



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°2

Classe: Seconda I 2024/2025
Titolo: Corretti stili di vita

Periodo di svolgimento	novembre-dicembre-gennaio-febbraio
Situazione problematica	Quali azioni possiamo promuovere e intraprendere a tutti i livelli, per mantenere gli equilibri nutrizionali?
Compito di realtà/Prodotto atteso	Analisi della propria alimentazione partendo dalle necessità quali-quantitative, compiendo scelte che favoriscano lo sviluppo sostenibile. Realizzazione di un cartellone in cui gli studenti propongono una modifica al proprio stile alimentare per mantenere il buono stato di salute
Discipline/Assi Culturali coinvolti	Scienze Motorie, Scienze Integrate, Scienza degli Alimenti, Sala, Cucina, Educazione Civica.
Competenze trasversali da raggiungere	da scegliere tra le 8 competenze chiave europee - non più di 2/3 per UdA) <input checked="" type="checkbox"/> competenza alfabetica funzionale; <input type="checkbox"/> competenza multilinguistica; <input checked="" type="checkbox"/> competenza matematica e competenza di base in scienze e tecnologie; <input type="checkbox"/> competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare; <input type="checkbox"/> competenza sociale e civica in materia di cittadinanza; <input type="checkbox"/> competenza imprenditoriale; <input type="checkbox"/> competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali. (tali competenze non saranno oggetto di valutazione diretta, ma verranno valutate attraverso le "Competenze base" presenti sul registro elettronico)
Area competenze digitali Riferimento DigComp 2.2 (indicare quali aree saranno privilegiate)	<input checked="" type="checkbox"/> Area 1: Alfabetizzazione su informazione e dati <input type="checkbox"/> Area 2: Comunicazione e collaborazione <input type="checkbox"/> Area 3: Creazione di contenuti digitali <input type="checkbox"/> Area 4: Sicurezza <input type="checkbox"/> Area 5: Risolvere problemi
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)	<input checked="" type="checkbox"/> <u>Competenze di Area 1</u> : navigare, ricercare e filtrare, valutare e gestire dati, informazioni, contenuti. <input type="checkbox"/> Livello di padronanza: <input checked="" type="checkbox"/> Base - <input type="checkbox"/> Intermedio - <input type="checkbox"/> Avanzato



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 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)

Ricerca informazione sul web e selezionarle, stesura della rielaborazione in word dei dati selezionati



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

AG2 Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative dei vari contesti

AI4 Predisporre prodotti, servizi, menu coerenti con il contesto e le esigenze della clientela

AG11 Padroneggiare l'uso di strumenti tecnologici con particolare attenzione alla sicurezza e alla tutela della salute nei luoghi di vita e di lavoro, alla tutela della persona, dell'ambiente e del territorio

AI3 Applicare correttamente il sistema HACCP, la normativa sulla sicurezza e sulla salute nei



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



	<p>luoghi di lavoro</p> <p>A17 Progettare, anche con tecnologie digitali, eventi enogastronomici e culturali che valorizzano il patrimonio delle tradizioni e delle tipicità locali, e nazionali, anche in contesti internazionali, per la promozione del made in Italy.</p> <p>AG9 - Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea.</p>
Competenze disciplinari da raggiungere	<p>Enogastronomia settore cucina: Essere consapevoli dell'importanza di una corretta alimentazione ecosostenibile.</p> <p>Enogastronomia settore sala e vendita: Predisporre prodotti, servizi e menù coerenti con il contesto e le esigenze della clientela (anche in relazione a specifici regimi dietetici e stili alimentari), perseguendo obiettivi di qualità, redditività e favorendo la diffusione di abitudini e stili di vita sostenibili e equilibrati</p> <p>Scienza degli alimenti: Applicare procedure di base per la predisposizione di prodotti e servizi in contesti strutturati e sotto supervisione.</p> <p>Scienze Integrate: Osservare, descrivere ed analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale e artificiale e riconoscere nelle sue varie forme i concetti di sistema e di complessità.</p> <p>Scienze Motorie: Prendere consapevolezza degli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona.</p>
Conoscenze disciplinari coinvolte	<p>Enogastronomia Settore Cucina: Allevare in modo estensivo al pascolo, ogni volta che il tempo lo consente Rispettare i ritmi di crescita naturale degli animali Privilegiare le razze rustiche e locali, preservare la biodiversità Evitare gli insilati di mais e integrare il pascolo solo con fieno e mangimi naturali e locali, se possibile coltivare le materie prime per la loro alimentazione Praticare un allevamento a misura d'uomo, di dimensioni cioè contenute, in cui sia possibile conservare una relazione con gli animali e con il contesto naturale Produrre trasformati senza utilizzare prodotti di</p>



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



sintesi (conservanti e altri additivi..)

Ricerche di mercato per ingredienti a chilometro zero.

Enogastronomia settore sala e vendita:

Elementi di eco-gastronomia

Principi di eco turismo.

Concetti di sostenibilità e certificazione

Tecnologie innovative di manipolazione e conservazione dei cibi e relativi standard di qualità

Tecniche per la preparazione e servizio di prodotti per i principali disturbi e limitazioni alimentari

Tecniche di analisi delle componenti di un prezzo di vendita e degli indicatori di gestione

Politica di sconti per la clientela

Concetti di qualità promessa, erogata, attesa e percepita.

Enogastronomia Settore Sala e Vendita:

Principali tipi di menu e successione dei piatti, nell'ottica di una ristorazione sostenibile.

Scienza degli Alimenti:

Metabolismo e bioenergetica.

Fabbisogno energetico (Peso corporeo ideale).

La digestione dei principi nutritivi.

LARN

Classificazione degli alimenti.

Linee guida per una sana alimentazione.

Alimentazione equilibrata, stili alimentari.

Malattie correlate all'alimentazione.

Dieta sostenibile e lotta allo spreco alimentare

Scienze Integrate:

Omeostasi corporea: organizzazione, regolazione ed omeostasi del corpo umano.

Apparato digerente, respiratorio,

cardiocircolatorio escretore e riproduttore.

Sistema immunitario, endocrino, nervoso.

Scienze Motorie:

Conoscere e applicare regole essenziali relative all'assunzione di cibo e bevande prima, durante e dopo le attività sportive.



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

Enogastronomia Settore Cucina:

acquisire ed interpretare criticamente l'informazione ricevuta nei diversi ambiti ed attraverso diversi strumenti comunicativi, valutandone l'attendibilità e l'utilità, distinguendo fatti e opinioni.

Organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti e varie modalità di informazione e di formazione

(formale, non formale e informale), anche in funzione dei tempi disponibili, delle proprie strategie e del proprio metodo di lavoro.

Enogastronomia Settore Sala e Vendita:

Elaborare un'offerta di prodotti e servizi enogastronomici atti a promuovere uno stile di vita equilibrato dal punto di vista nutrizionale e sostenibile dal punto di vista ambientale
Predisporre e servire prodotti enogastronomici in base a specifiche esigenze dietologiche e/o disturbi e limitazioni alimentari

Definire offerte gastronomiche qualitativamente ed economicamente sostenibili

Attivare interventi di informazione, comunicazione ed educazione ambientale mediante il coinvolgimento della clientela e degli stakeholder.

Scienza degli Alimenti:

Calcolare il fabbisogno energetico giornaliero e la ripartizione in macronutrienti.

Indicare 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.

Ripartire il fabbisogno energetico in macronutrienti.

Scienze Integrate:

Individuare le funzioni e la fisiologia di ciascun apparato e sistema e la relazione tra gli stessi.

Evidenziare il ruolo fondamentale dell'acqua nell'omeostasi corporea.

Riportare in forma scritta e/o orale gli esperimenti svolti in laboratorio e/o video.

Scienze Motorie:

Mettere in atto abitudini igieniche e alimentari corrette per la pratica sportiva e nella vita quotidiana.



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



Metodologie didattiche	<p>Apprendimento cooperativo Dibattito guidato/circle time Lezione partecipata Attività laboratoriale Studio di caso</p>
Materiale didattico	<p>- Libro di testo, appunti, video, risorse dal web, strumenti digitali per la didattica, materiale specifico necessario per la realizzazione del prodotto</p>

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	FEBBRAIO
Presentazione del progetto	Scienza degli Alimenti	Presentazione del progetto	X		
Organizzazione e pianificazione del lavoro	Scienza degli Alimenti	Redazione di un diario alimentare e calcolo del proprio IMC	X		
	Cucina	Lettura e comprensione brevi testi scritti e/o audiovisivi inerenti il tema trattato		X	
	Scienze Motorie	Misurazione peso e altezza calcolo I.M.C		X	X
	Enogastronomia settore cucina	I menù e i fattori culturali e sociali che condizionano la redazione	X		
	Enogastronomia settore sala e vendita	I menù e i fattori culturali e sociali che condizionano la redazione	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 Integrate				X
--	-------------------	--	--	--	---

Ricerca e gestione informazioni	SCIENZE MOTORIE	Interviste sulle abitudini alimentari personali e di gruppo.			X
	Scienza degli Alimenti	Ricerca informazioni sulla catena alimentare e riciclo rifiuti			X
	Scienze Motorie	Internet linee guida per una sana alimentazione		X	
	Enogastronomia settore cucina	Ricerca delle principali cucine regionali e le principali differenze legate ai fattori socio-culturali e ambientali		X	
	Enogastronomia settore sala e vendita	Ricerca delle principali cucine regionali e le principali differenze legate ai fattori socio-culturali e ambientali		X	
	Scienze Integrate	Ricerca informazioni catena alimentare e riciclo rifiuti			X
Riflessione e rielaborazione	Scienze Motorie	Dibattito con domande			X
	Enogastronomia settore cucina	Valutazione intermedia dei processi, mediante attività pratiche di manipolazione di materie prime e verifiche strutturate.			X
	Enogastronomia settore sala e vendita	Valutazione intermedia dei processi, mediante attività pratiche di mise en place.			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



	Scienza degli Alimenti	Analisi del lavoro effettuato		X	X
Realizzazione del prodotto	Scienze Motorie, Scienze	Presentazione del cartellone in cui gli studenti			X

	Integrate, Scienza degli Alimenti, Sala, Cucina, Educazione Civica.	propongono una modifica al proprio stile alimentare per mantenere il buono stato di salute			
--	---	--	--	--	--



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



Valutazione del processo

RUBRICA DI VALUTAZIONE DEL PROCESSO		
Indicatori	Descrittori	Livelli
Comprendere messaggi di genere diverso e di complessità diversa, trasmessi utilizzando linguaggi diversi mediante diversi supporti (alfabetica funzionale)	Si esprime oralmente e per iscritto in modo chiaro, originale ed efficace utilizzando i diversi linguaggi in contesti appropriati. Comprende messaggi complessi e di vario genere	A
	Si esprime oralmente e per iscritto in modo corretto e appropriato utilizzando i diversi linguaggi, comprende messaggi di vario genere e rappresenta emozioni, stati d'animo e concetti in modo chiaro	B
	Utilizza in modo semplice e essenziale i diversi linguaggi per rappresentare procedure, concetti, emozioni e stati d'animo	C
	Comprende semplici messaggi e organizza i contenuti se guidato/a	D
	Ha difficoltà nella comprensione di semplici messaggi anche se guidato	E
Individuare e rappresentare, elaborando argomenti coerenti, collegamenti e relazioni tra fenomeni, eventi e concetti diversi, anche appartenenti a diversi ambiti disciplinari, cogliendone la natura sistemica,	Elabora autonomamente argomentazioni attivando collegamenti tra concetti, fenomeni ed eventi appartenenti anche a diversi ambiti disciplinari. Individua analogie/differenze, coerenze/incoerenze, cause/effetti, opera classificazioni, formula ipotesi e utilizza in modo appropriato il linguaggio scientifico	A
	Riferisce in modo chiaro ed approfondito fatti e fenomeni individuandone gli aspetti fondamentali e cogliendone la natura probabilistica, coglie le relazioni di causa ed effetto negli eventi, analizza e classifica dati	B
	Riferisce in modo semplice fatti e fenomeni, coglie le relazioni di causa ed effetto negli eventi, analizza e classifica dati	C
individuando analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti.	Individua analogie e differenze tra fenomeni ed eventi e coglie le relazioni di causa ed effetto se opportunamente guidato	D
	Non è in grado di individuare analogie e differenze tra fenomeni	E
Fa ipotesi, raccoglie dati, sa arrivare alle conclusioni	E' perfettamente in grado di fare ipotesi pertinenti e di raccogliere i dati necessari per dimostrare in modo efficace le conclusioni	A
	E' in grado di fare ipotesi pertinenti e di raccogliere i dati necessari per dimostrare le proprie conclusioni	B



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



	E' in grado di fare ipotesi e di raccogliere i dati per arrivare a delle conclusioni accettabili	C
	E' in grado di fare ipotesi , di raccogliere dati arrivando a delle conclusioni solo se opportunamente guidato	D
	Non è in grado di fare ipotesi e di raccogliere dati	E

Valutazione del prodotto

RUBRICA DI VALUTAZIONE DEL PRODOTTO

INDICATORI	DESCRITTORI	LIVELLI
Completezza, pertinenza, organizzazione dei contenuti	Possiede conoscenze complete e approfondite ed è in grado di ricavare da ricerca personale informazioni utili e pertinenti a svolgere le consegna, collegandole tra loro in maniera organica.	A
	Possiede conoscenze complete ed è in grado di utilizzare informazioni utili e pertinenti a svolgere la consegna, collegandole tra loro in maniera organica.	B
	Possiede conoscenze di base ed è in grado di utilizzare informazioni di base pertinenti a svolgere la consegna.	C
	Possiede conoscenze di base, talora lacunose, che utilizza in maniera poco pertinente e frammentaria.	D
	Non possiede conoscenze di base.	E
	Esponde in modo chiaro ed esauriente, usando un linguaggio ricco e articolato, con termini settoriali tecnico-professionali pertinenti	A
Esposizione/ presentazione del prodotto	Esponde in modo abbastanza chiaro e preciso. La padronanza del linguaggio, compresi i termini settoriali tecnico-professionali, è soddisfacente	B
	Esponde in modo poco chiaro e poco preciso. Mostra di possedere un minimo lessico settoriale tecnico-professionale.	C
	Esponde in modo confuso e impreciso. Presenta lacune nel linguaggio settoriale tecnico-professionale	D
	Nessuna esposizione	E



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



Creatività	Formula con fluidità idee nuove e personali, elabora modalità innovative di lavoro, realizza produzioni con personalità e traccia connessioni alternative tra pensieri e oggetti	A
	Formula idee e apporta contributi personali al processo di lavoro, realizza produzioni abbastanza personali e coglie connessioni originali tra pensieri e oggetti	B
	Propone idee, contributi e collegamenti semplici tra pensieri e oggetti, mettendo in atto procedure note per la realizzazione del prodotto	C
	Esegue procedure e idee messe a punto dal gruppo di lavoro senza apportare contributi personali e non esprime collegamenti tra pensieri e oggetti.	D
	Non esegue il lavoro	E