

ISTITUTO COMPRENSIVO DI MASERADA SUL PIAVE

UdA

TITOLO	ALIMENTAZIONE E BENESSERE
AREA	<p>1. <u>Costituzione diritto (nazionale e internazionale), legalità e solidarietà</u></p> <p><b>2. Sviluppo sostenibile educazione ambientale. conoscenza e tutela del patrimonio e del territorio: salute e benessere</b></p> <p>3. <u>Cittadinanza digitale</u></p>
TEMI CHIAVE	<p>I principi nutritivi Alimentazione bilanciata Sano stile di vita I disturbi alimentari Stagionalità e prodotti a Km0 L'agricoltura e allevamento biologico</p>
COMPITO DI REALTA' E PRODOTTO FINALE	Menu bilanciato dal punto di vista nutrizionale (in diverse lingue) rispettando la stagionalità
DESTINATARI	ALUNNI CLASSE SECONDA (secondaria di primo grado)
OBIETTIVI COGNITIVI	<p>(vedere curriculum di ed. civica): competenze chiave europee e disciplinari</p> <p>COMPETENZE CHIAVE EUROPEE</p> <p><b>Comunicare nella lingua madre</b> Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative nei vari contesti: sociali, culturali, scientifici, economici, tecnologici. - Leggere, comprendere e interpretare testi scritti di vario tipo - Redigere testi e documentare le attività individuali e di gruppo relative a diverse situazioni</p> <p><b>Competenze di matematica, scienze e tecnologia</b> Rilevare e analizzare dati significativi, interpretarli, sviluppando deduzioni e ragionamenti sugli stessi anche con l'ausilio di rappresentazioni grafiche e strumenti di calcolo; - Utilizzare il proprio patrimonio di conoscenze sull'alimentazione per assumere comportamenti responsabili in relazione al proprio stile di vita, alla promozione della salute. - Adottare scelte alimentari che rispettino la stagionalità e l'ambiente. - Sviluppare sensibilità nei confronti di molte malattie legate all'alimentazione quali anoressia, bulimia, obesità, disturbi alimentari in genere. - Comprendere il funzionamento e l'organizzazione della produzione e allevamento agricoli</p>

### **Competenza digitale**

- Utilizzare e produrre strumenti di comunicazione visiva e multimediale, anche con riferimento alle strategie espressive e agli strumenti tecnici della comunicazione in rete.
- Utilizzare le reti e gli strumenti informatici nelle attività di studio, ricerca e approfondimento disciplinare.

### **Competenze sociali e civiche**

- Sviluppare comportamenti di partecipazione attiva e comunitaria.
- Intervenire in maniera propositiva nel lavoro di classe, apportando un contributo originale personale.

### **Imparare ad imparare**

- Individuare collegamenti e relazioni. - Acquisire ed interpretare le informazioni.
- Saper utilizzare le informazioni acquisite per risolvere semplici problemi legati alla vita quotidiana.

### **Spirito di iniziativa e imprenditorialità**

- Valutare le alternative e prendere decisioni
- Assumere e portare a termine compiti e iniziative
- Pianificare e organizzare il proprio lavoro

### **TRAGUARDI DI COMPETENZA**

Usa la comunicazione orale per interagire con gli altri, nella formulazione di giudizi su problemi riguardanti vari ambiti culturali e sociali.

- Empatizza e riconosce il disagio derivante da disturbi del comportamento alimentare.
- Costruisce sulla base di quanto appreso testi o presentazioni con l'utilizzo di strumenti tradizionali e informatici.
- Riconosce la funzione biologica dei principi nutritivi.
- Sviluppa la cura e il controllo della propria salute attraverso una corretta e bilanciata alimentazione.
- Riconosce, ricerca, applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.
- Ricerca informazioni ed è in grado di selezionarle e sintetizzarle utilizzando gli strumenti informatici per presentare il prodotto finale.

## RISORSE DIDATTICHE

MATERIALI	METODOLOGIE
libri di testo lim pc e web video etichette alimentari film cartellonistica didattica	lezione frontale attività laboratoriale

## TEMPI

PERIODO	ORE TOTALI
Intero anno scolastico	33

## DISCIPLINE COINVOLTE

Scienze Matematica Ed. Fisica Lingue straniere, Tecnologia Lettere
--

## METODO DI VALUTAZIONE

Rubriche di valutazione
-------------------------

## DISCIPLINA: **MATEMATICA**

Azioni del docente	materiali didattici/metodologie	azioni dello studente	obiettivi
Assegna il compito di ricerca  Indicazione sulla classificazione	Lavoro individuale  Laboratorio	Ricerca della tabella nutrizionale nelle etichette alimentari. Raccolta di alcune etichette di alimenti, classificandole per categoria (carni, verdure, cereali, dolci, frutta)	Individuare le fasi risolutive di un problema ed effettuare le relative rappresentazioni con diagrammi. - Raccogliere, classificare e rappresentare i dati con
Lezione sul calcolo del contenuto dei nutrienti (proteine, grassi, zuccheri) e delle calorie apportate in base alla tabella nutrizionale	Lezione frontale con esempi ed esercizi  laboratorio	Calcolo delle calorie , raccolta dei dati in tabella e rappresentazione.	grafici e tabelle - Rappresentare insiemi di dati, anche facendo uso di un foglio elettronico. - Confrontare dati al fine di prendere decisioni. - saper leggere una tabella nutrizionale

			- saper calcolare l'apporto calorico di un cibo in relazione al fabbisogno giornaliero

DISCIPLINA: **SCIENZE**

Azioni del docente	materiali didattici/metodologie	azioni dello studente	obiettivi
Lezione sui principi nutritivi: caratteristiche chimiche e ruolo biologico di proteine, grassi, zuccheri, vitamine e acqua	libro di testo Lezione frontale	segue la lezione e prende appunti	Conoscere i principi nutritivi - Saper collegare gli aspetti nutrizionali e gli stili di vita al benessere ed alla prevenzione delle malattie.
Apporto calorico dei nutrienti e fabbisogno giornaliero	ricerca individuale di materiale da volantini, riviste, internet	ricerca di immagini che raffigurino diverse tipologie di alimenti	- Attuare scelte per affrontare i rischi connessi ad una cattiva alimentazione.
Indicazioni per la realizzazione di cartelloni informativi	attività laboratoriale (cartelloni)	realizzazione di 4 cartelloni illustrativi e riassuntivi sui 4 tipi di nutrienti	- Comprendere e spiegare i principi di una dieta equilibrata. - Comprendere e spiegare le conseguenze fisiche della denutrizione
Lezione sulla distribuzione dei nutrienti nella dieta (piramide alimentare)	Lezione frontale	rappresentazione della piramide alimentare	Comprendere il significato di dieta bilanciata.

DISCIPLINA: **EDUCAZIONE FISICA**

Azioni del docente	materiali didattici/metodologie	azioni dello studente	obiettivi
Lezione sana alimentazione e stile di vita attivo	Libro di testo Power point Lim	Creazione di un power point riportante il report dei loro pasti durante una settimana	Acquisire consapevolezza sul valore dell'alimentazione e dell'attività fisica per mantenersi in salute
Alimentazione degli sportivi	Cartelloni didattico/informativi Lim	Ricerca sull'alimentazione degli sportivi	Saper seguire una alimentazione adeguata al proprio

			stile di vita
Lezione su disturbi alimentari	Libro di testo Power point Lim	Partecipazione attiva alla lezione dialogata	Conoscere i disturbi alimentari e come superarli attraverso lo sport

#### DISCIPLINA: **TECNOLOGIA**

Azioni del docente	Materiali didattici/metodologie	Azioni dello studente	Obiettivi
Lezione sull'agricoltura e l'allevamento biologico	Dispensa del docente Quaderno Lim, computer, tablet Lezione frontale e dialogata Attività di laboratorio	Realizza una scheda che elenca le possibili consociazioni o le rotazioni colturali a partire da una coltura locale a scelta, in formato cartaceo o digitale	Osservare e riconoscere nel proprio territorio la presenza delle pratiche agricole e di allevamento.
Lezione sulla stagionalità e territorialità dei prodotti alimentari	Dispensa del docente Quaderno Lim, computer, tablet Lezione frontale e dialogata Attività di laboratorio	Scopre ed elenca i prodotti tipici del territorio e la loro stagionalità andando virtualmente "a spasso" per le sagre	Conoscere la stagionalità dei prodotti del proprio territorio.
Indicazioni per la realizzazione del menu sul software	Esercitazione guidata Quaderno Lim, computer, tablet Lezione frontale e dialogata Attività di laboratorio	Progetta e realizza un menù in formato digitale o cartaceo	Costruire un prodotto digitale o cartaceo a partire da esigenze e bisogni concreti. Conoscere il funzionamento del software utilizzato o impiegare gli strumenti del disegno per la rappresentazione grafica di un prodotto.

#### DISCIPLINA: **LETTERE**

Azioni del docente	materiali didattici/metodologie	azioni dello studente	obiettivi
Lezione sulla storia dell'alimentazione e lettura di alcune novelle di Boccaccio	Libro di testo	Lettura dei brani e ricerca storica per il confronto tra alimentazione del passato e del presente	Conoscere e capire come l'alimentazione sia cambiata nel tempo.
Lezione sul cambiamento dei	Libro di testo	Lettura di brani. Produzione di testo	Riflettere sulla relatività del valore dei

canoni estetici e di come questi possano condizionare gli stili alimentari		(diario, lettera, intervista)	canoni estetici e sull'importanza di seguire un'alimentazione equilibrata per il benessere psico-fisico
Proiezione del film "Supersize me"	Lim	Visione e riflessioni	Riflettere sulle conseguenze di una alimentazione sbilanciata

**DISCIPLINA: LINGUE STRANIERE**

Azioni del docente	materiali didattici/ metodologie	azioni dello studente	obiettivi
Lezione sui dialoghi relativi all'acquisto e all'ordinazione di alimenti	Libro di testo lim video	ascolto, comprensione. produzione orale e scritta	Saper comunicare in lingua straniera in situazioni che riguardano l'acquisto o l'ordinazione di alimenti
Lezione sui piatti tipici	Libro di testo lim video	ascolto, comprensione. produzione orale e scritta  ricerca individuale sui piatti tipici	Conoscere i piatti tipici
Indicazioni sulla realizzazione del menù bilanciato in lingua	Lim	realizzazione del menu in lingua	Saper scrivere un menu in lingua