



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

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

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

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



317/UD

Unità di Apprendimento N° 2
Referente: Prof.ssa Bergamaschi

Classe: Terza C ENO

TITOLO: Stili di vita: alimentazione e movimento

Periodo di svolgimento	Primo quadrimestre
Situazione problematica	Quali stili di vita possono soddisfare meglio, a livello olistico, le esigenze di un ragazzo della tua età?
Compito di realtà/Prodotto atteso	La classe, dopo aver individuato le caratteristiche di uno stile di vita salutare, progetta menù equilibrati facendo riferimento alle indicazioni nazionali per una sana e corretta alimentazione.
Discipline/Assi Culturali coinvolti	laboratorio di cucina, scienza degli alimenti, scienze motorie
Competenze trasversali da raggiungere	• competenza multilinguistica; • competenza matematica e competenza di base in scienze e tecnologie;
Area competenze digitali Riferimento DigComp 2.2 (indicare quali aree saranno privilegiate)	• Area 1: Alfabetizzazione su informazione e dati • Area 2: Comunicazione e collaborazione • Area 3: Creazione di contenuti digitali • Area 4: Sicurezza • Area 5: Risolvere problemi
Competenze digitali e livello atteso Riferimento DigComp 2.2 (Indicare quali competenze saranno privilegiate ed il livello di padronanza atteso - cfr. pag. 9 e segg. DigComp 2.2, pag 71)	• <u>Competenze di Area 1:</u> navigare, ricercare e filtrare, valutare e gestire dati, informazioni, contenuti. Livello di padronanza: • Base - • Intermedio - • Avanzato • <u>Competenze di Area 2:</u> interagire con gli altri, condividere informazioni, collaborare attraverso le tecnologie digitali rispettando opportune norme di comportamento e proteggendo la propria ed altrui reputazione online. Livello di padronanza: • Base - • Intermedio - • Avanzato • <u>Competenze di Area 3:</u> sviluppare, integrare e rielaborare contenuti digitali. Capire come copyright e licenze si applicano a dati e contenuti digitali. Livello di padronanza: • Base - • Intermedio - • Avanzato



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

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

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

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



317/UD

- **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)

Utilizzo di Canva/PowerPoint o di altre applicazioni utili per presentare il prodotto atteso in modo creativo

Competenze in uscita

AG 2 Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative nei vari contesti: sociali, culturali, scientifici, economici, tecnologici e professionali.

AG 9 Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo

AG 12 Utilizzare i concetti e i fondamentali strumenti degli assi culturali per comprendere la realtà ed operare in campi applicativi

AI 2 Supportare la pianificazione e la gestione dei processi di approvvigionamento, di produzione e di vendita in un'ottica di qualità e di sviluppo della cultura dell'innovazione.

AI 4 Predisporre prodotti, servizi e menu coerenti con il contesto e le esigenze della clientela (anche in relazione a specifici regimi dietetici e stili alimentari), favorendo la diffusione di abitudini e stili di vita sostenibili ed equilibrati.

AI 5 Valorizzare l'elaborazione e la presentazione di prodotti dolciari e di panificazione locali, nazionali e internazionali utilizzando tecniche tradizionali e innovative.

Competenze disciplinari da raggiungere

Laboratorio di Enogastronomia settore cucina:

Elementi di organizzazione aziendale e del lavoro: attrezzature e strumenti, risorse umane e tecnologiche. Controllo della produzione/lavorazione/ commercializzazione di prodotti/servizi della filiera di riferimento. Tecniche di approvvigionamento e gestione delle merci. valorizzare e promuovere le tradizioni locali, nazionali e internazionali individuando le nuove tendenze di filiera; controllare e utilizzare gli alimenti e le bevande sotto il profilo organolettico, merceologico, chimico-fisico, nutrizionale e



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

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

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

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



317/UD

	gastronomico; predisporre e realizzare menu coerenti con il contesto e le esigenze della clientela, anche in relazione a specifiche necessità dietologiche. riconoscere le caratteristiche essenziali del sistema socioeconomico per orientarsi nel tessuto produttivo del proprio territorio Scienze degli alimenti: Imparare a utilizzare gli alimenti e le bevande sotto il profilo organolettico, merceologico, chimico-fisico, nutrizionale e gastronomico, predisponendo menu coerenti al contesto, valorizzando la presentazione dei prodotti alimentari e delle tradizioni locali Scienze Motorie: Saper preparare un menù completo funzionale alle necessità di uno sportivo, utilizzando le indicazioni nazionali per una sana e corretta alimentazione.
Conoscenze disciplinari coinvolte	Laboratorio di Enogastronomia settore cucina: ● Fasi, tempi, strumenti e modalità di lavorazione, cottura e conservazione dei prodotti. ● Le materie prime sotto il profilo organolettico, merceologico, chimico-fisico, igienico, nutrizionale e gastronomico ● Merceologia, standard di qualità e sicurezza delle materie prime alimentari. ● Processi di stoccaggio degli alimenti e di lavorazione dei prodotti da forno. ● Preparazioni di base di pasticceria, panificazione e pizzeria riferite alle tradizioni regionali, nazionali e internazionali. ● Le normative vigenti, nazionali e internazionali, in fatto di sicurezza alimentare, trasparenza e tracciabilità delle materie prime. Principi di scienze e tecnologie alimentari applicate ai prodotti dolciari e di panificazione. ● Nozioni fondamentali sulle dinamiche del gusto e sugli abbinamenti di sapori e ingredienti. Scienze degli alimenti: Concetti di sostenibilità e certificazione. Il valore nutritivo delle materie prime e dei prodotti finiti. educazione alla salute alla salute e benessere. Stili di vita responsabili secondo le indicazioni dell'OMS. Presentazione delle linee guida per la popolazione italiana. Scienze motorie: Conoscere i principi fondamentali dell'allenamento, le problematiche legate alla sedentarietà e i principi della nutrizione legata allo sport. Conoscere gli stili di vita responsabili secondo le indicazioni nazionali e le eventuali conseguenze di una scorretta alimentazione.
Abilità disciplinari coinvolte	Laboratorio di Enogastronomia settore cucina: ● Applicare tecniche e tecnologie idonee alla preparazione, conservazione e presentazione.



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

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

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

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



317/UD

- Predisporre la linea di lavoro per le diverse procedure previste dal piano di produzione/conservazione/presentazione
- Applicare procedure di analisi dei rischi e controllo delle materie prime e degli alimenti.
- Applicare procedure di ordinaria manutenzione di attrezzi e macchinari di settore e rilevazione di eventuali malfunzionamenti.
- Eseguire preparazioni complesse integrando le diverse tecniche di base.
- Predisporre preparazioni dolciarie e di arte bianca scegliendo le materie prime in base alla qualità, alla tipicità, al loro valore nutrizionale, bilanciando le in funzione del prodotto finito.
- Definire le esigenze di acquisto, individuando i fornitori e collaborando alla gestione del processo di approvvigionamento, con particolare attenzione alla ecosostenibilità.
- Applicare modalità di trattamento e trasformazione delle materie prime tenendo conto delle principali caratteristiche delle materie prime.
- Identificare le risorse necessarie per la realizzazione del prodotto/servizio programmato.
- Individuare eventuali criticità nei principali processi di pianificazione, approvvigionamento, produzione e vendita di prodotti e servizi

Scienza degli alimenti:

- 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

Scienze motorie:

Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione.
Assumere comportamenti attivi per il miglioramento dello stato di benessere psico-fisico.

Metodologie didattiche

- brainstorming
- 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



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	Ottobre	Novembre	Dicembre	Gennaio
Presentazione del progetto	Cucina	Presentazione dell'attività da svolgere	x			
	Alimentazione	Presentazione delle attività previste in vista del prodotto finale	x			
	Scienze motorie	Presentazione delle attività	x			
Organizzazione e pianificazione del lavoro	Cucina	Dibattito guidato lezione partecipata	x			
	Alimentazione	Lezione dialogata e frontale e creazione di gruppi di lavoro	x	x		
	Scienze motorie	Discussione con argomenti prestabiliti e assegnazione compiti		x		
Ricerca e gestione informazioni	Cucina	Raccogliere, organizzare e rappresentare un insieme di dati		x		
	Alimentazione	Ricerca dei dati e delle informazioni		x		
	Scienze motorie	Ricerca delle informazioni tramite diversi canali		x		
Riflessione e rielaborazione	Cucina	Rielaborare l'informazione ricevuta nei diversi ambiti ed attraverso diversi strumenti comunicativi		x		
	Alimentazione	Riflessioni sui più comuni errori alimentari commessi dagli adolescenti			x	
	Scienze motorie	Lezione partecipata			x	



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

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

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

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



317/UD

Realizzazione e del prodotto	Cucina, Alimentazio ne, Sc. motorie	Progettazione di menù equilibrati e presentazione degli stessi mediante l'utilizzo di Canva/PowerPoint o altra applicazione adeguata allo scopo				X
------------------------------------	--	---	--	--	--	---

Valutazione del processo

RUBRICA DI VALUTAZIONE DEL PROCESSO

INDICATORI	DESCRITTORI	LIVELLI
Ricerca e gestione delle informazioni	Ricerca, raccoglie e organizza le informazioni con metodo autonomo, ordinato ed efficace	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 se guidato	D
	Non sa ricercare, raccogliere e organizzare le informazioni	E
Rielaborazione ed approfondimento	Esplora e approfondisce oltre il compito, ricercando informazioni, dati ed elementi che caratterizzano il problema. Pone domande	A
	Esplora e approfondisce oltre il compito, ricercando informazioni, dati ed elementi che caratterizzano il problema.	B
	Approfondisce e rielabora in minima parte il compito, ricercando informazioni, dati ed elementi che caratterizzano il problema, solo se sollecitato	C
	Rielabora e approfondisce se guidato	D



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

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

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

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



317/UD

	Non rielabora e non approfondisce	E
Pianificazione e gestione del tempo	Esegue una pianificazione dettagliata e gestisce sapientemente il tempo.	A
	Pianifica e gestisce il tempo in modo efficace.	B
	Pianifica e gestisce il tempo in modo accettabile.	C
	Pianifica e gestisce il tempo con difficoltà.	D
	Non pianifica le attività e non sa gestire il tempo.	E

Valutazione del prodotto

RUBRICA DI VALUTAZIONE DEL PRODOTTO		
INDICATORI	DESCRITTORI	LIVELLI
Uso delle conoscenze apprese per la realizzazione del prodotto	Utilizza in maniera completa le conoscenze apprese e approfondite per ideare e realizzare il prodotto.	A
	Utilizza discretamente le conoscenze apprese per pianificare e realizzare il prodotto.	B
	Utilizza in modo essenziale le conoscenze apprese per realizzare il prodotto.	C
	Utilizza parzialmente le conoscenze apprese per realizzare un semplice prodotto.	D
	Le conoscenze non sono adeguate per la realizzazione del prodotto.	E
Utilizzo di strumenti digitali per realizzare il prodotto e per	Crea e modifica nuovi contenuti; integra e rielabora le conoscenze e i contenuti digitali. Utilizza creativamente le tecnologie e realizza il prodotto in modo efficace.	A
	Crea e modifica nuovi contenuti; utilizza in maniera abbastanza creativa le tecnologie per realizzare il prodotto e per comunicare gli esiti. Realizza un prodotto ben strutturato.	B



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

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

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

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



317/UD

comunicare gli esiti	Con il supporto del gruppo o dei docenti crea e modifica nuovi contenuti; utilizza in maniera essenziale le tecnologie per realizzare il lavoro e per comunicarne gli esiti. Realizza un prodotto semplice, ma corretto.	C
	Solo se guidato e supportato da compagni o docenti crea, modifica nuovi contenuti ed utilizza le tecnologie per realizzare il lavoro e per comunicarne gli esiti. Realizza il prodotto con delle imprecisioni esecutive.	D
	Anche se guidato non è in grado di utilizzare le tecnologie per la realizzazione del lavoro	E
Esposizione orale/ presentazione del prodotto	Espone in modo chiaro ed esauriente, usando un linguaggio ricco e articolato, con termini settoriali tecnico-professionali pertinenti.	A
	Espone in modo abbastanza chiaro e preciso. La padronanza del linguaggio, compresi i termini settoriali tecnico-professionali, è soddisfacente.	B
	Espone in modo non sempre chiaro e preciso. Mostra di possedere un lessico settoriale tecnico-professionale essenziale.	C
	Espone in modo impreciso. Presenta qualche lacuna nel linguaggio settoriale tecnico-professionale.	D
	Espone in modo confuso e presenta lacune nel linguaggio settoriale tecnico-professionale.	E