



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



Unità di Apprendimento n° 1

Classe 4° ASV
Titolo Dimmi come mangi e ti dirò chi sei

Periodo di svolgimento:	I quadrimestre
Situazione problema	Il modo in cui mangi ti garantirà una buona salute?
Compito di realtà/Prodotto atteso	Gli alunni analizzeranno i principi nutritivi, valutando le necessità energetiche, e prepareranno un decalogo o una mini guida anche in lingua straniera per un'alimentazione sana.
Discipline/Assi Culturali coinvolti	Scienza e Cultura dell'Alimentazione, Scienze Motorie, IRC, Francese, Inglese
Competenze trasversali da raggiungere	• Competenza multilinguistica • competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare; • competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali.
Area competenze digitali Riferimento DigComp 2.2 (indicare quali aree saranno privilegiate)	• <u>X Area 1: Alfabetizzazione su informazione e dati</u> • <u>X Area 2: Comunicazione e collaborazione</u> • <u>X Area 3: Creazione di contenuti digitali</u> • Area 4: Sicurezza • Area 5: Risolvere problemi



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



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)

- Competenze di Area 1: navigare, ricercare e filtrare, valutare e gestire dati, informazioni, contenuti.

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 ed altrui reputazione online.

Livello di padronanza: • 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)

creazione di un blog o una pagina web,
con indicazioni per una corretta
alimentazione



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



Competenze in uscita (AG – AI)	AG3 Riconoscere gli aspetti geografici, ecologici, territoriali, dell'ambiente naturale ed antropico, le connessioni con le strutture demografiche AG5 -Utilizzare la lingua straniera per i principali scopi comunicativi ed operativi AG9 Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea AI 4 Predisporre prodotti, servizi, menu coerenti con il contesto e le esigenze della clientela
Competenze disciplinari da raggiungere	Scienza e cultura dell'alimentazione: • Collaborare in contesti noti alla predisposizione di prodotti, servizi e menù all'interno delle macroaree di attività che contraddistinguono la filiera, adeguando il proprio operato al processo decisionale e lavorativo Scienze Motorie: • Meccanismi energetici. • dimostrare l'efficacia del proprio movimento nel contesto richiesto • salute, benessere, sicurezza e prevenzione IRC: • Comprendere il cambiamento e la diversità dei tempi storici in una dimensione diacronica attraverso il confronto fra epoche e in una dimensione sincronica attraverso il confronto fra aree geografiche e culturali Francese/Inglese • Utilizzare la lingua straniera per i principali scopi comunicativi ed operativi



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



Conoscenze disciplinari coinvolte

Scienza e cultura dell'alimentazione:

- Caratteristiche merceologiche, chimico-fisiche e nutrizionali di alimenti e bevande.
- Funzione nutrizionale dei principi nutritivi.
- Principi di alimentazione equilibrata
- Il fabbisogno energetico giornaliero
utilizzo delle tabelle per il metabolismo basale e i livelli di attività fisica.

Scienze Motorie:

- Conoscere i principi dell'alimentazione sportiva applicando i principi di prevenzione e sicurezza dando valore all'attività motoria e sportiva
- Conoscere le conseguenze di una scorretta alimentazione
- Conoscere gli stili di vita responsabili

IRC:

- Le diete etico religiose, profilo normativo e dimensione simbolica. La cura di sé (fisico e psiche) e il valore della persona, la cucina delle feste e la dimensione affettiva relazionale del cibo

Francese/Inglese

- Abitudini e diete alimentari.
- Lettura del testo BD "Manger vers le futur"



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



Abilità disciplinari coinvolte	Scienza e cultura dell'alimentazione : • Descrivere differenze e analogie tra i diversi principi nutritivi e indicarne la funzione nutrizionale • Calcolare il fabbisogno energetico giornaliero utilizzando le tabelle per il metabolismo basale e i livelli di attività fisica. Ripartire il fabbisogno energetico in macronutrienti • Riconoscere la funzione dell'alimentazione come strumento per il benessere della persona • Individuare 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 • Scienze Motorie: • Assumere comportamenti attivi per il miglioramento dello stato di benessere psico-fisico. • Assumere comportamenti attivi rispetto all'alimentazione. IRC: • Comprendere il cambiamento in relazione agli usi, alle abitudini, al vivere quotidiano nel confronto con la propria esperienza personale Francese/inglese: • Ricercare informazioni all'interno di testi di breve estensione di interesse personale, quotidiano, sociale o professionale • Padroneggiare la lingua straniera per scopi comunicativi utilizzando i linguaggi settoriali relativi al proprio percorso di studi per interagire in diversi ambiti e contesti professionali
Metodologie didattiche	- apprendimento cooperativo - dibattito guidato - lezione partecipata - attività laboratoriale - studio di caso



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



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	Alimentazione	Criteri per una dieta sana	X			
	Scienze Motorie	Brainstorming	X			
	IRC	Spiegazione delle diete religiose con particolare attenzione al mondo orientale e di conseguenza al vegetarianesimo . L'importanza del cibo nelle feste religiose	x			
	Francese/Inglese	Brainstorming	x			
Organizzazione e pianificazione del lavoro	Alimentazione	Trattazione dei prerequisiti: contenuto calorico e valutazione nutrizionale	X			
	Scienze Motorie	Esposizione dei meccanismi energetici	X	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



	IRC	Organizzazione e pianificazione del lavoro: partendo da testi sacri e non si analizzeranno le diete nelle religioni e l'eticità del cibo		x		
	Francese/ Inglese	Lettura di testi brevi	x	x		
Ricerca e gestione informazioni	Alimentazione	Valutazione nutrizionale dei pasti principali e delle bevande		X	X	
	Scienze Motorie	Ricerca alimentazione dello sportivo		X	X	
	IRC	La base della ricerca saranno testi, ma si useranno anche documentari e film			x	
	Francese/ Inglese	Ricerca informazioni su altri testi/ video		x		
Riflessione e rielaborazione	Alimentazione	Discussione sul lavoro effettuato				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



	Scienze Motorie	Discussione del lavoro e dibattito alimentazione dello sportivo			X	X
	IRC	La riflessione avverrà tramite il dialogo e le domande/spunti degli studenti stessi				X
	Francese	Dibattito guidato			X	
Realizzazione del prodotto	Tutte le materie contribuiscono	Decalogo o mini guida anche in lingua straniera per un'alimentazione sana				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 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



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



	Ricerca, raccoglie e organizza le informazioni in modo discontinuo e disordinato.	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
	Non rielabora né approfondisce.	E
Interazione orizzontale (con compagni)	Assume volentieri incarichi e li porta a termine con notevole senso di responsabilità. Coopera con il gruppo all'interno del quale è di supporto agli altri e valorizza i contributi altrui.	A
	Assume incarichi e li porta a termine con apprezzabile senso di responsabilità cooperando con il gruppo in modo costante e propositivo.	B
	Nel gruppo di lavoro accetta di cooperare e porta a termine gli incarichi con discontinuità.	C
	In autonomia non collabora col gruppo/non porta a termine gli incarichi. Deve essere sollecitato e guidato.	D
	Non collabora col gruppo, non porta a termine gli incarichi.	E

Valutazione del prodotto

RUBRICA DI VALUTAZIONE DEL PRODOTTO		
INDICATORI	DESCRITTORI	LIVELLI
		I



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



Esecuzione del prodotto	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 imprecisioni esecutive che ne limitano la funzionalità al minimo, contiene le parti e le informazioni di base utili a sviluppare la consegna.	C
	Il prodotto presenta scorrettezze esecutive che ne compromettono la funzionalità; le parti e le informazioni non sono collegate.	D
	La realizzazione del prodotto non è adeguata.	E
Utilizzo degli strumenti e delle tecnologie	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 discreta 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 al minimo delle loro potenzialità.	C
	Ha fatto uso degli strumenti e delle tecnologie solo se guidato.	D
	Ha fatto uso di gli strumenti e le tecnologie in modo inadeguato.	E
Esposizione orale	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 poco chiaro e poco preciso. Mostra di possedere un minimo lessico settoriale tecnico-professionale.	C
	Espone in modo confuso e impreciso. Presenta lacune nel linguaggio settoriale tecnico-professionale	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



	Espone in modo confuso e impreciso. Presenta lacune nel linguaggio settoriale tecnico-professionale.	E
--	--	---