



Istituto Professionale Servizi  
per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://www.carloportamilano.edu.it)

C.F. 80194090157  
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86  
Fax 02.30.84.472

[info@carloportamilano.edu.it](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



317/UD

## Unità di Apprendimento N°2

**Classe:** Seconda G anno

**Titolo:** Corretti stili di vita

<b>Periodo di svolgimento</b>	<b>II quadrimestre</b>
<b>Situazione problematica</b>	Quali azioni possiamo promuovere e intraprendere a tutti i livelli, per mantenere gli equilibri nutrizionali e ambientali?
<b>Compito di realtà/Prodotto atteso</b>	Partendo dall'analisi della propria alimentazione tenendo conto delle necessità quali-quantitative, è opportuno attuare un menù rispettoso dell'ambiente. Ma come è possibile ideare un menù che tenga conto del fabbisogno energetico e della sostenibilità?
<b>Discipline/Assi Culturali coinvolti</b>	Scienze motorie, scienze integrate, alimentazione, sala, cucina, educazione civica
<b>Competenze trasversali da raggiungere</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• competenza alfabetica funzionale;</li> <li>• competenza multilinguistica;</li> <li>• <b>competenza matematica e competenza di base in scienze e tecnologie;</b></li> <li>• <b>competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare;</b></li> <li>• competenza sociale e civica in materia di cittadinanza;</li> <li>• competenza imprenditoriale;</li> <li>• competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali.</li> </ul>
<b>Area competenze digitali</b> <b>Riferimento DigComp 2.2</b>  (indicare quali aree saranno privilegiate)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Area 1: Alfabetizzazione su informazione e dati</b></li> <li>• <b>Area 2: Comunicazione e collaborazione</b></li> <li>• Area 3: Creazione di contenuti digitali</li> <li>• Area 4: Sicurezza</li> <li>• Area 5: Risolvere problemi</li> </ul>
<b>Competenze digitali e livello atteso</b> <b>Riferimento DigComp 2.2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Competenze di Area 1: navigare, ricercare e filtrare, valutare e gestire dati, informazioni, contenuti.</b></li> </ul>



Istituto Professionale Servizi  
per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://www.carloportamilano.edu.it)

C.F. 80194090157  
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86  
Fax 02.30.84.472

[info@carloportamilano.edu.it](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



317/UD

**(Indicare quali competenze saranno privilegiate ed il livello di padronanza atteso - cfr. pag. 9 e segg. DigComp 2.2, pag 71)**

Livello di padronanza:  Base -  Intermedio -  Avanzato

- Competenze di Area 2: interagire con gli altri, condividere informazioni, collaborare attraverso le tecnologie digitali rispettando opportune norme di comportamento e proteggendo la propria e altrui reputazione online.

Livello di padronanza:  X Base -  Intermedio -  Avanzato

- Competenze di Area 3: sviluppare, integrare e rielaborare contenuti digitali. Capire come copyright e licenze si applicano a dati e contenuti digitali.

Livello di padronanza:  Base -  Intermedio -  Avanzato

- Competenze di Area 4: proteggere i dispositivi, i dati personali e la privacy, la salute, il benessere e l'ambiente quando si utilizzano le tecnologie digitali.

Livello di padronanza:  Base -  Intermedio -  Avanzato

- Competenze di Area 5: risolvere problemi tecnici, individuare bisogni e risposte tecnologiche, utilizzare in modo creativo le tecnologie digitali, individuare gli aspetti da migliorare, cercare opportunità di crescita personale e tenersi al passo con l'evoluzione digitale.

Livello di padronanza:  Base -  Intermedio -  Avanzato

**Ambito di applicazione competenze digitali (dettagliare quali operazioni o compiti saranno svolti in pratica e seguendo le tematiche dell'Uda per raggiungere le competenze)**

Predisposizione di un elenco multimediale contenente i consigli per un'alimentazione sostenibile

**Competenze in uscita**

**AG2** Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative dei vari contesti



Istituto Professionale Servizi  
per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://www.carloportamilano.edu.it)

C.F. 80194090157  
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86  
Fax 02.30.84.472

[info@carloportamilano.edu.it](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



317/UD

**AG11** - Padroneggiare l'uso di strumenti tecnologici con particolare attenzione alla sicurezza e alla tutela della salute nei luoghi di vita e di lavoro, alla tutela della persona, dell'ambiente e del territorio

**AG9** - Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea.

**AI4** - Predisporre prodotti, servizi, menu coerenti con il contesto e le esigenze della clientela

**AI3** Applicare correttamente il sistema HACCP, la normativa sulla sicurezza e sulla salute nei luoghi di lavoro

**AI7** Progettare, anche con tecnologie digitali, eventi enogastronomici e culturali che valorizzano il patrimonio delle tradizioni e delle tipicità locali, e nazionali, anche in contesti internazionali, per la promozione del made in Italy.

#### Competenze disciplinari da raggiungere

##### **Enogastronomia settore cucina:**

Essere consapevoli dell'importanza di una corretta alimentazione sostenibile, favorendo stili di vita equilibrati.

##### **Enogastronomia settore sala e vendita:**

Predisporre prodotti, servizi e menù coerenti con il contesto e le esigenze della clientela (anche in relazione a specifici regimi dietetici e stili alimentari), perseguendo obiettivi di qualità, redditività e favorendo la diffusione di abitudini e stili di vita sostenibili e equilibrati.

il sistema HACCP nei luoghi di lavoro

##### **Scienza degli alimenti**

Applicare procedure di base per la predisposizione di prodotti e servizi in contesti strutturati e sotto supervisione.

##### **Scienze Integrate**

Osservare, descrivere ed analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale e artificiale e riconoscere nelle sue varie forme i concetti di sistema e di complessità.

##### **Scienze Motorie**

Prendere consapevolezza delle attività motorie e sportive per il benessere della persona

#### Conoscenze disciplinari coinvolte

##### **Enogastronomia settore cucina:**

- Elementi di enogastronomia locale, regionale e nazionale.



- L'evoluzione degli usi e dei costumi enogastronomici del territorio di appartenenza.
- Servizi internet per la promozione enogastronomica e culturale del territorio.
- Classificazione merceologica di base delle principali categorie dei prodotti agroalimentari del territorio in funzione della loro origine.
- Produrre trasformati senza utilizzare prodotti di sintesi (conservanti e altri additivi.)
- Ricerche di mercato per ingredienti a chilometro zero.

#### **Enogastronomia settore sala e vendita:**

L'organizzazione del lavoro, i ruoli e le gerarchie del settore di riferimento.

Terminologia tecnica di settore.

Tecniche di base per la realizzazione di prodotti e servizi per l'enogastronomia e l'ospitalità alberghiera.

#### **Scienza degli alimenti**

Metabolismo e bioenergetica.

Fabbisogno energetico (Peso corporeo ideale).

La digestione dei principi nutritivi.

LARN

Classificazione degli alimenti.

Linee guida per una sana alimentazione.

Alimentazione equilibrata, stili alimentari.

Malattie correlate all'alimentazione.

Dieta sostenibile e lotta allo spreco alimentare

#### **Scienze integrate**

Omeostasi corporea: organizzazione, regolazione ed omeostasi del corpo umano. Apparato digerente, respiratorio, cardio circolatorio escretore e riproduttivo. Sistema immunitario, endocrine, nervoso.

#### **Scienze Motorie**

Conoscere ed applicare regole essenziali relative all'assunzione di cibo e bevande prima, durante e dopo le attività sportive.

#### **Abilità disciplinari coinvolte**

#### **Enogastronomia settore cucina:**

acquisire ed interpretare criticamente l'informazione ricevuta nei diversi ambiti ed attraverso diversi strumenti comunicativi, valutandone l'attendibilità e l'utilità, distinguendo fatti e opinioni.



Istituto Professionale Servizi  
per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://www.carloportamilano.edu.it)

C.F. 80194090157  
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86  
Fax 02.30.84.472

[info@carloportamilano.edu.it](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



317/UD

organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione (formale, non formale e informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di lavoro.

**Enogastronomia settore sala e vendita:**

Elaborare un'offerta di prodotti e servizi enogastronomici atti a promuovere uno stile di vita equilibrato dal punto di vista nutrizionale e sostenibile dal punto di vista ambientale

Predisporre e servire prodotti enogastronomici in base a specifiche esigenze dietologiche e/o disturbi e limitazioni alimentari

Definire offerte gastronomiche qualitativamente ed economicamente sostenibili

Attivare interventi di informazione, comunicazione ed educazione ambientale mediante il coinvolgimento della clientela.

**Scienza degli alimenti**

Calcolare il fabbisogno energetico giornaliero e la ripartizione in macronutrienti.

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

Classificare gli alimenti in base alla loro funzione prevalente, secondo le loro caratteristiche nutrizionali.

Ripartire il fabbisogno energetico in macronutrienti.

**Scienze integrate**

Individuare le funzioni e la fisiologia di ciascun apparato e sistema e la relazione tra gli stessi. Evidenziare il ruolo fondamentale dell'acqua nell'omeostasi corporea.

Riportare in forma scritta e/o orale gli esperimenti svolti in laboratorio e/o video.

**Scienze Motorie**

Mettere in atto abitudini igieniche ed alimentari corrette per la pratica sportiva e nella vita quotidiana

**Metodologie didattiche**

- apprendimento cooperativo
- dibattito guidato/circle time
- lezione partecipata
- attività laboratoriale
- studio di caso

**Materiale didattico**

- Libro di testo, appunti, video, risorse dal web, strumenti digitali per la didattica, materiale specifico necessario per la realizzazione del prodotto



Istituto Professionale Servizi  
per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://www.carloportamilano.edu.it)

C.F. 80194090157  
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86  
Fax 02.30.84.472

[info@carloportamilano.edu.it](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



317/UD

### Fasi svolgimento

(le fasi per le singole discipline potranno essere parallele o concatenate ma comunque dovranno svolgersi entro l'arco di tempo indicato per l'UdA)

Fasi	Discipline coinvolte	Descrizione delle Attività	Gennaio	Febbraio	Marzo	Aprile	Maggio
Presentazione del progetto	<b>Alimentazione</b>	Brainstorming	X				
	<b>Scienze motorie</b>	Discussione guidata		X	X		
	<b>Cucina Sala</b>	Presentazione del progetto	X				
Organizzazione e pianificazione del lavoro	<b>Alimentazione</b>	Redazione di un diario alimentare e calcolo del proprio IMC	X				
	<b>Scienze motorie</b>	Misurazione, peso, altezza e calcolo I.M.C.		X	X		
	<b>Scienze integrate</b>	Mappatura degli apparati coinvolti nell'omeostasi			X	X	
	<b>Cucina Sala</b>	Definire offerte gastronomiche qualitativamente ed economicamente sostenibili. Elementi di ecogastronomia Principi di ecoturismo Concetti di sostenibilità e certificazione.	X				
Ricerca e gestione informazioni	<b>Alimentazione</b>	Analisi della propria alimentazione		X			
	<b>Scienze integrate</b>	Ricerca informazioni sull'omeostasi corporea			X	X	
	<b>Scienze motorie</b>	Internet linee guida per una sana alimentazione		X	X		



Istituto Professionale Servizi  
per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://www.carloportamilano.edu.it)

C.F. 80194090157  
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86  
Fax 02.30.84.472

[info@carloportamilano.edu.it](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



317/UD

	<b>Cucina Sala</b>	Acquisire ed interpretare le informazioni. Tecnologie innovative di manipolazione e conservazione dei cibi e relativi standard di qualità.	X	X			
Riflessione e rielaborazione	<b>Cucina Sala</b>	Rielaborare l'informazione ricevuta nei diversi ambiti ed attraverso diversi strumenti comunicativi. Collaborare applicando la giusta sequenza operativa curandone l'aspetto comunicativo	X	X			
	<b>Scienze integrate</b>	Dibattito guidato			X	X	
	<b>Scienze motorie</b>	Dibattito con domande		X	X		
	<b>Alimentazione</b>	Creazione di un elenco multimediale con i consigli per un'alimentazione e sostenibile			X		
Realizzazione del prodotto	<b>Tutte le discipline concorrono alla realizzazione</b>	Predisporre prodotti, servizi e menù coerenti con il contesto e le esigenze della clientela. Tecniche per la preparazione e servizio di prodotti per i principali disturbi e				X	X



Istituto Professionale Servizi  
per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://www.carloportamilano.edu.it)

C.F. 80194090157  
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86  
Fax 02.30.84.472

[info@carloportamilano.edu.it](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



317/UD

		limitazioni alimentari e relativo servizio					
--	--	--	--	--	--	--	--

### Valutazione del processo

RUBRICA DI VALUTAZIONE DEL PROCESSO		
Indicatori	Descrittori	Livelli
<b>Ricerca e gestione delle informazioni</b>	Ricerca, raccoglie e organizza le informazioni con metodo autonomo, ordinato ed efficace applicando personali strategie di ricerca e gestione delle conoscenze	A
	Ricerca, raccoglie e organizza le informazioni con un metodo ordinato e autonomo	B
	Ricerca, raccoglie e organizza le informazioni essenziali secondo uno schema operativo dato	C
	Ricerca, raccoglie e organizza le informazioni in modo discontinuo e disordinato, anche con uno schema operativo dato	D
	Non ricerca, raccoglie e organizza le informazioni anche se sollecitato e guidato dal docente, non completa l'attività	E
<b>Fa ipotesi, raccoglie dati, sa arrivare alle conclusioni</b>	Possiede conoscenze complete e approfondite ed è in grado di ricavare da ricerca personale informazioni utili e pertinenti a svolgere le consegna, collegandole tra loro in maniera organica.	A
	Possiede conoscenze complete ed è in grado di utilizzare informazioni utili e pertinenti a svolgere la consegna, collegandole tra loro in maniera organica.	B
	Possiede conoscenze di base ed è in grado di utilizzare informazioni di base pertinenti a svolgere la consegna.	C
	Possiede conoscenze di base, talora lacunose, che utilizza in maniera poco pertinente e frammentaria.	D
	Possiede frammentarie conoscenze di base, non è in grado di svolgere la consegna	E
<b>Rielaborazione di conoscenze e abilità disciplinari e interdisciplinari</b>	Lo studente applica conoscenze e abilità in modo sicuro e pienamente personale in ogni contesto	A
	Lo studente applica conoscenze ed abilità in modo corretto e sicuro in vari contesti	B



Istituto Professionale Servizi  
per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://www.carloportamilano.edu.it)

C.F. 80194090157  
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86  
Fax 02.30.84.472

[info@carloportamilano.edu.it](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



317/UD

	Lo studente applica conoscenze e abilità in vari contesti in modo sostanzialmente corretto	C
	Lo studente applica conoscenze e abilità in contesti semplici, commettendo qualche errore	D
	Lo studente non appare in grado, seppur guidato, di applicare conoscenze e abilità, anche relative a processi semplificati	E

### Valutazione del prodotto

RUBRICA DI VALUTAZIONE DEL PRODOTTO		
INDICATORI	DESCRIPTORI	LIVELLI
<b>Esecuzione del prodotto</b>	Il prodotto si presenta pienamente funzionale ed efficace dal punto di vista pratico, estetico e della convenienza, contiene tutte le parti e le informazioni utili a sviluppare la consegna, anche quelle ricavabili da una propria ricerca personale e le collega tra loro in forma organica	A
	Il prodotto presenta precisione esecutiva ed è funzionale ed efficace dal punto di vista pratico, contiene tutte le parti e le informazioni utili a sviluppare la consegna e le collega tra loro	B
	Il prodotto presenta alcune imprecisioni esecutive che ne limitano la funzionalità, contiene le parti e le informazioni di base utili a sviluppare la consegna	C
	Il prodotto presenta imprecisioni esecutive che ne limitano la funzionalità al minimo, contiene le parti e le informazioni di base utili a sviluppare la consegna	D
	Il prodotto presenta scorrettezze esecutive che ne compromettono la funzionalità; le parti e le informazioni non sono collegate	E
<b>Utilizzo degli strumenti e delle tecnologie</b>	Ha fatto uso di strumenti e tecnologie con precisione, destrezza ed efficienza. Ha trovato soluzione ai problemi tecnici, unendo manualità, spirito pratico a intuizione	A
	Ha fatto uso di strumenti e tecnologie con precisione e destrezza. Ha trovato soluzione ad alcuni problemi tecnici con discreta manualità, spirito pratico e discreta intuizione	B
	Ha fatto uso di strumenti e tecnologie con abbastanza precisione e destrezza. Ha trovato soluzione ad alcuni problemi tecnici con discreta manualità, spirito pratico e sufficiente intuizione	C
	Ha fatto uso di strumenti e tecnologie con poca precisione e destrezza. Ha trovato soluzione ad alcuni problemi tecnici solo se guidato, mostra mediocre spirito pratico e intuizione	D
	Non mostra capacità di uso di strumenti e tecnologie. Ha trovato soluzione ad alcuni problemi tecnici solo se guidato, mostra scarso spirito pratico e intuizione	E
<b>Esposizione</b>	Espone in modo chiaro ed esauriente, usando un linguaggio ricco e articolato, con termini settoriali tecnico-professionali pertinenti	A



Istituto Professionale Servizi  
per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://www.carloportamilano.edu.it)

C.F. 80194090157  
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86  
Fax 02.30.84.472

[info@carloportamilano.edu.it](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



317/UD

<b>del prodotto</b>	Esponde in modo abbastanza chiaro e preciso. La padronanza del linguaggio, compresi i termini settoriali tecnico-professionali, è soddisfacente	B
	Esponde in modo chiaro e abbastanza preciso. Mostra di possedere un minimo lessico settoriale tecnico-professionale.	C
	Esponde in modo confuso e impreciso. Presenta lacune nel linguaggio settoriale tecnico-professionale	D
	Non esponde o esponde in modo parziale, confuso e impreciso.	E