

IPSEOA

OBIETTIVI MINIMI

CLASSE SECONDA

SCIENZA DEGLI ALIMENTI		
Conoscenze	Abilità	Competenze
Definire i criteri di un'alimentazione equilibrata e la ripartizione dei principi nutritivi e dei pasti.	Descrivere differenze ed analogie tra i diversi principi nutritivi ed indicarne la funzione nutrizionale.	Saper riconoscere gli errori nella propria alimentazione per modificare le proprie abitudini alimentari.
Conoscere il significato di fabbisogno energetico e le Linee guida per una sana alimentazione.	Individuare i criteri di una alimentazione equilibrata sana e corretta sulla base di dati e semplici grafici.	Sapere applicare le conoscenze sulla base delle linee guida dell'INRAN al fine di evitare errori alimentari e malnutrizioni.
Conoscere le principali tecniche di conservazione e cottura.	Essere in grado di calcolare il fabbisogno energetico di un individuo ed il suo peso ideale e reale. Individuare le modificazioni positive e negative che subiscono gli alimenti nella cottura e gli scopi della conservazione.	Essere in grado di scegliere la tecnica di cottura e di conservazione più adatta per un certo alimento in un determinato contesto alimentare.