# Alimentazione corretta: quando sano coincide con gustoso

Oggi sarete dei **nutrizionisti** e dovrete consigliare ad un vostro cliente alimenti della tradizione italiana che siano **sani** dal punto di vista nutrizionale e nello stesso tempo **gustosi**.
Sarete divisi in gruppi e ciascun gruppo dovrà cercare in rete una ricetta che abbia questi requisiti
Corretto apporto di carboidrati, proteine e grassi. Naturalmente i vostri suggerimenti devono prevedere la qualità: carboidrati preferibilmente integrali, grassi di origine vegetale, proteine vegetali e animali (preferibilmente carni bianche o magre).
Dopo aver individuato la ricetta scrivete le indicazioni per realizzarla su una presentazione google ed inserite anche un'immagine del piatto completo.
La presentazione dovrà essere di non più di 4 slide:

1.copertina con nomi e cognomi dei membri del gruppo e nome del vostro piatto,
2. una slide con gli ingredienti,
3. una slide con il procedimento per realizzare il piatto,
4. una slide con le indicazioni nutrizionali. Nella ultima slide indicate se il piatto è un piatto unico (completo di carboidrati+proteine+grassi) o è un primo (a cui si assocerà un secondo proteico) o è un secondo (a cui si associa un primo con carboidrati).

Personalizzate la vostra presentazioni con transizioni, animazioni, colore sfondo ed evidenziazioni secondo il vostro gusto, ma in accordo al tutorial su come realizzare presentazioni efficaci (https://youtu.be/V8We2dqfzes )

Quando avrete finito di scrivere la vostra ricetta inserite il link della presentazione (in visualizzazione) sul wakelet di raccolta lavori
https://wakelet.com/i/invite?code=4k8p8uoy

Ecco i ruoli che vi autoassegnarete all'interno di ciascun gruppo:

1. Ricercatore web
2. Progettista grafico della presentazione
3. Editor di testo
4. Correttore di bozze
5. Moderatore dei toni e custode del tempo
   Quest'ultimo ruolo assegnato in aggiunta ad uno dei ruoli da 1 a 4.

Avete tempo due ore per realizzare il vostro prodotto. Prima di consegnare verificate di aver fatto tutto per bene controllando la checklist della pagina seguente.

# VALUTAZIONE

## Check list autovalutativa

### Autovalutazione attività: assegnate un punto se avete rispettato quanto richiesto

| N° | CHECKLIST | PUNTI |
|---|---|---|
| 1 | Avete condiviso il vostro prodotto sul wakelet come richiesto (link in visualizzazione)? | |
| 2 | Avete realizzato non più di 4 slides? | |
| 3 | Avete scritto gli ingredienti in modo chiaro e completo (indicazioni del peso, volume o quantità utilizzata)? | |
| 4 | Avete scritto il procedimento di realizzazione del piatto? | |
| 5 | Avete indicato se il piatto è unico, o un primo o un secondo? | |
| 6 | Avete scritto utilizzando un linguaggio lessicalmente e grammaticalmente corretto? | |
| 7 | Avete scritto utilizzando il linguaggio specifico (utilizzato nelle videolezioni usale per lo studio? | |
| 8 | Avete personalizzato la vostra presentazione in accordo al tutorial "realizzare una presentazione efficace"? | |
| 9 | Avete lavorato nel rispetto dell'opinione di tutti i componenti del gruppo? | |
| 10 | Sono stati rispettati i tempi assegnati dal docente? | |