il valore nutritivo.</b></li> <li>• <b>Riconoscere i derivati del mais e il loro valore nutritivo.</b></li> <li>• Riconoscere le caratteristiche dei cereali minori e pseudocereali.</li> <li>• <b>Riconoscere le caratteristiche dei tuberi e il loro valore nutritivo.</b></li> </ul>
<b>4. Ortaggi, frutta, legumi, funghi, erbe aromatiche e spezie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ortaggi: classificazione e calendario.</b></li> <li>• Ortaggi di gamma.</li> <li>• Cottura delle verdure.</li> <li>• <b>Valore nutritivo degli ortaggi.</b></li> <li>• <b>Frutta: classificazione e calendario.</b></li> <li>• Frutta esotica e conservazione della frutta.</li> <li>• <b>Valore nutritivo della frutta.</b></li> <li>• <b>Legumi: classificazione e valore nutritivo.</b></li> <li>• Funghi: entità commestibili e velenose.</li> <li>• Valore nutritivo dei funghi.</li> <li>• Erbe aromatiche: caratteristiche generali.</li> <li>• Spezie: caratteristiche generali.</li> <li>• Erbe fitoalimurgiche.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Riconoscere i vari tipi di ortaggi e il loro calendario di raccolta.</b></li> <li>• Riconoscere alcune verdure DOP e IGP.</li> <li>• Individuare le principali gamme orticole.</li> <li>• <b>Saper calcolare il valore nutritivo delle verdure.</b></li> <li>• <b>Riconoscere i vari tipi di frutta e il loro calendario di raccolta.</b></li> <li>• Riconoscere alcuni tipi di frutta DOP e IGP.</li> <li>• <b>Saper calcolare il valore nutritivo della frutta.</b></li> <li>• <b>Riconoscere le varie specie di legumi.</b></li> <li>• <b>Saper calcolare il valore nutritivo dei legumi.</b></li> <li>• Saper distinguere i principali funghi commestibili da quelli velenosi.</li> <li>• Saper valutare il valore nutritivo dei funghi.</li> <li>• Riconoscere le principali delle erbe aromatiche, delle spezie e delle erbe fitoalimurgiche.</li> </ul>

<p><b>5. Latte e derivati</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Definizione del latte e sua composizione.</b></li> <li>• Tecnologia produttiva del latte: risanamento, omogeneizzazione, pastorizzazione, sterilizzazione, ecc.</li> <li>• <b>Classificazione dei vari tipi di latte.</b></li> <li>• <b>Valore nutritivo del latte.</b></li> <li>• <b>Yogurt: tecnologia produttiva.</b></li> <li>• I tipi di yogurt commerciali.</li> <li>• <b>Valore nutritivo dello yogurt.</b></li> <li>• <b>Formaggi: tecnologia produttiva.</b></li> <li>• <b>Classificazione dei formaggi.</b></li> <li>• Conservazione dei formaggi.</li> <li>• <b>Valore nutritivo dei formaggi.</b></li> <li>• I formaggi DOP in Italia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Riconoscere la composizione del latte anche dalla lettura nutrizionale di una confezione.</b></li> <li>• <b>Riconoscere i vari tipi di latte commerciali.</b></li> <li>• <b>Valutare il valore nutritivo del latte anche in associazione con altri alimenti (es. biscotti, ...)</b></li> <li>• <b>Saper individuare la tecnologia produttiva dello yogurt.</b></li> <li>• Indicare le caratteristiche degli yogurt probiotici.</li> <li>• <b>Riconoscere il valore nutritivo dello yogurt.</b></li> <li>• <b>Saper definire il sistema produttivo dei formaggi e la loro classificazione.</b></li> <li>• <b>Riconoscere il ruolo dei formaggi in una alimentazione equilibrata.</b></li> <li>• Indicare le principali qualità di formaggi italiani.</li> </ul>
<p><b>6. Carne, pesci e uova</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Carne, tessuti muscolari e annessi.</b></li> <li>• La macellazione.</li> <li>• <b>Classificazione merceologica.</b></li> <li>• <b>Frollatura, conservazione e valore nutritivo della carne.</b></li> <li>• Cottura della carne.</li> <li>• <b>Prodotti di salumeria.</b></li> <li>• <b>Valore nutritivo dei salumi.</b></li> <li>• <b>Pesci e loro classificazione.</b></li> <li>• <b>Valutazione della freschezza dei pesci e del valore nutritivo.</b></li> <li>• Cottura dei pesci.</li> <li>• Molluschi; crostacei; echinodermi.</li> <li>• <b>Uova: Struttura e composizione.</b></li> <li>• Sistemi di allevamento, classificazione ed etichettatura.</li> <li>• <b>Valutazione della freschezza e valore nutritivo delle uova.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Riconoscere il colore, la finezza e grana della carne.</b></li> <li>• Saper distinguere le fasi della macellazione.</li> <li>• <b>Riconoscere la classificazione merceologica della carne.</b></li> <li>• <b>Saper valutare il valore nutritivo della carne.</b></li> <li>• Individuare i processi di trasformazione con la cottura della carne.</li> <li>• <b>Riconoscere le principali tipologie di salumi ed il loro valore nutritivo.</b></li> <li>• <b>Individuare le principali categorie di pesci e saper valutare la loro freschezza.</b></li> <li>• Riconoscere i vari tipi di cottura dei pesci.</li> <li>• Riconoscere i molluschi, i crostacei, gli echinodermi.</li> <li>• <b>Saper distinguere la struttura e composizione delle uova.</b></li> <li>• <b>Saper valutare la freschezza delle uova e il loro valore nutritivo.</b></li> </ul>
<p><b>7. Oli e grassi</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Classificazione dei lipidi alimentari.</b></li> <li>• <b>Olio d'oliva e metodi produttivi.</b></li> <li>• Rettificazione dell'olio d'oliva.</li> <li>• <b>Classificazione dell'olio d'oliva.</b></li> <li>• <b>Valore nutritivo dell'olio d'oliva.</b></li> <li>• <b>Oli di semi e sistema produttivo.</b></li> <li>• <b>Oli di semi e valore nutritivo.</b></li> <li>• La frittura.</li> <li>• Grassi vegetali (olio di cocco, di palma, burro di cacao).</li> <li>• <b>Margarina e valore nutritivo.</b></li> <li>• Grassi idrogenati.</li> <li>• <b>Burro: sistema produttivo e valore nutritivo.</b></li> <li>• Panna.</li> <li>• Lardo; Pancetta; Strutto; Sugna e sego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Distinguere i vari alimenti ricchi di grassi.</b></li> <li>• <b>Saper individuare il metodo produttivo migliore per un olio d'oliva di qualità.</b></li> <li>• <b>Saper leggere l'etichetta di un olio d'oliva e valutare il relativo valore nutritivo.</b></li> <li>• <b>Riconoscere le principali tipologie di oli di semi ed il relativo valore nutritivo.</b></li> <li>• Saper scegliere il tipo di olio che meglio si adatta alla frittura.</li> <li>• Descrivere le caratteristiche merceologiche dei principali grassi vegetali.</li> <li>• <b>Riconoscere il sistema produttivo della margarina ed il relativo valore nutritivo.</b></li> <li>• <b>Riconoscere il sistema produttivo del burro ed il relativo valore nutritivo.</b></li> <li>• Saper descrivere il ruolo della panna e di altri grassi animali in una dieta equilibrata.</li> </ul>

	Argomento	Conoscenze	Abilità
<b>Modulo n. 4 UdA Rispetto delle norme</b>	Giovani e alimentazione	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le abitudini alimentari;</li> <li>• fast food e junk food;</li> <li>• il consumatore e le nuove tendenze di consumo;</li> <li>• la dieta ottimale dell'adolescente e i sani stili di vita;</li> <li>• la distribuzione giornaliera di energia e nutrienti nell'adolescente;</li> <li>• le malnutrizioni (malnutrizione proteico-calorica; obesità)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrivere come si consolidano le abitudini alimentari.</li> <li>• Individuare le caratteristiche principali dei modelli più diffusi in America e in Italia;</li> <li>• Interpretare dati e documenti</li> </ul>
<b>Modulo n. 5 Educazione Civica</b>	Il Rispetto delle Norme	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Igiene nella ristorazione: ambienti di lavoro e personale (OSA).</b></li> <li>• <b>Sistema HACCP</b></li> <li>• <b>GMP e GHP</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Indicare i requisiti d'igiene degli ambienti di lavoro e della persona.</b></li> <li>• <b>Saper applicare un sistema HACCP elementare.</b></li> <li>• Distinguere GMP, GHP da pratiche inadeguate</li> </ul>