



|                                |                              |
|--------------------------------|------------------------------|
| <b>Materia</b>                 | <b>SCIENZE MOTORIE</b>       |
| <b>Classe</b>                  | <b>5 CENO</b>                |
| <b>Docente</b>                 | <b>UNFER LUCIA GRAZIELLA</b> |
| <b>Libri di testo adottati</b> | <b>ABC DEL MOVIMENTO</b>     |

| <b>Ore di lezione effettuate nell'anno scolastico 2024/2025</b> |           |
|---|-----------|
| Ore di lezione previste dal piano di studi                      | <b>66</b> |
| Ore di lezione effettuate al 15.05.2023                         | <b>53</b> |
| Ore di lezione previste per il periodo finale                   | <b>4</b>  |

### Competenze disciplinari

| <b>Competenza attesa per la disciplina</b>  | <b>Raggiunta da</b> |                    |                    |
|---|---------------------|--------------------|--------------------|
|   | <b>Tutti</b>        | <b>Maggioranza</b> | <b>Solo alcuni</b> |
| CONOSCERE I PRINCIPALI ASPETTI COMUNICATIVI, CULTURALI E RELAZIONALI DELLE ATTIVITA' MOTORIE                | X                   |                    |                    |
| CONOSCERE IN MANIERA ANALITICA GLI ASPETTI SOCIALI, ECONOMICI E POLITICI DELLE OLIMPIADI                    |                     | X                  |                    |
| RICONOSCERE E SAPER ASSUMERE COMPORTAMENTI ATTIVI PER IL MIGLIORAMENTO DELLO STATO DI BENESSERE PSICOFISICO | X                   |                    |                    |
| CONOSCERE I PRINCIPALI ASPETTI COMUNICATIVI, CULTURALI E RELAZIONALI DELL'ATTIVITA' MOTORIA.                | X                   |                    |                    |
| ANALIZZARE IL RUOLO DELLE OLIMPIADI DURANTE IL NAZIONAL SOCIALISMO  |                     | X                  |                    |
| CONOSCERE IL VALORE DELLO SPORT COME PROPAGANDA.  |                     | X                  |                    |
| COMPRENDERE IL LEGAME TRA LA RICERCA DEI RECORD E LA NASCITA DEL DOPING                                     |                     | X                  |                    |



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

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano  
[www.carloportamilano.edu.it](http://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](mailto:info@carloportamilano.edu.it)  
[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)  
[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



MOD.186/UD

### Competenze trasversali coinvolte

| Competenza trasversale  | Raggiunta da |             |             |
|---|--------------|-------------|-------------|
|   | Tutti        | Maggioranza | Solo alcuni |
| 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. | X            |             |             |

### Unità di Apprendimento svolte

| N° | Titolo                                  | Ore |
|----|---|-----|
| 1  |   |     |
| 2  | NOI CITTADINI DEL MONDO                 | 15  |
| 3  | SALUTE E BENESSERE NELLA CUCINA GLOBALE | 29  |
| 4  | IL 900: IL SECOLO BREVE                 | 13  |
| 5  |   |     |
| 6  |   |     |
| 7  |   |     |

Le ore previste per il periodo finale verranno dedicate a UDA 3 e UDA 4 e al loro completamento.

### Metodologie e strategie di insegnamento

LEZIONI PRATICHE E TEORICHE

### Ambienti e strumenti di lavoro



Emesso il 19.03.2015  
Approvato il 19.03.2015  
Rev. il 13.03.2020



Istituto Professionale Servizi

per l'Enogastronomia e  
l'Ospitalità Alberghiera  
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2  
20151 Milano

[www.carloportamilano.edu.it](http://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](mailto:info@carloportamilano.edu.it)

[mirh02000x@istruzione.it](mailto:mirh02000x@istruzione.it)

[mirh02000x@pec.istruzione.it](mailto:mirh02000x@pec.istruzione.it)



MOD.186/UD

PISCINA—PALESTRE SCOLASTICHE E ATTRZZATURE (PICCOLI E GRANDI ATTREZZI)—AULA  
SCOLASTICA (VIDEO E LEZIONE FRONTALE)

| Verifiche svolte | Tipologia  |
|------------------|--|
| Orali            | ESPOSIZIONE TEORIA STILI NUOTO,<br>SPECIALITA' ATLETICA LEGGERA,<br>ESPOSIZIONE SCHEDA FILM "RACE" |
| Scritte          | SCHEDA FILM "RACE"   |
| Pratiche         | TEST MOTORI E STILI DI NUOTO   |

Milano, 5/05/2025

Il docente, Lucia Unfer



Emesso il 19.03.2015  
Approvato il 19.03.2015  
Rev. il 13.03.2020