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.  Conoscere il significato di fabbisogno energetico e le Linee guida per una sana alimentazione.  Conoscere le principali tecniche di conservazione e cottura. | Descrivere differenze ed analogie tra i diversi principi nutritivi ed indicarne la funzione nutrizionale.  Individuare i criteri di una alimentazione equilibrata sana e corretta sulla base di dati e semplici grafici.  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. | Saper riconoscere gli errori nella propria alimentazione per modificare le proprie abitudini alimentari.  Sapere applicare le conoscenze sulla base delle linee guida dell’INRAN al fine di evitare errori alimentari e malnutrizioni.  Essere in grado di scegliere la tecnica di cottura e di conservazione più adatta per un certo alimento in un determinato contesto alimentare. |