



ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ ALBERGHIERA
CON CONVITTO ANNESSO – CORSO SERALE

Via Leopardi, 4 88068 Soverato (Catanzaro) Tel. 0967620477

Cod. mecc. Istituto: CZRH04000Q – Cod. Mecc.corso serale: CZRH040505 - C.F. 84000690796 - Codice Unico: UF9M13
www.alberghierosoverato.gov.it – czrh04000q@istruzione.it - czrh04000q@pec.istruzione.it

PROGRAMMAZIONE SVOLTA DI SCIENZA E CULTURA DELL'ALIMENTAZIONE

DOCENTE: Calidonna Caterina (Supplente)

CLASSE: 4^G

A.S.2025/26

UNITA'1: ANTROPOLOGIA DELL'ALIMENTAZIONE

Fattori che influenzano l'assunzione e la scelta del cibo

- Il gusto e i sapori
- Gli additivi
- Gli aromi
- Naso e lingua elettronici

Funzioni dell'apparato digerente

- Organizzazione dell'apparato digerente
- Dalla bocca allo stomaco
- Principali ghiandole annesse al tubo digerente
- L'intestino
- Il controllo della digestione
- Apparato digerente e succhi digestivi

UNITA'2: VALORE NUTRIZIONALE DEGLI ALIMENTI

Elementi di chimica

- La materia
- Elementi e composti
- Atomi e molecole
- I legami chimici
- Le reazioni chimiche
- Acidi, basi, sali
- I composti del carbonio
- Formule e isomeria
- Principali composti organici

Glucidi

- Monosaccaridi, disaccaridi, polisaccaridi
- La fibra alimentare
- Destino metabolico
- Funzioni biologiche
- Zuccheri: Linee guida vs false credenze

Proteine

- Gli amminoacidi proteici
- Gli amminoacidi essenziali
- Il legame peptidico
- Struttura delle proteine
- Classificazione
- Denaturazione proteica
- Enzimi
- Destino metabolico
- Funzioni biologiche
- Proteine: Linee guida vs false credenze

I lipidi o grassi

- Gli acidi grassi
- I lipidi semplici e complessi
- Destino metabolico
- Funzioni biologiche

Vitamine e composti bioattivi

Vitamine: micronutrienti essenziali

- Le vitamine idro-liposolubili
- Destino metabolico

Acqua e Sali minerali

- L'acqua in biologia e nella nutrizione
- I sali minerali
- I principali macro/microelementi

UNITA'3: ALIMENTAZIONE E SALUTE

Bisogni di energia e nutrienti

- La bioenergetica
- Il metabolismo
- L'energia dei macronutrienti

- Il dispendio energetico
(metabolismo basale e attività fisica)
- La termogenesi indotta dalla dieta
- Il fabbisogno energetico
- Il bilancio energetico
- I LARN
- Apporti nutrizionali di riferimento in età adulta
- Linee guida per una sana alimentazione
- Varietà dell'alimentazione: Linee guida vs false credenze
- La classificazione nutrizionale degli alimenti
- Le diete e i media

UNITA'4: SICUREZZA E QUALITA' ALIMENTARI

Sicurezza alimentare

- I due aspetti della sicurezza alimentare
- **La food security**
- **La food safety** in Europa
- La rintracciabilità di filiera
- Il "Pacchetto Igiene"
- **L'HACCP**
- Il controllo ufficiale degli alimenti

EDUCAZIONE CIVICA: DIRITTO ALLA SALUTE, SANA ALIMENTAZIONE E PREVENZIONE DELLE PATOLOGIE LEGATE ALLA CATTIVA ALIMENTAZIONE

Si precisa che, a causa delle numerose assenze degli alunni, delle supplenze succedutesi nel corso dell'anno scolastico e del tempo limitato a mia disposizione non è stato possibile portare a termine integralmente tutti gli argomenti previsti dal programma annuale. Le attività didattiche sono state rimodulate in base alle effettive presenze e alle esigenze organizzative dell'istituto, affrontando gli argomenti fondamentali, privilegiando quelli maggiormente coerenti con gli obiettivi formativi della disciplina

Catanzaro, 05/06/2026

Firma