

PAESE CHE VAI ...

Alimenti che trovi

2

Piatti che trovi

4

Dieta che trovi

La dieta mediterranea: patrimonio dell'Unesco

6

Pasti che trovi

I pasti principali nella tradizione italiana

8



IN OGNI SEZIONE DI OGNI UDA

PER TE PER TUTTI

- Ascolta in italiano
- Leggi in arabo, cinese, inglese, rumeno, ucraino

IMPARO CON ...

Il video, i media, l'inglese, ecc.

- Apprendimento attivo / Flipped learning
- Lavoro cooperativo / in classe a gruppi

COMPETENZE IN GIOCO








Audio, Video, Giochi interattivi

SCEGLI LE PAROLE

Giochi enigmistici

UDA


Sicurezza alimentare e sistema HACCP

	MATERIALI PER UN BRAINSTORMING IN COMPRESENZA	11		Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	40
SEZIONE 1			SEZIONE 2		
Pericoli biologici, fisici e chimici			Igiene nella ristorazione e sistema HACCP		
	POWERPOINT PERCORSO AGILE	14		POWERPOINT PERCORSO AGILE	44
	Alimenti	14		Igiene del personale	44
	Pericoli biologici, fisici, chimici	15		Igiene dei locali	46
	Microrganismi	16		Igiene delle attrezzature	49
	Classificazione dei microrganismi	17		Operazioni di sanificazione	50
	Virus	18		Sistema di controllo HACCP	52
	Batteri	19		I 7 principi dell'HACCP	53
	Funghi microscopici: muffe e lieviti	22	COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...		
	Crescita dei microrganismi	24	● Laboratorio enogastronomia	La sanificazione delle superfici	51
	Tossinfezioni alimentari	28	● Laboratorio enogastronomia	I diagrammi di flusso e l'HACCP	54
	Principali batteri responsabili delle tossinfezioni	30	● Laboratorio enogastronomia	Ispettori sanitari nella cucina di un ristorante	58
	Altri pericoli biologici	33	COMPITO DI REALTÀ		
	Principali batteri patogeni trasmessi per via alimentare	34		Federico, cuoco alle prime armi	60
COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...				Mi preparo per la verifica sulla Sezione 2	
● Matematica/Scienze	Moltiplicazione dei batteri in un alimento	26		Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	62
● Laboratorio enogastronomia	Errori in cucina che favoriscono la diffusione dei microrganismi	27		Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	64
COMPITO DI REALTÀ				EDUCAZIONE CIVICA	
	Ilaria ed Elton e il ristorante etnico	35		Cambiamenti climatici e sicurezza alimentare	66
	Mi preparo per la verifica sulla Sezione 1			Mi preparo per la verifica 1 di Educazione civica	71
	Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	38			

Principi nutritivi

 MATERIALI PER UN BRAINSTORMING IN COMPRESENZA 73

SEZIONE 3 Concetti fondamentali di chimica

 POWERPOINT PERCORSO AGILE 76

- Materia 76
- Stati di aggregazione della materia 78
- Sostanze pure: elementi e composti 79
- Tavola periodica degli elementi 80
- Atomi e molecole 81
- Numero e peso atomico 82
- Legami chimici 83
- Formule chimiche 84
- Reazioni chimiche 85
- Soluzioni 86
- Acidi, basi e sali 87
- pH 88
- Chimica organica 89
- Gruppo funzionale 90
- Molecole biologiche 91

COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio enogastronomia**
La chimica della cipolla 92

COMPITO DI REALTÀ

Monica e il cavolo rosso 93

Mi preparo per la verifica sulla Sezione 3


 Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE 96

 Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI 98



SEZIONE 4

I glucidi

 POWERPOINT PERCORSO AGILE 102

- I glucidi e la fotosintesi 102
- Struttura e classificazione dei glucidi 103
- Monosaccaridi 104
- Disaccaridi 105
- Polisaccaridi 106
- Funzioni dei glucidi 108
- Apporto giornaliero di glucidi 109
- Consigli e informazioni su: i glucidi 110

COMPITO DI REALTÀ

Dana e le diete *low carb* 111


Mi preparo per la verifica sulla Sezione 4

 Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE 114

 Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI 116

SEZIONE 5

Le proteine

 POWERPOINT PERCORSO AGILE 120

- Proteine 120
- Amminoacidi 121
- Legame peptidico 123
- Struttura delle proteine 124
- Classificazione delle proteine 126
- Denaturazione proteica 128
- Enzimi 129
- Funzioni delle proteine 130
- Apporto giornaliero di proteine 131
- Proteine e sostenibilità 131
- Consigli e informazioni su: i protidi 132

COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio enogastronomia**
Gli amminoacidi essenziali nel piatto 122

COMPITO DI REALTÀ

La dieta raccomandata a Rosa 133


Mi preparo per la verifica sulla Sezione 5

 Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE 136

 Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI 138

SEZIONE 6

I lipidi

	POWERPOINT PERCORSO AGILE	142
	Lipidi	142
	Acidi grassi	143
	Acidi grassi omega-3 e omega-6	144
	Acidi grassi trans	144
	Trigliceridi	146
	Steroidi	148
	Lipidi complessi	149
	Funzioni dei lipidi	150
	Apporto giornaliero di lipidi	151
	Consigli e informazioni su: i lipidi	152


COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio enogastronomia**
Gli acidi grassi essenziali nel piatto 145

COMPITO DI REALTÀ

Mario e il colesterolo ematico 153


Mi preparo per la verifica sulla Sezione 6

	Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	156
--	---	-----

	Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	158
---	--	-----

SEZIONE 7

Le vitamine e i fitonutrienti

	POWERPOINT PERCORSO AGILE	162
	Caratteristiche delle vitamine	162
	Classificazione delle vitamine	163
	Vitamine idrosolubili	164
	Vitamine liposolubili	168
	Fitonutrienti	169
	Le carenze vitaminiche. I fitonutrienti	170

COMPITO DI REALTÀ

Noemi è infermiera pediatrica in Africa 172


Mi preparo per la verifica sulla Sezione 7

	Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	174
---	---	-----

	Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	176
---	--	-----

SEZIONE 8

L'acqua e i sali minerali

	POWERPOINT PERCORSO AGILE	180
	Caratteristiche fisico-chimiche dell'acqua	180
	Ciclo dell'acqua	181
	Acqua e nutrizione	182
	Aspetti generali e funzioni dei sali minerali	184
	Classificazione dei sali minerali	185
	Principali macroelementi	186
	Principali microelementi	188
	Le carenze saliniche	189

COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio Bar-Sala e vendita**
I cocktail analcolici nel bicchiere 191
- **Laboratorio enogastronomia**
I macronutrienti nel piatto e l'impronta idrica 192

COMPITO DI REALTÀ

Silvia e Claudio hanno adottato una bambina 190

Mi preparo per la verifica sulla Sezione 8

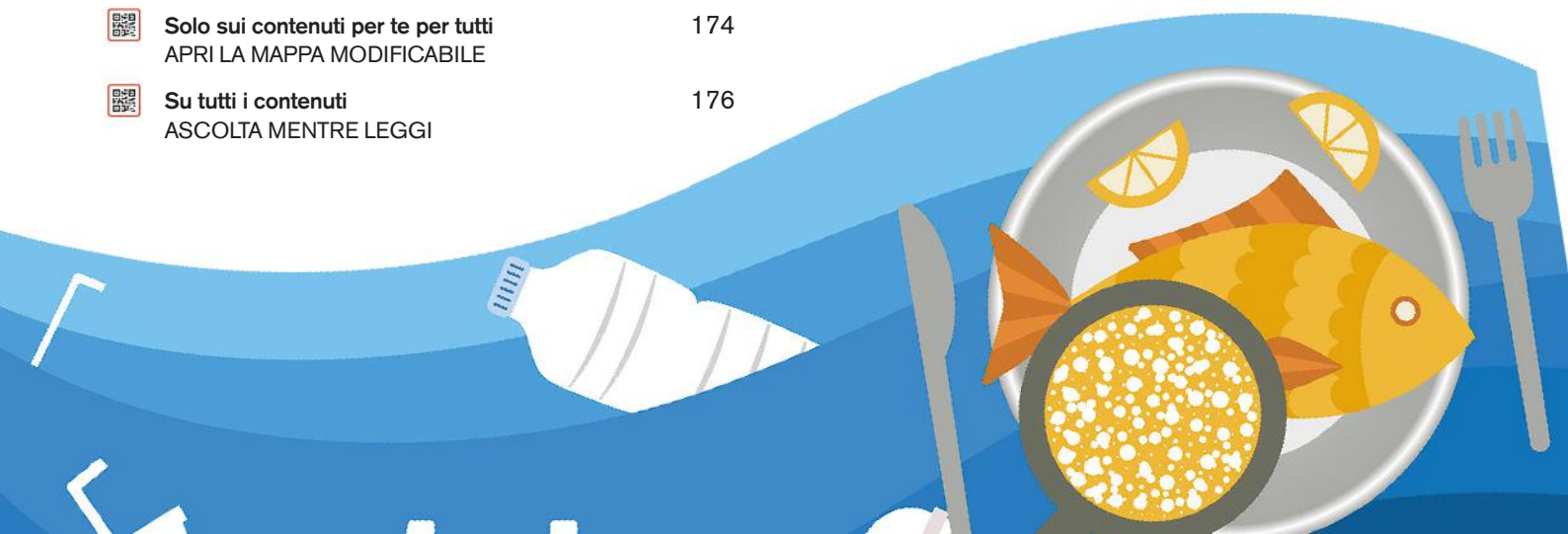
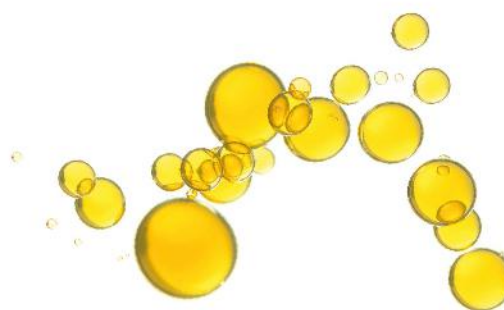
	Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	196
--	---	-----

	Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	198
---	--	-----

EDUCAZIONE CIVICA


**Nuove fonti di proteine
per un'alimentazione sostenibile** 200

Mi preparo per la verifica 2 di Educazione civica 205






UDA **Alimentazione e salute**

 MATERIALI PER UN BRAINSTORMING IN COMPRESENZA 207

SEZIONE 9
L'apparato digerente

 POWERPOINT PERCORSO AGILE 210

Digestione, assorbimento, assimilazione 210

Organizzazione dell'apparato digerente 211

Cavità orale 212

Faringe ed esofago 214

Stomaco 215

Intestino tenue 216

Intestino crasso 217

Fegato 218

Pancreas 219

Digestione e assorbimento dei nutrienti 220

La digestione in breve 222

Le patologie dell'apparato digerente 223

Gli otto alimenti top della salute 224

COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio enogastronomia**
I piatti sani e gustosi del Made in Italy: sono tutti ugualmente digeribili? 226

COMPITO DI REALTÀ


Alan ha un forte mal di denti 225

Mi preparo per la verifica sulla Sezione 9

 Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE 230

 Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI 232

SEZIONE 10
Metabolismo energetico e peso corporeo

 POWERPOINT PERCORSO AGILE 236

Metabolismo e bioenergetica 236

Energia degli alimenti 238

Dispendio energetico 239

Metodi per misurare il dispendio energetico 240

Fabbisogno energetico 241

Bilancio energetico 244

Peso corporeo 245

Quante calorie assumere ogni giorno 248

Come misurare l'attività fisica 249

COMPITO DI REALTÀ

Un'indagine a scuola sull'IMC degli alunni 250

 **Mi preparo per la verifica sulla Sezione 10**


Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE 252

 Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI 254



SEZIONE 11

Alimentazione equilibrata

 POWERPOINT PERCORSO AGILE	258
Alimentazione e salute	258
Alimentazione e nutrizione	259
Dieta equilibrata	262
Le Linee Guida per una sana alimentazione	264
Dieta mediterranea	268
Dieta del lattante	270
Dieta nell'età prescolare e scolare	272
Dieta nell'adolescenza	273
Dieta nell'adulto e nella terza età	275
Dieta durante la gravidanza	276
Dieta della nutrice	277

COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio enogastronomia**
I piatti sani e gustosi del **Made in Italy:**
un patrimonio culturale 260

COMPITO DI REALTÀ

Dieta mediterranea e adolescenti 274


Mi preparo per la verifica sulla Sezione 11

 Solo sui contenuti per te per tutti
APRI LA MAPPA MODIFICABILE 280

 Su tutti i contenuti
ASCOLTA MENTRE LEGGI 282

SEZIONE 12

Alimentazione e malattie correlate

 POWERPOINT PERCORSO AGILE	286
Dietoterapia	286
Obesità	287
Malnutrizioni	290
Disturbi alimentari	292
Allergie e intolleranze alimentari	294
Malattie cardiovascolari	296
Aterosclerosi	297
Iipertensione	298
Diabete mellito	300
Alimentazione e tumori	302
Alimentazione e malattie croniche	304

COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio enogastronomia**
La sostenibilità nel piatto 306

COMPITO DI REALTÀ

Marta ha problemi di salute 305

Mi preparo per la verifica sulla Sezione 12

 Solo sui contenuti per te per tutti
APRI LA MAPPA MODIFICABILE 310

 Su tutti i contenuti
ASCOLTA MENTRE LEGGI 312

EDUCAZIONE CIVICA

Multiculturalità a tavola 314

Mi preparo per la verifica 3 di Educazione civica 319




I prodotti agroalimentari e la filiera

	MATERIALI PER UN BRAINSTORMING IN COMPRESENZA	321
---	---	-----

SEZIONE 13



Gli alimenti e la filiera

	POWERPOINT PERCORSO AGILE	324
	Filiera alimentare	324
	Tracciabilità e rintracciabilità della filiera	325
	Classificazione degli alimenti	326
	I 5 gruppi di alimenti	328
	Qualità degli alimenti	329
	Caratteristiche organolettiche degli alimenti	330
	Analisi sensoriale	332

COMPITO DI REALTÀ


	Loris e la rintracciabilità di filiera	333
--	--	-----

Mi preparo per la verifica sulla Sezione 13

	Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	336
	Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	338

SEZIONE 14



Le bevande

	POWERPOINT PERCORSO AGILE	342
	Le acque ad uso umano	342
	Durezza delle acque	343
	Potabilizzazione delle acque	344
	Acque potabili	345
	Acque di sorgente	346
	Acque minerali naturali	346
	Classificazione delle acque minerali	347
	Bevande analcoliche	348
	Bevande nervine	350
	Bevande alcoliche	354
	Alcolismo	356

COMPITO DI REALTÀ


	Marco e i cocktail	357
--	--------------------	-----

Mi preparo per la verifica sulla Sezione 14

	Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	360
	Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	362

SEZIONE 15

La conservazione degli alimenti

	POWERPOINT PERCORSO AGILE	366
	Conservazione degli alimenti nella storia	366
	Metodi di conservazione degli alimenti	367
	Alterazione degli alimenti	368
	Metodi fisici di conservazione: le alte temperature	370
	Metodi fisici di conservazione: le basse temperature	372
	Metodi fisici di conservazione: la sottrazione d'acqua	376
	Altri metodi fisici di conservazione	378
	Metodi chimici di conservazione	379
	Metodi fisico-chimici di conservazione: l'affumicamento	382
	Metodi biologici di conservazione	383



COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio enogastronomia**
La conservazione mediante refrigerazione: l'insalata di mare 375

COMPITO DI REALTÀ

	Rosanna e le sue conserve	384
--	---------------------------	-----


Mi preparo per la verifica sulla Sezione 15

	Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	386
	Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	388



SEZIONE 16

La cottura degli alimenti

 POWERPOINT PERCORSO AGILE	392
Cottura degli alimenti	392
Principali tecniche di cottura	394
Modificazioni dei macronutrienti per effetto della cottura	398
Modificazioni dei micronutrienti per effetto della cottura	400

COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio enogastronomia**
La cottura in forno: la pizza margherita 401

COMPITO DI REALTÀ

Roberto: friggere non è così facile come sembra! 402

Mi preparo per la verifica sulla Sezione 16


 Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	404
---	-----

 Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	406
--	-----



SEZIONE 17

Imballaggio, etichettatura e marketing degli alimenti

 POWERPOINT PERCORSO AGILE	410
Imballaggi alimentari	410
Materiali per imballaggi alimentari	412
Etichetta alimentare	414
Claims	420
Etichettatura dei prodotti di qualità	422
Etichette e rintracciabilità	423
Marketing dei prodotti alimentari	424
La pubblicità	425


COMPETENZE IN COMPRESENZA CON...

- **Laboratorio enogastronomia**
“La tradizione nel piatto” 430

COMPITO DI REALTÀ

Sofia e l'etichettatura *traffic light* nel Regno Unito 429

Mi preparo per la verifica sulla Sezione 17

 Solo sui contenuti per te per tutti APRI LA MAPPA MODIFICABILE	434
---	-----

 Su tutti i contenuti ASCOLTA MENTRE LEGGI	436
--	-----

EDUCAZIONE CIVICA

Dalla fitoalimurgia all'agricoltura verticale 438

Mi preparo per la verifica 4 di Educazione civica 443

Mi alleno per il certificato di competenze 444

PROVA 1 Sezioni 1-8 444

PROVA 2 Sezioni 9-17 448

APPENDICE

Esercizi di calcolo 1

Esempio di calcolo calorico e nutrizionale 5

STRUMENTI

Composizione chimica e valore energetico degli alimenti 6


I LARN 11

Indice analitico 12




I PERCORSI AGILI IN POWERPOINT

LE UDA	LE SEZIONI
Sicurezza alimentare e sistema HACCP	<ol style="list-style-type: none"> 1 Pericoli biologici, fisici e chimici 2 Igiene nella ristorazione e sistema HACCP
Principi nutritivi	<ol style="list-style-type: none"> 3 Concetti fondamentali di chimica 4 I glucidi 5 Le proteine 6 I lipidi 7 Le vitamine e i fitonutrienti 8 L'acqua e i sali minerali
Alimentazione e salute	<ol style="list-style-type: none"> 9 L'apparato digerente 10 Metabolismo energetico e peso corporeo 11 Alimentazione equilibrata 12 Alimentazione e malattie correlate
I prodotti agroalimentari e la filiera	<ol style="list-style-type: none"> 13 Gli alimenti e la filiera 14 Le bevande 15 La conservazione degli alimenti 16 La cottura degli alimenti 17 Imballaggio, etichettatura e marketing degli alimenti



- **PER L'INCLUSIONE**
- **PER LA DIDATTICA INDIVIDUALIZZATA**

● Di ogni Sezione è disponibile il **Percorso agile in PowerPoint** con slide pagina per pagina



Per accedere inquadra il **QR Code**

SCARICA LE APP GRATUITE



Scarica su **App Store**

DISPONIBILE SU **Google Play**

- **CALCOLO CALORICO**
Per il calcolo calorico e nutrizionale
- **FABBISOGNO ENERGETICO**
Per il calcolo antropometrico